



HUNGARY

18° E

20° E

22° E

UKRAINE

SLOVAKIA

48° N
AUSTRIA

Köszeg

Szombathely

Zalaegerszeg

STOYEN

46° N
CROATIA

CROATIA

© 1995 NGS CARTOGRAPHIC DIVISION

A magyar

lakosság

egészségi

állapota

Duna R.

Duna R.

Somaj R.

Mura R.

Győr

Tatabánya

Székesfehérvár

Szolnok

Kecskemét

Nagykanizsa

Kaposvár

Baja

Szeged

Mátyás

Hódmezővásárhely

Kiskőrös

Budaörs

Mátészalka

Ópente

Debrecen

Gyöngyös

Egyháza

Vécs

Sárvíz

Sárvíz

Sárvíz

Sárvíz

Sárvíz

Sárvíz

Sárvíz

Sárvíz

Sárvíz

Sárvíz

Sárvíz

Sárvíz

Sárvíz

Sárvíz

Sárvíz

Sárvíz

Sárvíz

**Testi, lelki, szociális
jóllét állapota.**

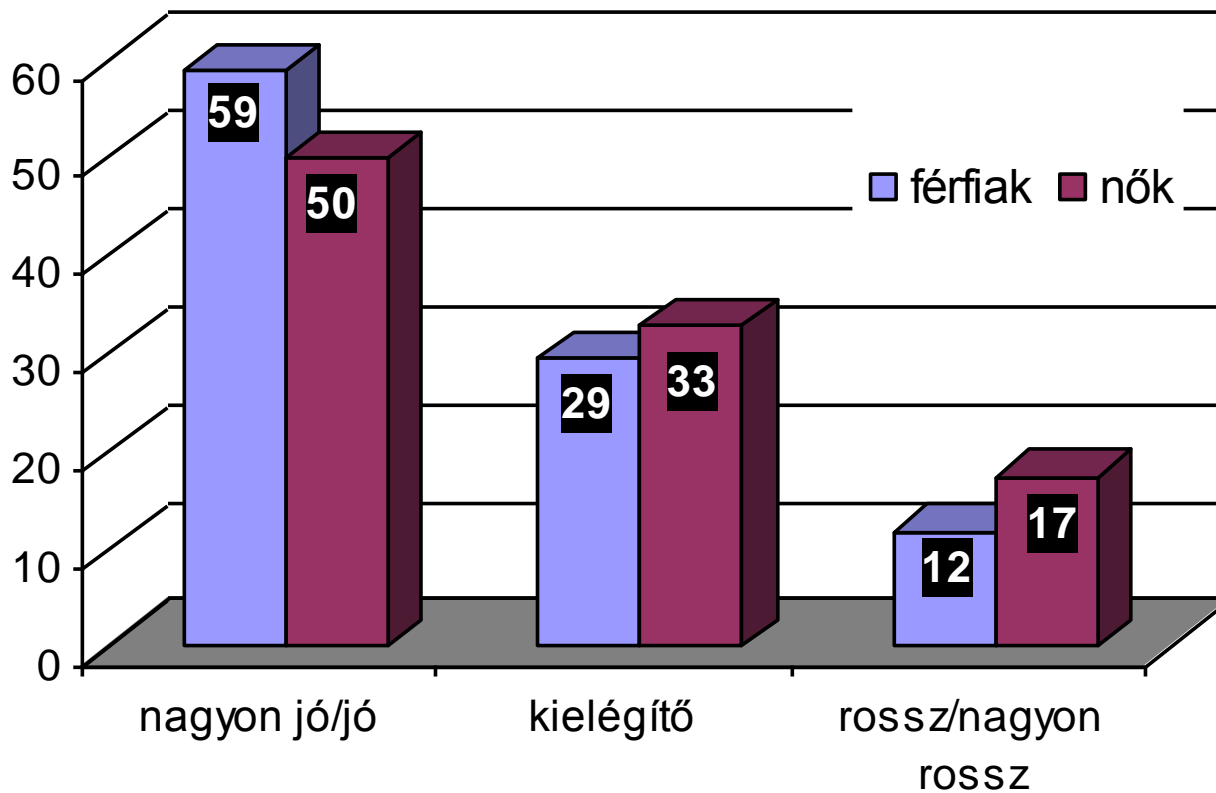
**Dinamikus egyensúly,
a környezethez való
sikeres adaptáció.**

Honnan származnak az adatok?

- Kérdőíves lakossági egészségfelmérések
 - Életmódbeli és társadalmi tényezők
 - Pl. egészségkárosító magatartások
 - Egészségre fordított kiadások
 - Elégedettség
- Európai lakossági egészségfelmérés (ELEF) 2009
 - 15 évnél idősebb magyar népesség

Hogy vagy?

Az egészségi állapot önértékelése





Az egészségi állapot mérése



A becslések szerint:

- a világban **1 milliárd** ember (Föld lakosságának egyhatoda) éhezik, azaz fogyasztása kevesebb, mint napi 1800 kalória (alapanyagcsere szükséglet).
- Európában **35 millió**
- Magyarországon **200 ezer**

Testsúly

Ki számít szegénynek?

- Hivatalosan az számít szélsőségesen szegénynek, akinek jövedelme a napi 1 dollárt (kb. 226 Ft) nem haladja meg.
- Magyarországon a napi 1 dollárnál kevesebből élők aránya 2 %.



Testsúly

Testtömegindex

kg/m²

Tápláltság

sovány

normális

túlsúlyos

elhízott

Testtömeg

20 alatt

20,0-24,9

25,0-29,9

30 felett



Mennyi?



A túlsúlyosok száma kb. 1 milliárdra tehető a Földön.

