

# Zdraví a jeho determinanty

Mgr. Aleš Peřina, Ph. D.

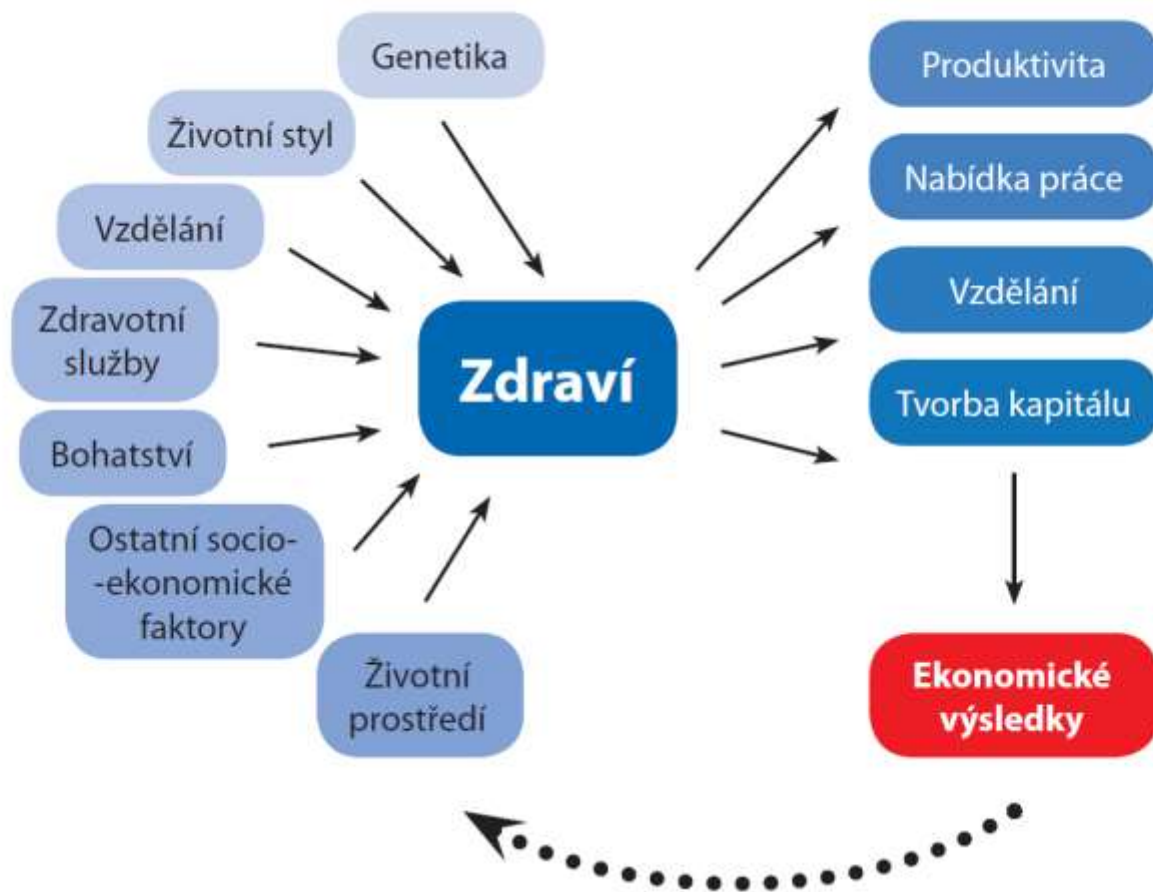
Ústav ochrany a podpory zdraví LF MU

Kamenice 5, 625 00 Brno

# Zdraví

- **Stav úplné tělesné, duševní a sociální pohody a nejen nepřítomnost nemoci nebo vady (WHO, 1948)**
- Model zdraví
  - Zjednodušená představa zdraví zahrnující jeho základní determinanty a charakteristiky
    - Biomedicínský (referenční hodnoty)
    - Celostní, behaviorální, ekologicko-sociální
- **Nemoc: porucha zdraví, obvykle zjistitelná objektivně, bývá vnímána nemocnou osobou a stává se předmětem zdravotnických služeb.**

# Zdraví znamená bohatství (Zdraví 2020)



# Determinanty zdraví

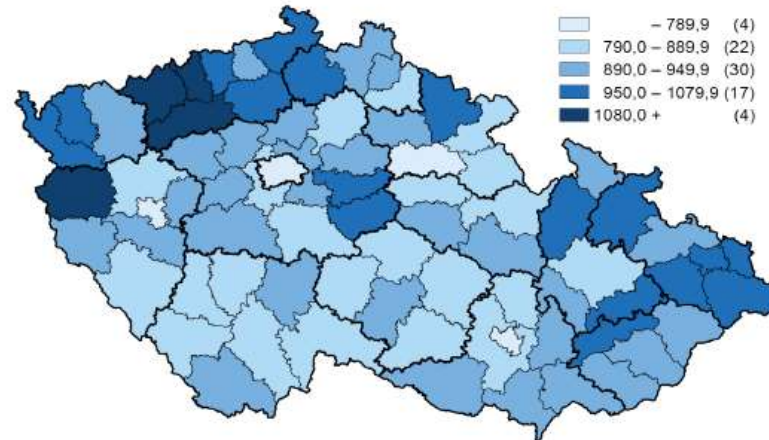
- Faktory, které mají nejsilnější vliv na zdraví (ve smyslu pozitivním i negativním)
  - Genetické a biologické
  - Behaviorální (chování)
  - Sociální, demografické a ekonomické
    - Stárnutí populace, výskyt chronických onemocnění (diabetes mellitus 2. typu, nádorová, kardiovaskulární, duševní onemocnění, onemocnění pohybového aparátu)
    - Migrace osob (dlouhodobé hledisko)
- **Neovlivnitelné a ovlivnitelné.**
- Determinanty zdraví jsou v neustálé **interakci**, která přímo závisí na individuální reaktivitě jedinců i jejich schopnosti využívat dostupných prostředků (zdrojů) pro udržení nebo obnovení zdraví.