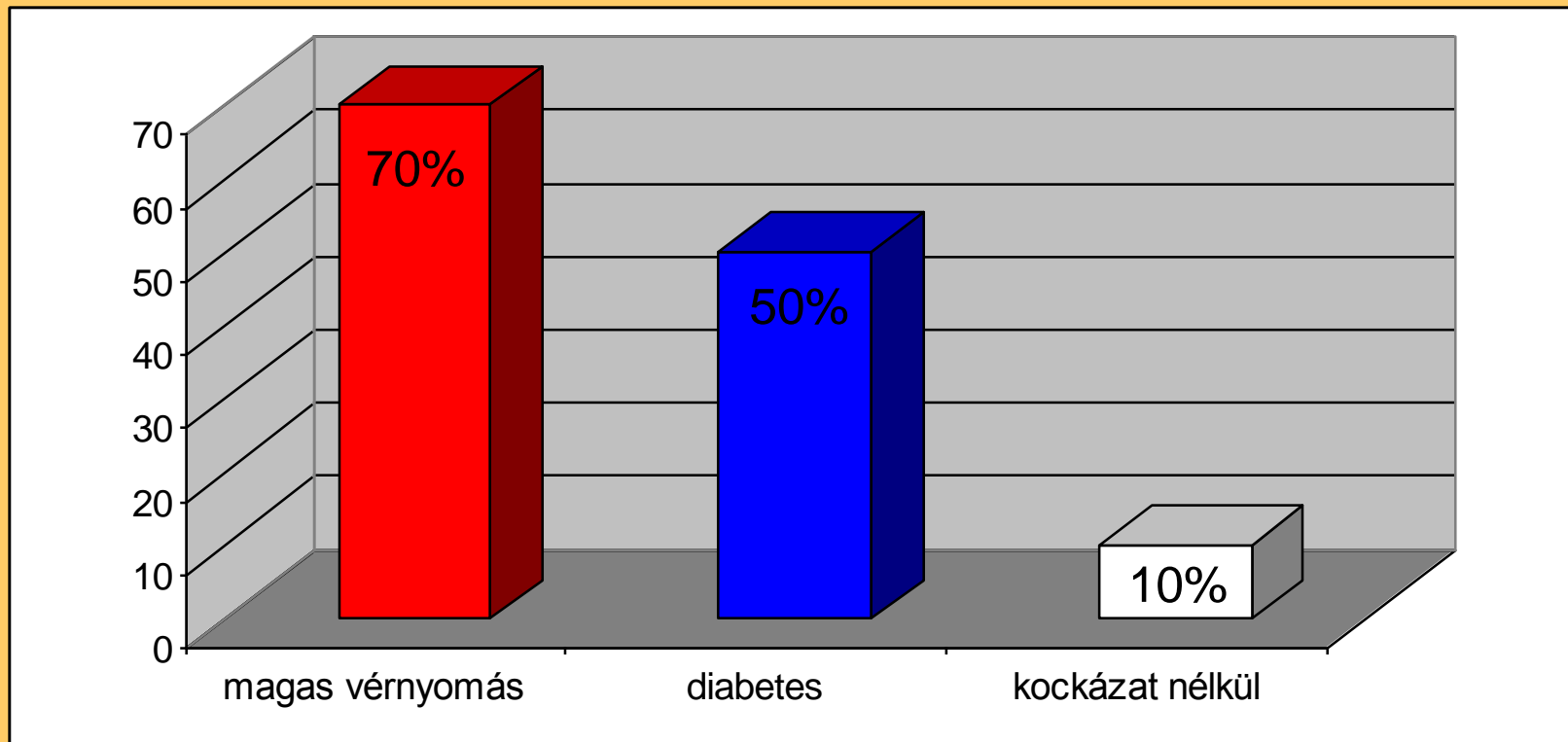
Az elhízottak aránya

- a legkisebb Japánban (gyaloglás: napi 6,5 km)
- a legnagyobb az USA-ban (gyaloglás: napi 0,5 km).

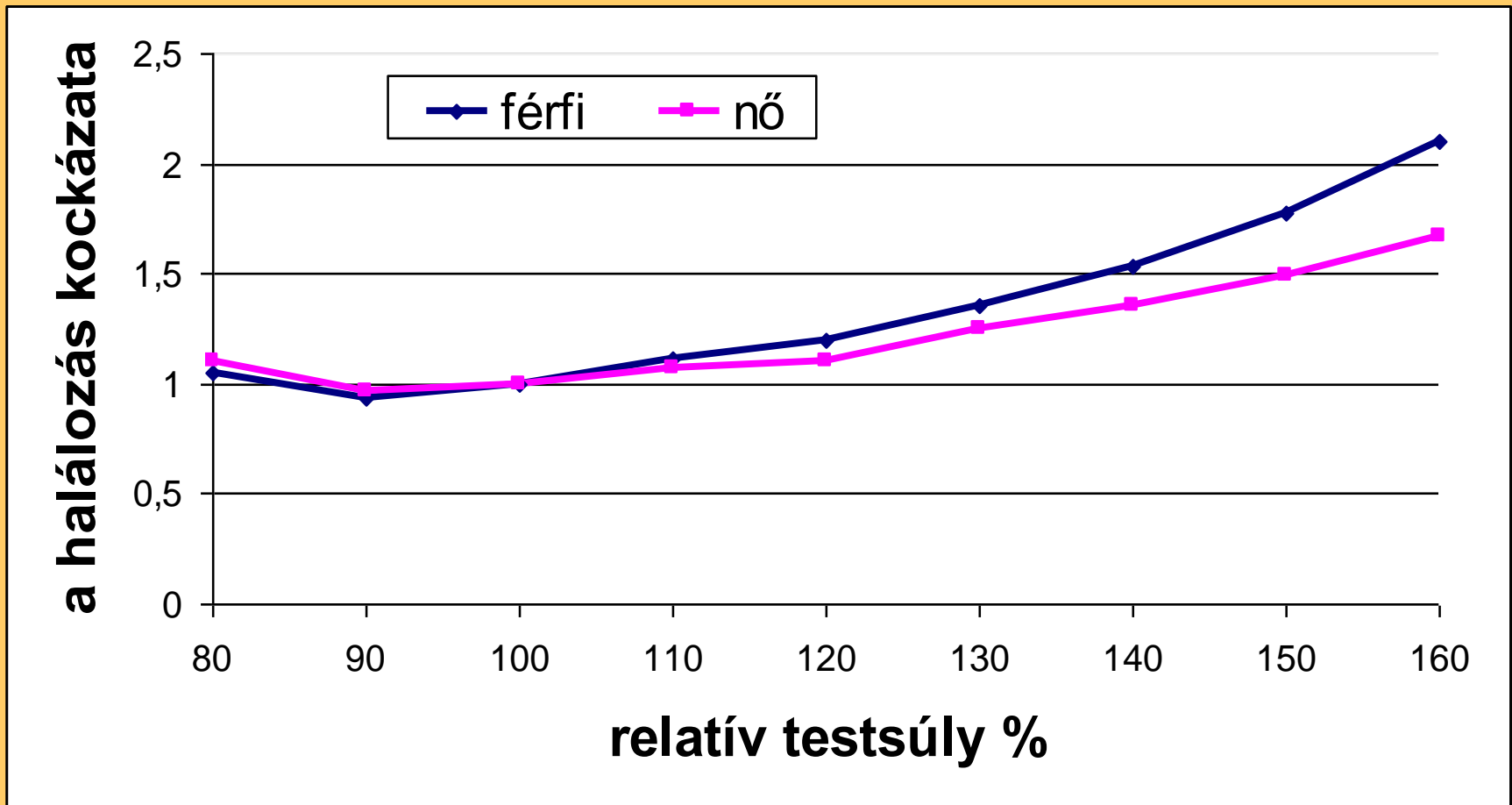
**Az elhízást a WHO a tíz legsúlyosabb
kór közé sorolja.**



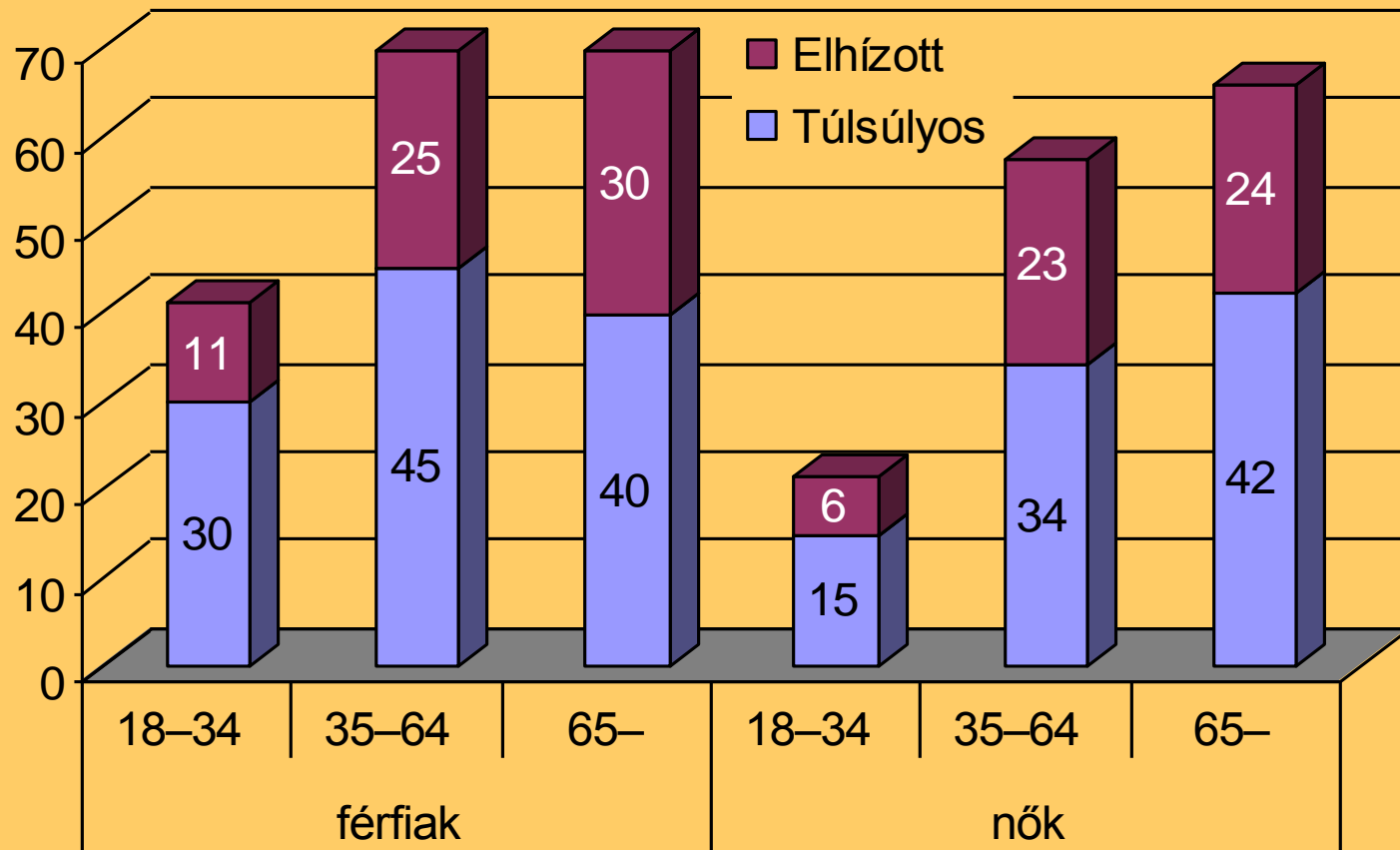
Az elhízottak körében a betegségek előfordulása (%)



A halálozás kockázata a testsúly függvényében



A lakosság megoszlása a testtömegindex (BMI) alapján képzett kategóriák szerint nemenként és korcsoportonként, 2009*



*Statiztikai Tükör KSH IV. évfolyam 50. szám 2010. április 27.



Magasság

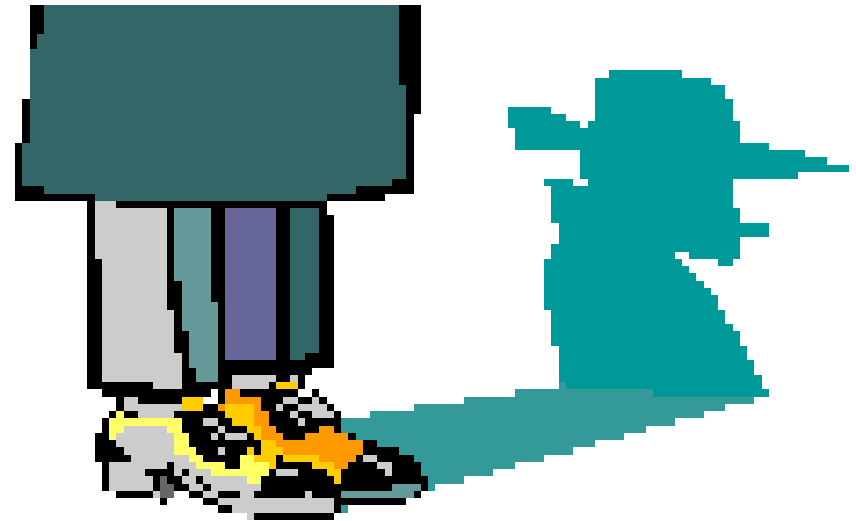
- **A magasság a fogamzás és a korai növekedés alatti életkörülmények mértékegysége.**
- **Az átlagmagasság szoros összefüggést mutat a várható élettartammal és az egy főre jutó GDP-vel is.**
- **De! a nyugati típusú társadalmakban nem a gazdaság, az ipar fejlettsége, hanem a szociális és az egészségügyi háló felelős a magasságért.**
- **A magassággal kapcsolatos társadalmi elvárások.**

Hogyan változott a lakosság magassága?