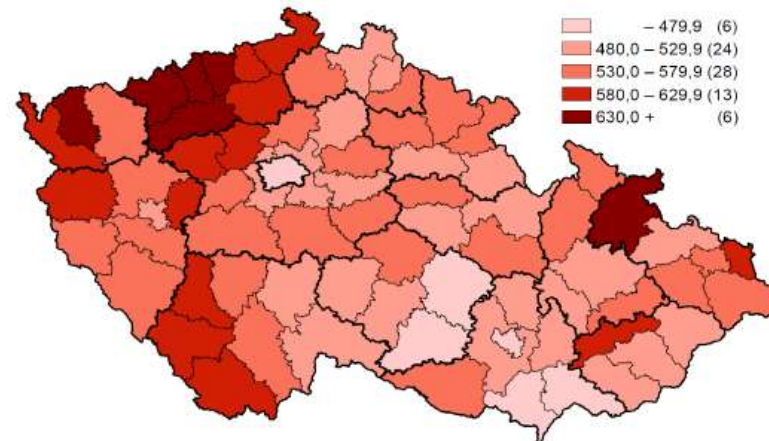
# Ukazatele (indikátory) zdraví

ZDRAVOTNICKÁ ROČENKA ČR 2013 / CZECH HEALTH STATISTICS 2013

**Standardizovaná úmrtnost mužů**  
*Standardized mortality rate in males*



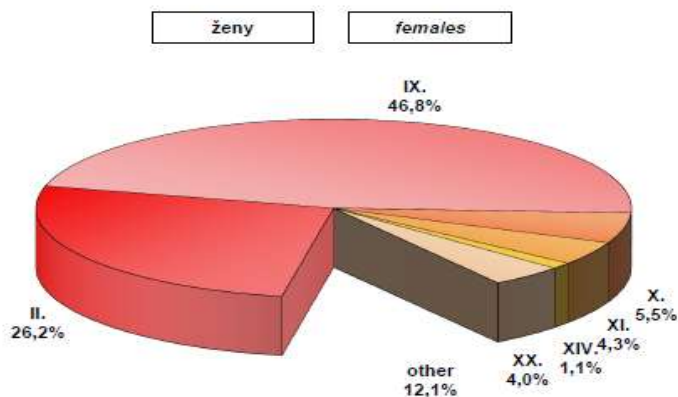
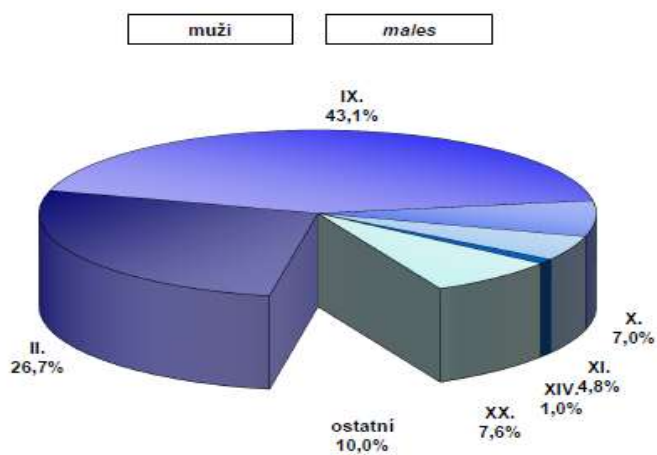
**Standardizovaná úmrtnost žen**  
*Standardized mortality rate in females*



# Ukazatele (indikátory) zdraví

ZDRAVOTNICKÁ ROČENKA ČR 2013 / CZECH HEALTH STATISTICS 2013

Standardizovaná úmrtnost podle příčin smrti (MKN-10)  
Standardized mortality rate by cause of death (ICD-10)



Legenda

**II. Novotvary**

**IX. Nemoci oběhové soustavy**

X. Nemoci dýchací soustavy

XI. Nemoci trávicí soustavy

XIV. Nemoci močové a pohlavní soustavy

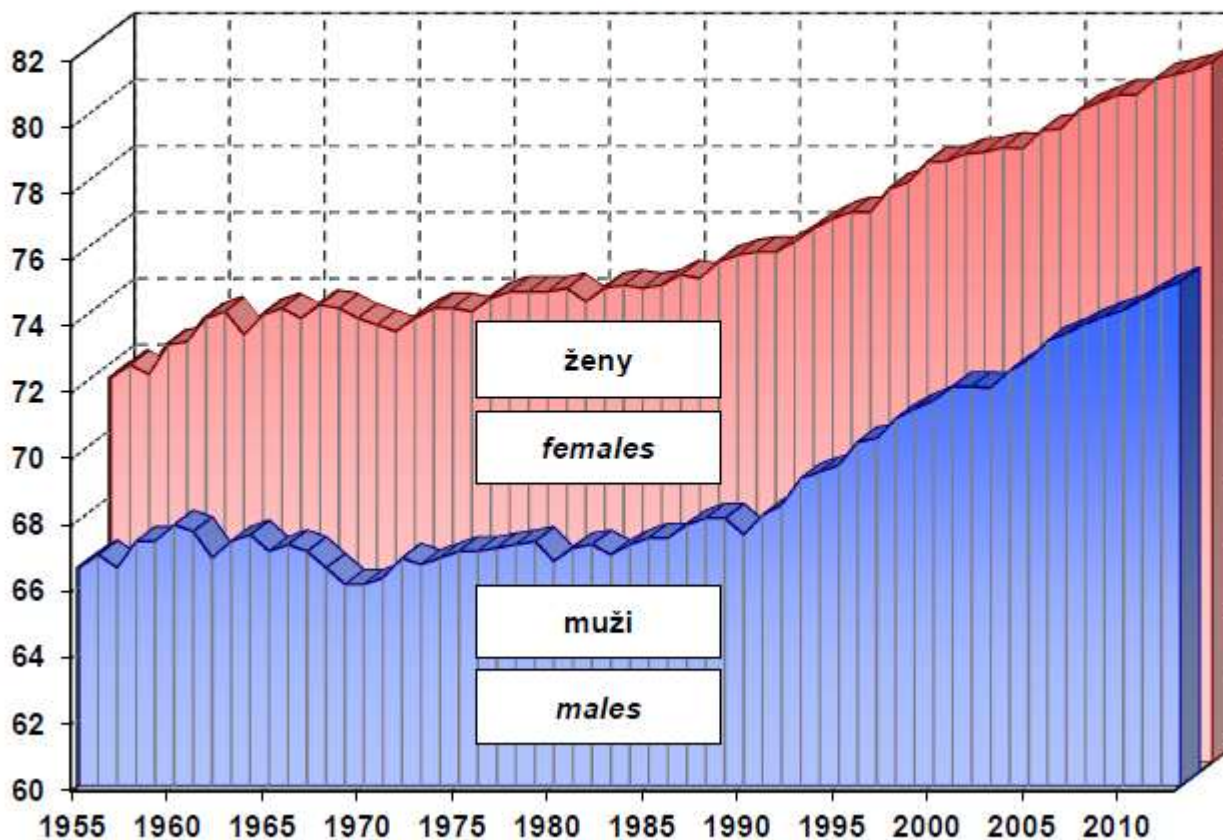
XX. Vnější příčiny nemocnosti a úmrtnosti