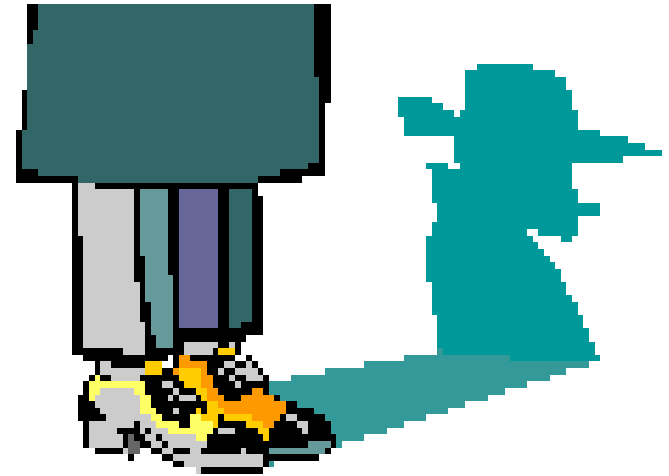
- **A magyar sorköteles fiatalok átlagos termete**
 - 1790-ben 159 cm
 - 1998-ban 176 cm
- **Magyarázat:**
 - táplálkozási viszonyok és az egészségügyi ellátás fokozatos javulása
- **Az ország keleti (szegényebb) felében az átlag magasság kisebb, mint a nyugati felében.**
 - Hajdú-Bihar 173,9 cm
 - Veszprém 175,9 cm

Dohányzás

- „A dohányzás az egyik legjelentősebb életmódi kockázati tényező,
- a WHO szerint a világban évente bekövetkező halálozások 8,8%-a dohányzással hozható összefüggésbe.
- Ez megközelítőleg egy Finnországnyi, azaz közel öt millió ember halálát jelenti.
- A dohányosok fele a dohányzás okozta megbetegedésbe hal bele”.



Dohányzás



	Mo.	EU15
Felnőtt férfiak	38%	32%
Felnőtt nők	23%	23%
Átlag	31%	28%

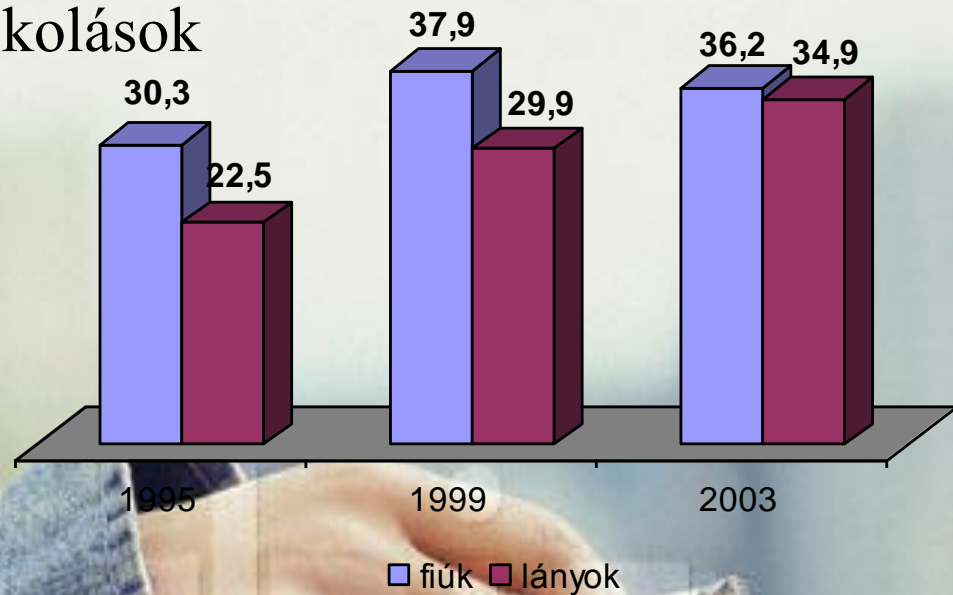
A dohányzással összefüggő halálozás aránya 100 ezer lakosra

Magyarországon=489

EU15=229

**A 35-69 éves férfiak halálozásáért
35%-ban a dohányzás tehető felelőssé.**

Középiskolások



**A fiatalok körében
magas a
dohányosok aránya**

• Alkoholfogyasztás

**Kulturális és gasztronómiai
hagyomány**



Francia paradoxon

- A sok zsiradékot tartalmazó francia étrend – főként magas sajt-, vaj- és állati zsiradék fogyasztás – ellenére a szív- és érrendszeri megbetegedések száma Franciaországban alacsonyabb, mint más, átlagosan kevesebb zsírt fogyasztó országokban.

**A mérsékelt alkoholfogyasztás
(vörösbor=antioxidánsok)
csökkentheti a szív- és érrendszeri
betegségek kialakulásának
kockázatát az absztinensekhez és a
nagyivókhoz viszonyítva.**



A fogyasztási szokások szociálisan öröklődnek.

Kipróbálása a serdülőkor kezdetére esik.

A 17-18 éves fiúk kb. kétharmada,

A lányok 40%-a már többször volt részeg.



Alkoholfogyasztás

A black and white photograph showing a person lying face down on a sidewalk. The person is wearing a dark jacket and pants. A hammer is lying on the ground to the left of the person. The background shows a concrete curb and a metal railing.

A túlzott alkoholfogyasztás meghatározó szerepet játszik a májbetegségek, a pszichiátriai betegségek és a balesetek kialakulásában.

Dobogósok az Unióban

1. Luxemburg

2. Írország

3. Magyarország

13,6 liter/fő tiszta alkohol

**Az alkoholos eredetű
mentális betegségek
előfordulása**

az elmúlt 20 évben

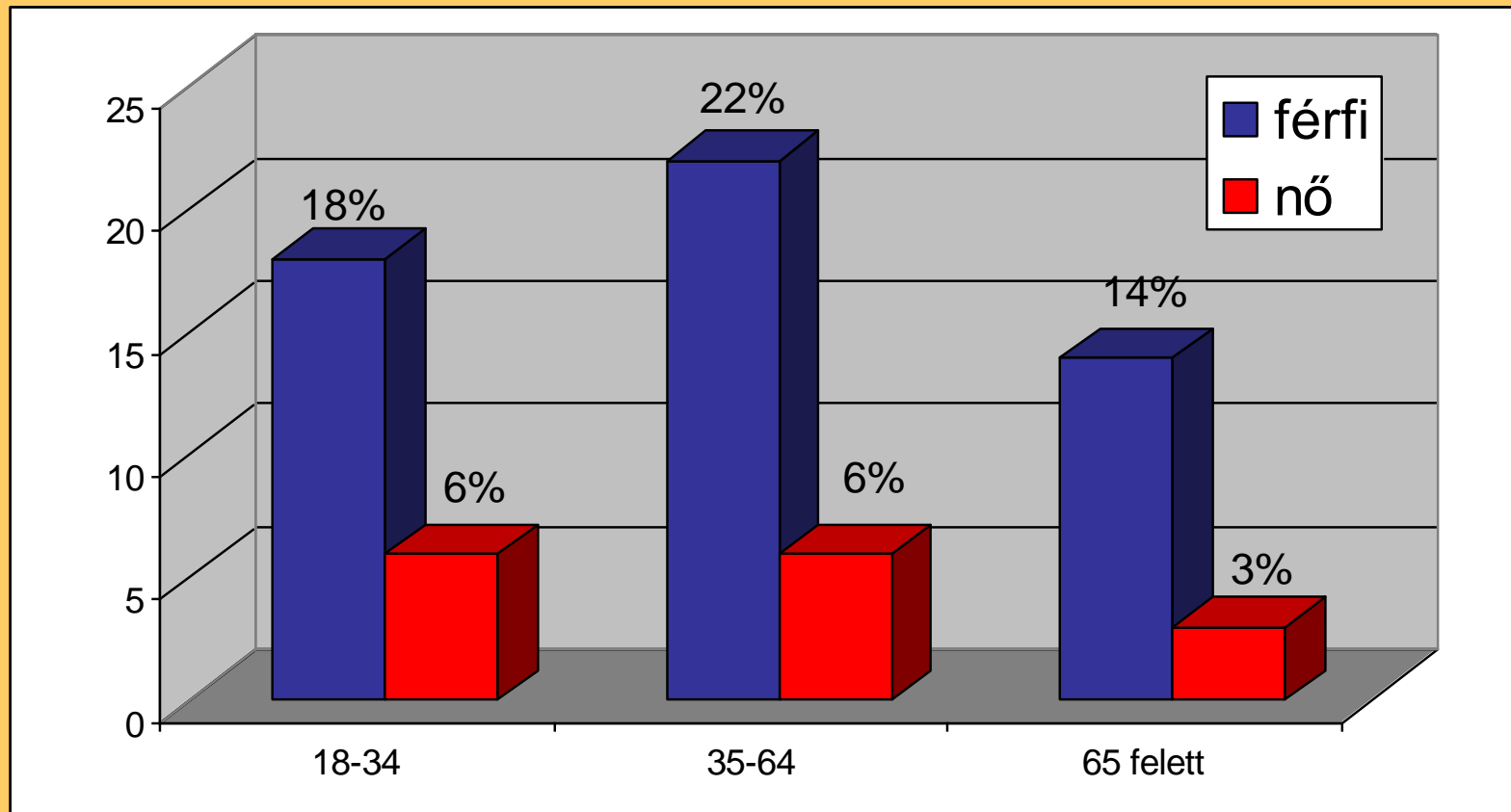
7-8-szorosára növekedett.

Plaisir de boire

NE DURE QU'UN MOMENT!

Corbis.com

Nagyivók aránya



**Alkoholbetegek (alkoholisták)
becsült száma Magyarországon
700-800 ezer fő**

alkohol eredetű halálozás 8 ezer fő/év

A drogfogyasztás jellemzői

- Magyarországon kb. 20-25 ezren küzdenek súlyos drogproblémával.
- Életkori csoportok szerint nagy eltérések vannak:
 - 25 év alatt kb. a fiatalok egynegyede (20%)
 - 34 év felett a lakosság kb. 2 %-a használt már drogot, droghasználati céllal.
- A budapestiek drogfertőzöttsége 4-szerese a vidékiekének (16% vs 4%).

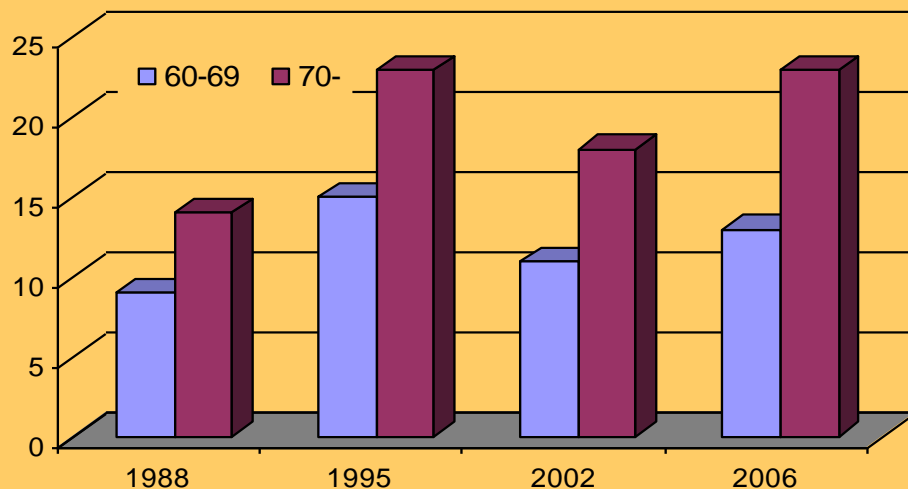
Hangulati zavarok

A lakosság 15%-a szenved
hangulati zavaroktól
vagy
szorongásos állapotoktól.