Ostatní: infekční nemoci, nemoci krve, nemoci endokrinní, duševní poruchy, nemoci nervové soustavy, nemoci oka, nemoci ucha, nemoci kůže, nemoci svalové a kosterní soustavy, těhotenství, porod a šestinedělí, stavy vzniklé v perinatálním období, vrozené vady

# Ukazatele (indikátory) zdraví

ZDRAVOTNICKÁ ROČENKA ČR 2013 / CZECH HEALTH STATISTICS 2013

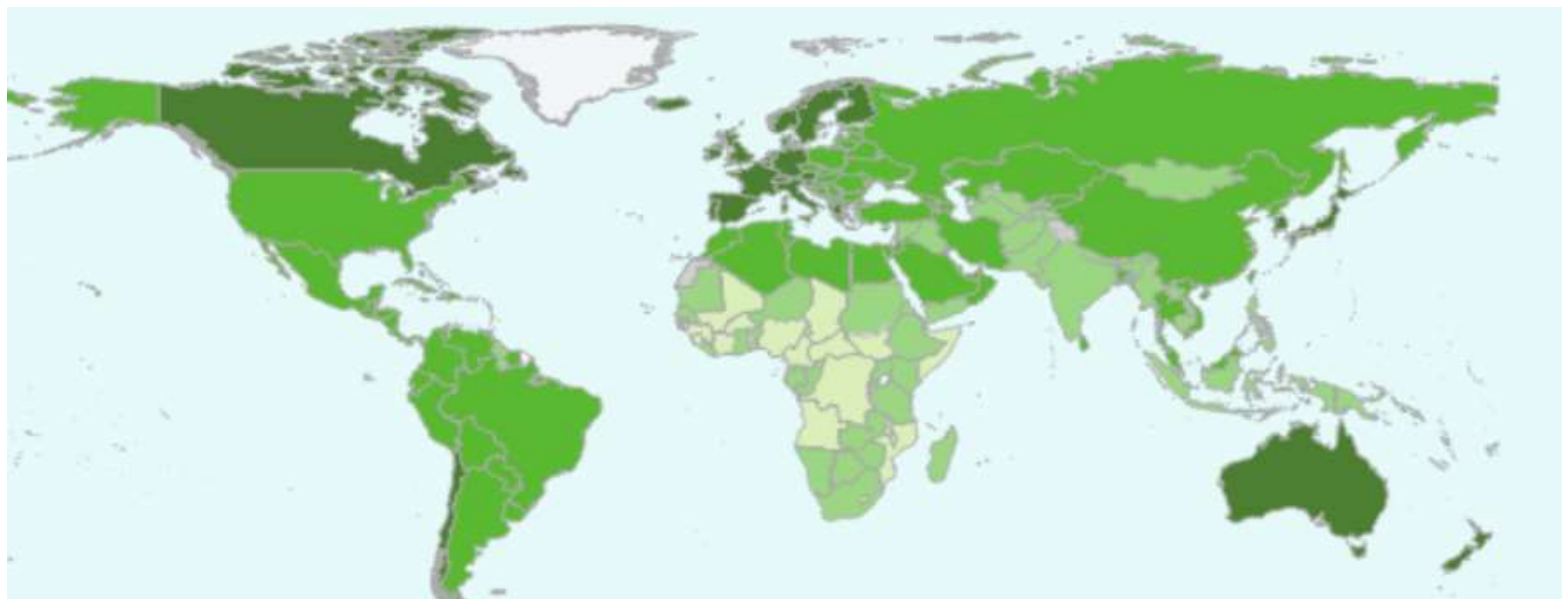
Vývoj střední délky života při narození  
*Trend of life expectancy at birth*



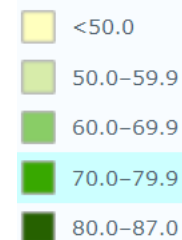


# Ukazatele (indikátory) zdraví

## Střední délka života (WHO data repository)



Světový průměr 71,4 roku



# Determinanty zdraví (II.)

- Socioekonomický status (SES) je zřejmě nejsilnější determinantou zdraví. SES lze měřit podle finanční situace jednotlivců. Osoby s horší finanční situací častěji kouří, nadměrně konzumují alkohol, mají nezdravou výživu a trpí obezitou.
- vliv vzdělávání
- vliv prostředí, v němž člověk žije na utváření společenských norem uvnitř sociálních skupin

*Studie HELEN, SZÚ*

# Prevence

- Prodloužit kvalitní život (**D**isability-**A**djused **L**ife **Y**ears)!
  - **DALY** = **Y**ears of **L**ife **L**ost + **Y**ears **L**ost due to **D**isability
- „Zdraví nevzniká v nemocnicích, ale všude tam, kde lidé žijí a pracují, odpočívají a stárnou“ (Zdraví 2020)
- Typy prevence
  - **Primární:** předcházení expozice determinantám nemocí (chování, prostředí, genetika)
    - Úloha státu (státní dozor nad výrobky, průmyslem ..., regulace reklamy)
    - Výchova ke zdraví, změna postojů
  - **Sekundární:** detekce pre-symptomatických stádií nemocí (screening)
    - Lékař, zdravotnictví
    - Kvalita screeningového testu
  - **Terciární:** znovunastolení zdraví, pokud již nemoc propukla, redukce komplikací
    - Lékař, zdravotnictví, sociální služby
  - **Kvartérní:** zmírnění dopadů či vyhnutí se následkům nepotřebných či nadměrných léčebných intervencí

# Příčiny kardiovaskulárních onemocnění

## Hlavní ovlivnitelné rizikové faktory

### Faktory životního stylu

*(ovlivnitelné přímo)*

- **Kouření**
- **Strava** - bohatá na satur. tuky, cholesterol a energii, chudá na ochranné látky
- **Nízká pohybová aktivita**
- **Alkohol** - nadměrná konzumace