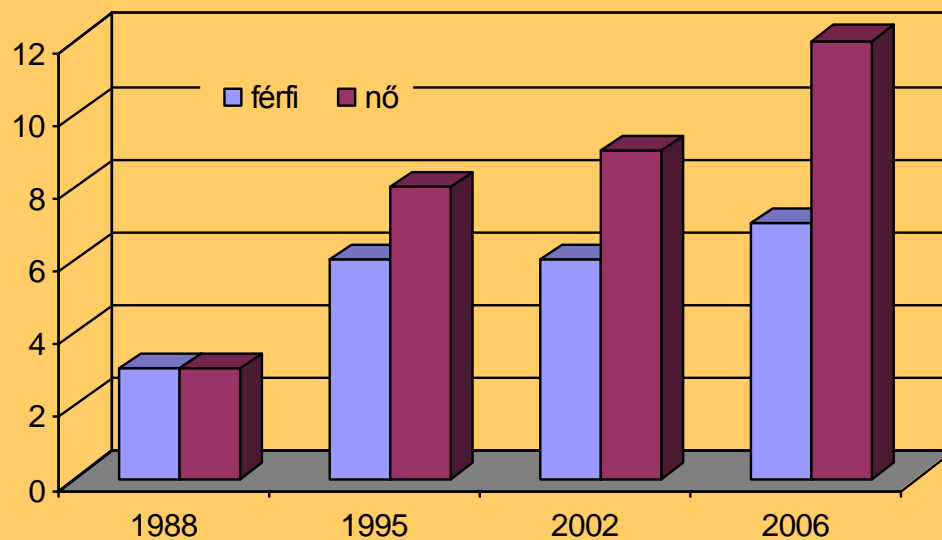
Depresszió

**keringési betegségek
daganatos betegségek
függőségek
öngyilkosság**

A súlyos depresszió előfordulása (%)



Hungarostudy



Öngyilkosság Magyarországon

A man in a dark suit and white shirt is shown from the chest up, holding a handgun to his head. The background is a solid red color. The text is overlaid on the image in white with a black outline.