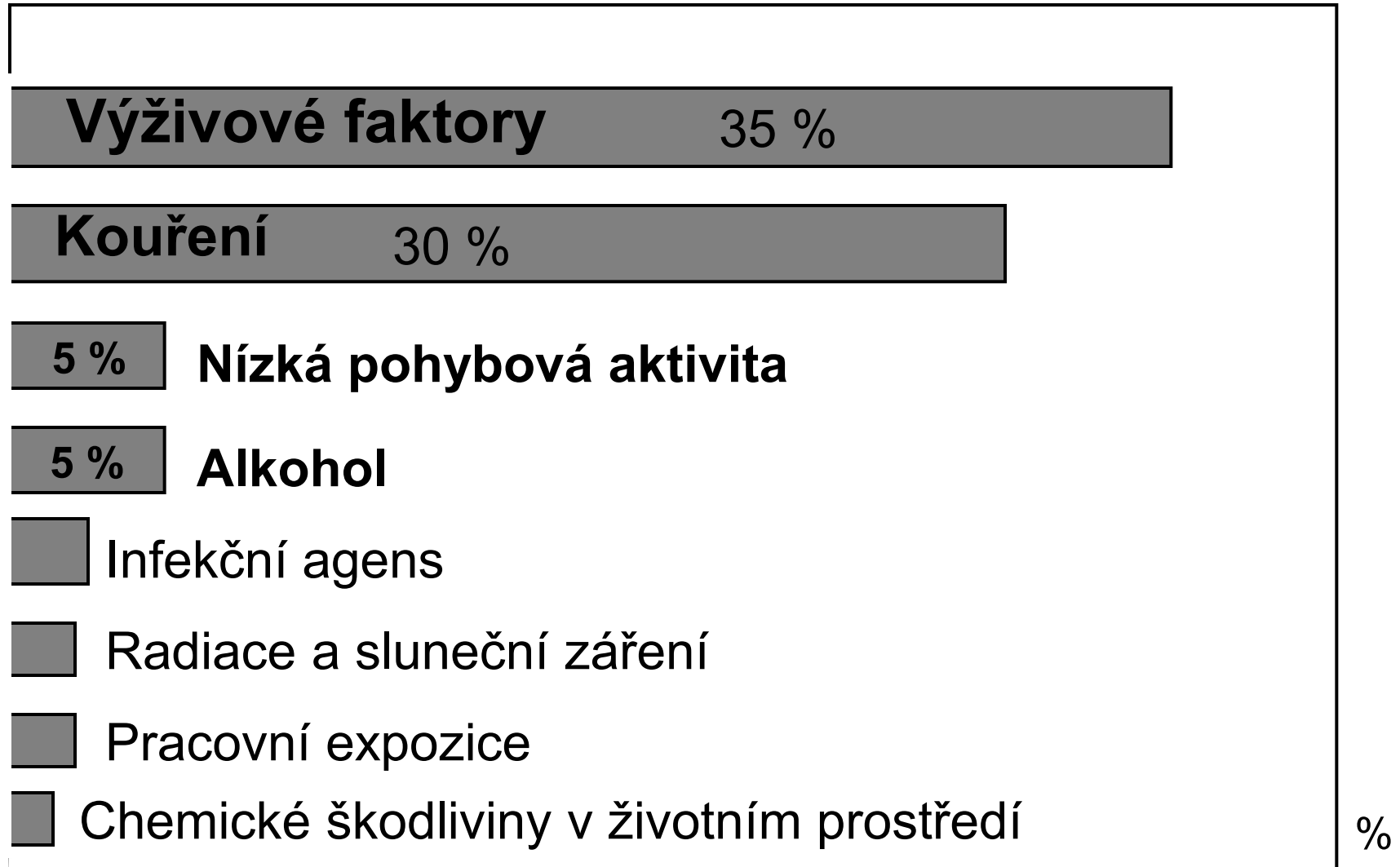
### Biochemické a fyziologické charakteristiky

*(ovlivnitelné nepřímo, sekundárně)*

- Zvýšený **cholesterol** v krvi (zejména vysoký LDL a nízký HDL)
- Zvýšený **krevní tlak**
- **Hyperglykémie**, snížená gluk.tolerance, diabetes
- **Obezita**
- **Trombogenní** faktory

# Příčiny rakoviny

Kolika % přispívá faktor celkové úmrtnosti na nádory



# Výživové faktory s prokázaným efektem na riziko rakoviny

## Zvýšení rizika

### Nadváha a obezita:

- Prs (postmeno)
- Colon
- Endometrium
- Jícen
- Ledvina
- Pankreas
- Žlučník
- Štítná žl.
- Ovarium
- Cervix
- Mnohoč.myelom
- Hodgkinův lymf.
- Prostata (agresiv)

### Alkohol:

- Prs
- Ústa, hltan
- Hrtan
- Jícen
- Játra
- Colon + rectum

### Maso, uzeniny:

- Colon+rectum
- Prostata

## Snížení rizika

### Pohyb:

- Prs
- Colon
- Endometrium
- Prostata

### Zelenina, ovoce:

- Plíce
- Jícen
- Žaludek
- Colon + rectum

### Cereálie

# Zdravotní politika

- Výraz zájmu a odpovědnosti státu na zdraví lidí.
- Základní otázky zdravotní politiky
  - *Jaké je zdraví lidí?*
    - Zdravotní statistiky, demografie (deskripce)
  - *Proč je zdraví takové?*
    - Analytické studie
  - *Co se dá udělat pro zlepšení zdraví?*
    - Nepochitická i politická rozhodnutí pro zlepšení zdraví.
- *Zdraví pro všechny v 21. století (Zdraví 21)*
- **Zdraví 2020**
  - Navazuje na program Zdraví 21
  - 4 prioritní oblasti v meziresortní spolupráci (MZ, MŽP, MZe aj.):  
Role občanů; Zdravotní problémy Evropy; Posílení zdravotnických systémů; Odolnost sociálních skupin

# Místo závěru: zdraví je komplexní veličina