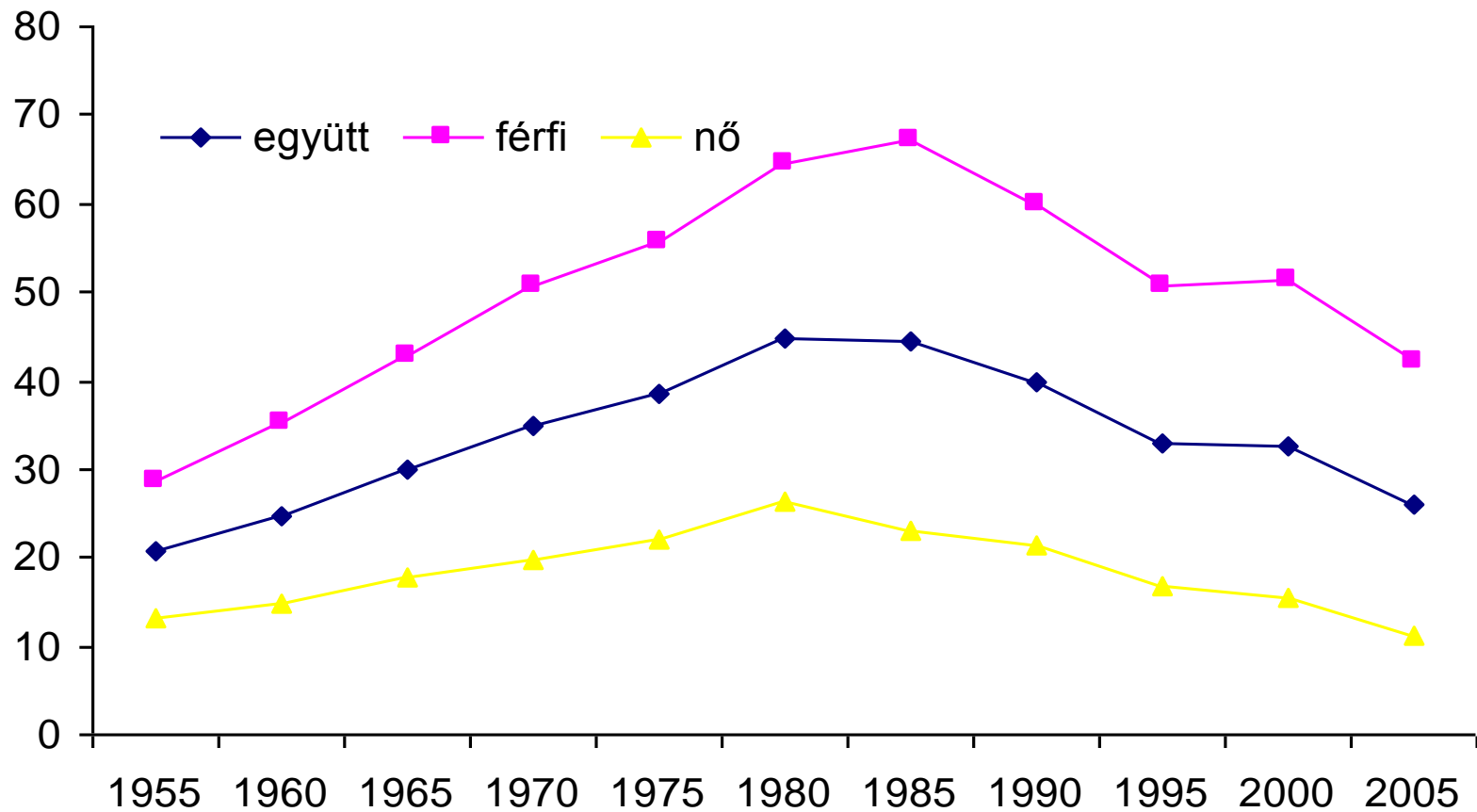
csúcs év 1983: 4911 haláleset

csökkenés kezdete: 1987

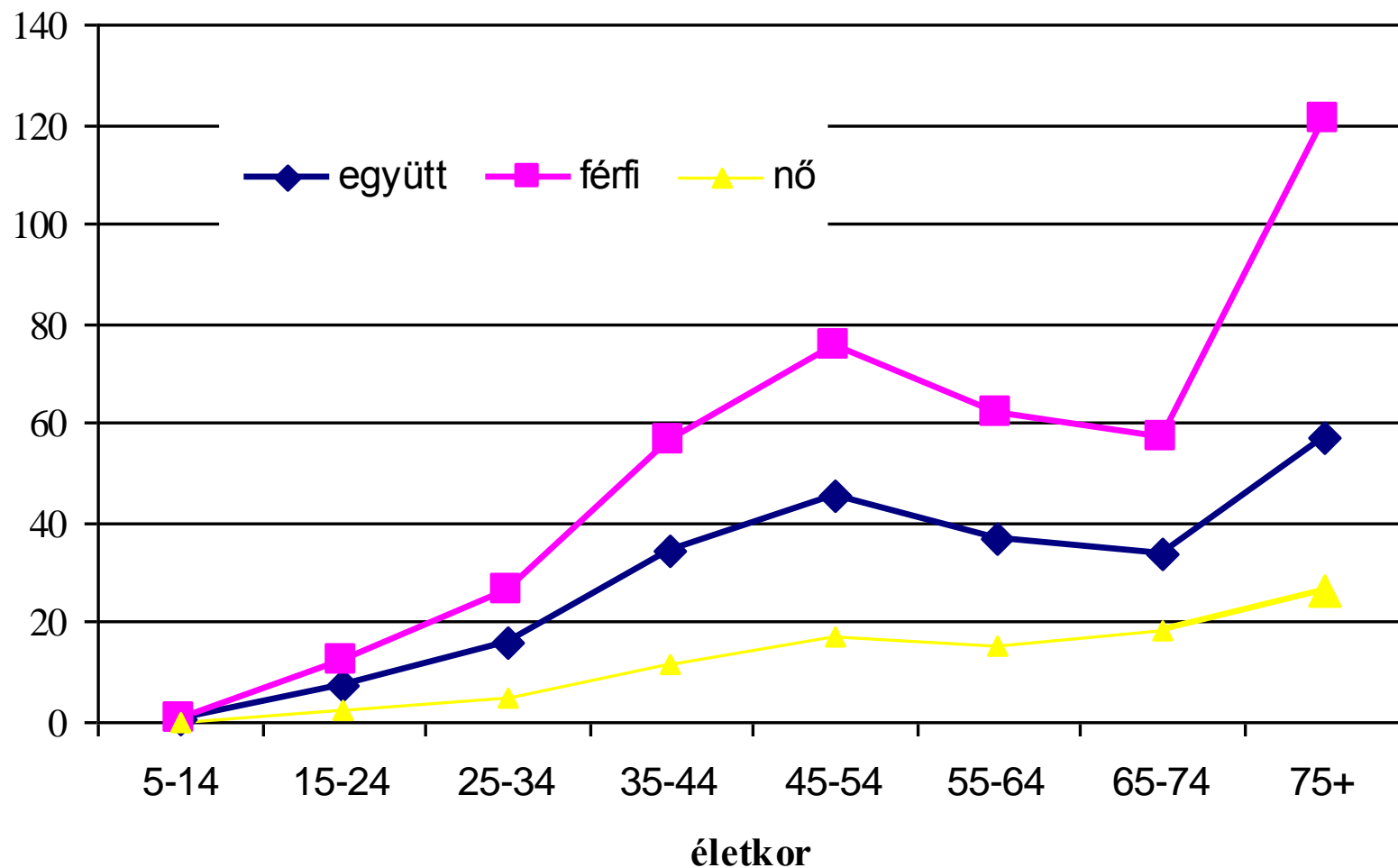
2009: 2100 haláleset

A világranglistán a második helyen állunk!!

Az öngyilkosságok alakulása nemi bontásban (1955-2005)



Az öngyilkosságok kor szerinti megoszlása nemi bontásban (2005)

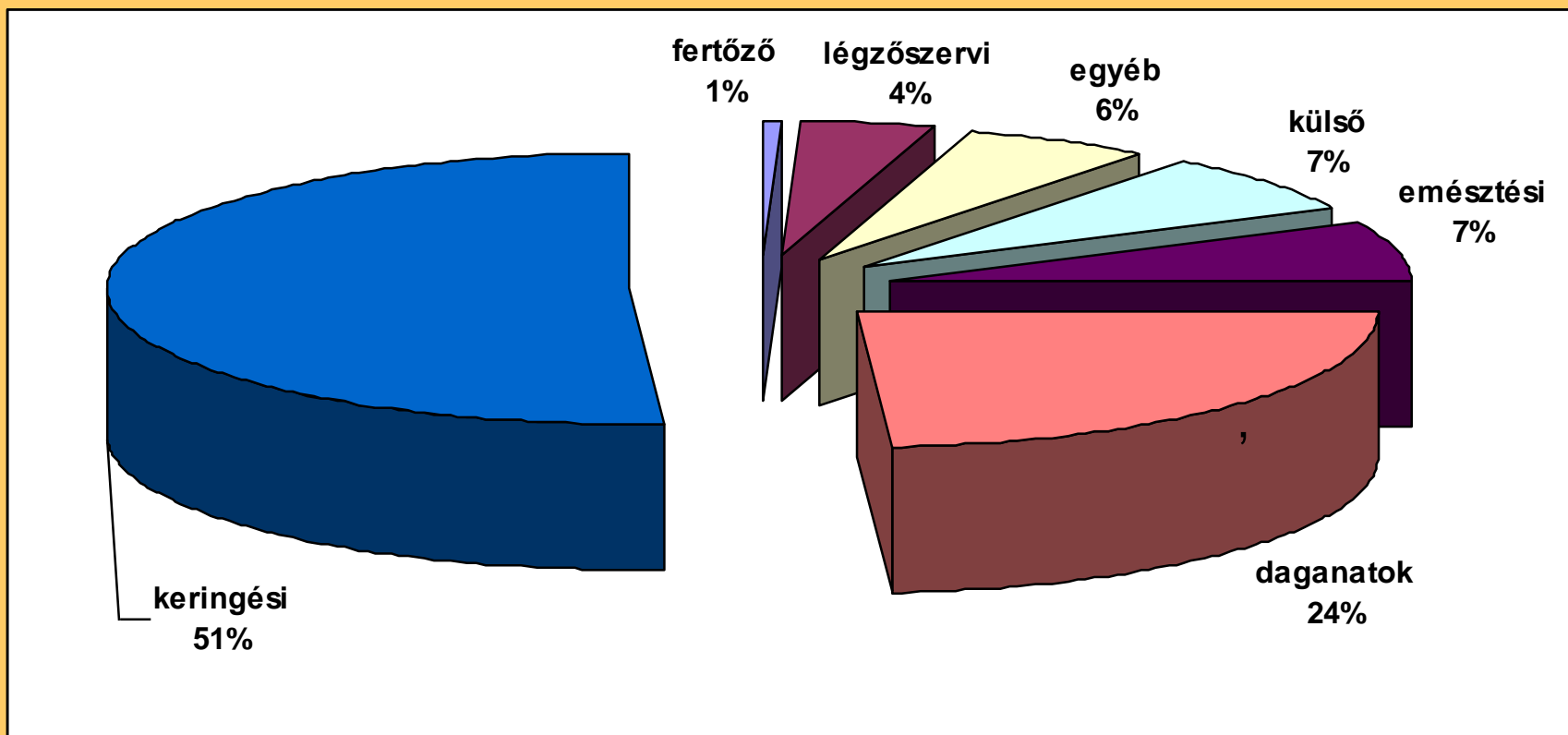


A globe of the Earth showing a rainbow color gradient overlaid on the continents. The colors range from purple and blue in the northern and southern poles to red and orange in the tropical regions. The text "WHO halálzási statisztika" is centered over the globe in white. In the top left corner, there is a faint, semi-transparent watermark that reads "corbis".

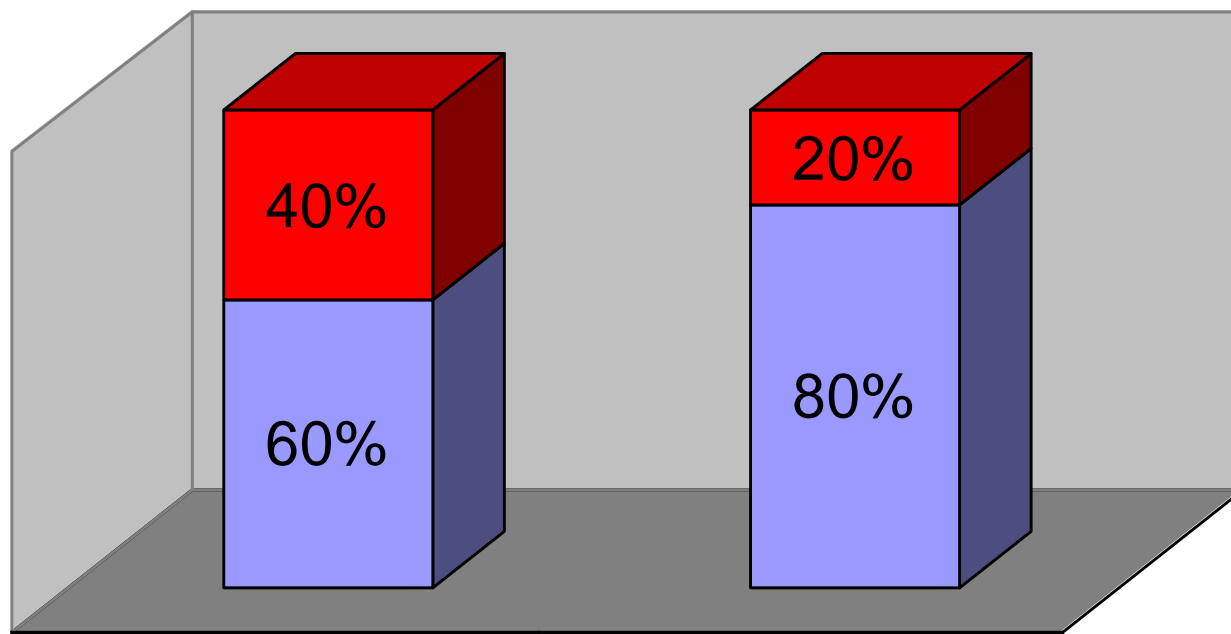
WHO halálzási statisztika

- **A meghaltak 20 %-a a Földön 15 éven aluli gyermek.**
- **A meghaltak 46 %-a Afrikában 15 éven aluli gyermek (Légúti fertőzések, Szülési komplikációk, Malária)**
- **Leggyakoribb halálokok:**
 - **Szív- érrendszeri betegségek (az idő előtti halálozások 80%-a elkerülhető lett volna)**
 - **Daganatos betegségek (gyors növekedés, legfőbb veszélyforrás a dohányzás)**
- **Prognózisok 2030-ra:**
 - **AIDS betegek száma felére csökken.**
 - **Baleseti halálozás duplázódik**
 - **Depresszió növekedése**

Fő halálokok megoszlása, Magyarország



Az idő előtti (65 éven aluli) halálozás aránya, 1999.



férfiak

nők

■ 65 év felett ■ 65 év alatt

Életesélyek 2009



EU15 férfi=75,5 év

EU15 nő=82 év

átlag=79 év

magyar férfi=70 év

magyar nő=78 év

átlag=74 év

A photograph of an elderly woman with short, curly white hair, wearing a white long-sleeved shirt. She is sitting in a wheelchair, looking off to the side with a thoughtful expression, her hand resting near her chin. The background is a blurred outdoor setting with greenery and a building.

**Önellátásban korlátozott a
felnőtt lakosság 5-10
százaléka.**

Életminőség

Gondot jelent az

Öltözködés

a felnőtt lakosság 8,5 százalékának.

Gondot jelent a

Tisztálkodás

a felnőtt lakosság 9 százalékának.

A photograph of a person walking up a set of stairs. The person is wearing dark pants and shoes. The stairs are made of light-colored concrete or stone. There is a metal railing on the right side of the stairs. The background is slightly blurred.

Közlekedés

Problémát okoz a lépcsőn való közlekedés a férfiak egytizedének és a nők egyötödének.


európai szívprogram

egészséges szívvel 65 éves korig

koleszterin szint < 5 millimol/liter

vérnyomás $< 140/90$

évi 1%-al csökkenjen a
dohányosok aránya



**Vigye el a kutyáját sétálni!
Akkor is, ha nincs.**

**Európai Kardiológus Társaság
Berlin**