

# Nemzetközi összefogás a férfiak egészségéért

Prof. Dr. Métényi János

Országos Egészségfejlesztési Intézet

Hippokratész egyik aforizmája így szól: „A bölcs ember tudatában van annak, hogy legértékesebb kincse az egészség.” Sajnos, sok nembe r ebben az értelemben nem tekinthető bölcsnek, mert ez az érték többnyire már csak akkor tudatosul, amikor elveszik. Különösen vonatkozik ez a férfiakra. A statisztikai felmérések, de a közvetlen tapasztalatok is azt mutatják, hogy a háziorvosi és a szakrendelői várókban jóval kevesebb férfi jelentkezik egészségi problémáival, illetve kevesebben vesznek részt a szűrővizsgálatokban, mint a nők.

Ebből arra is lehetne következtetni, hogy a férfiak egészségesebbek, kevesebb közöttük a beteg, mint a nők körében. A demográfiai és az egészségstatisztikai adatok viszont egyáltalán nem igazolják a férfiak jobb egészségi állapotát. Így például a születéskor várható életkor adata, amely egyik alapvető tájékoztató szám a lakosság egészségi állapotáról, világszerte és így Magyarországon is a férfi lakosság több éves hátrányát mutatják a nőkkel szemben. Ugyanezt tapasztaljuk akkor is, amikor a legfőbb halálokok közül a szív-érrendszeri, a daganatos betegségek, az emésztő- vagy légzőszervi elváltozások, vagy akár a közlekedési és sportbalesetek, az öngyilkosság nemenkénti arányait vizsgáljuk.

Kell tehát valamilyen lényeges oknak vagy okoknak lenniük, amelyek a fennálló ellentmondást a látszólag betegbb nők és az egészségesebbnek tartott férfiak magasabb halálozási aránya között megmagyarázzák.

Vannak természetesen a férfiak biológiai, nem jellegéből, illetve a hormonális működéséből adódó befolyásoló tényezők, viszont ezek más vonatkozásban ugyanígy a nőknél is fennállanak. Ugyancsak biológiai háttere van annak, hogy a férfiaknak ritkább a kapcsolata az egészségügyi ellátással. Elég, ha csak arra utalunk itt, hogy a menstruációs zavarok, a terhesség, a fogamzásgátlás miatt a nők rendszeresebben egészségügyi gondozást igényelnek.

Az okok keresésében a szakemberek körében mindinkább a társadalmilag meghatározott nemi szerep, a gender vizsgálata került előtérbe. Ennek értelmében a férfiak egészsége jelentős mértékben egyéni, magatartási, illetve társadalmi, környezeti tényezők által befolyásolt.

- A férfi társadalmi és ebből adódóan önképét a magabiztosság, a kemény helyállás, a siker, a fizikai és lelki erő, a „macho”-magatartás jellemzi. Ennek bizonyítására hajlamos akár az egészségét veszélyeztető helyzetek keresése. Lásd a fiatal fiúk növekvő számú gyorsjáratból adódó balesetei, a drogfogyasztás, a felelőtlen szex, stb. Már a fiúgyermek szocializálásában is elfogadott ezeknek a jellemvonásoknak a kialakítása akár a gyermek egészségét veszélyeztető helyzetekkel is. Ebbe a képbe a testi és a lelki bajok, a gyengeség, a betegség nem illenek bele, férfiatlannak minősülnek, kudarcként átéltek. Ez egyik fő oka annak, hogy a férfiak ritkán, és legtöbbször későn fordulnak orvoshoz, illetve veszik igénybe az egészségügyi szolgáltatásokat. Ebből adódik az is, hogy a javasolt és indokolt életmódi változtatást nehezen fogadják el. A tapasztalatok szerint nagyrészt tájékozatlanok testi és lelki egészségi problémáik megoldási lehetőségeiről, és ezért szkeptikusak ezeket illetően.
- A férfiak életmódja is sok vonatkozásban különbözik a nőkéétől. Így pl. a táplálék mennyiségében, megválasztásában már az ifjúkortól egészségtelenebb szokásokat vesznek föl. Mindez a korán jelentkező túlsúlyhoz és ezzel együttjáró betegségekhez vezet.

- A férfiaknak be kell tölteniük a férji, az apai, a munkahelyi szerepet, valamint vállalniuk az anyagi biztonságért a felelősséget. Ez a teher nem egyszer súlyos pszichés állapothoz, depresszióhoz, alkoholizmushoz vezethet. Hasonló feszültséget jelent a munkahely megtartásáért folyó feszített, főleg a férfiakat érintő, egészséget is felőrlő helyzet, amely ugyanakkor még a betegség látszatának kerülését is megköveteli.
- A férfiak számára egészségi rizikóhelyzetet jelentenek egyes, elsősorban férfiakat foglalkoztató munkahelyek, mint például a bányászat, az építkezés, tűzoltás és a katasztrófa elhárítás, vagy akár a tengeri halászat.
- Az említett férfikép alapján az orvosok is hajlamosabbak a férfi-egészségi problémákra kevésbé felfigyelni.
- Az orvosi rendelési időbeosztás, a hosszú várakozási idő, ennek a munkaidővel való ütközése, nehezíti a szolgáltatások igénybevételét, és elriasztja a férfiak jelentős részét.

Ezek az okok nem csupán a férfiakat érintik, de kihatnak környezetükre, a családra, a nőkre, és a társadalom egészére is. Mindezeknek a felismerése hozta felszínre min több országban azt az igényt, hogy szükséges a férfiak egészségével, egészségi magatartásával, betegségeik megelőzésével és gyógyításával külön is foglalkozni, és ehhez megfelelő szakmai és társadalmi összefogást kialakítani.

Angliában, Svájcban, Ausztráliában már néhány éve vannak kezdeményezések, amelyek részben a politikusok, másrészt az egészségügyi intézmények, orvosi szervezetek között fejtik ki tevékenységüket a Férfiak Egészségéért programok keretében. Az Amerikai Egyesült Államokban a kongresszus törvényt is fogadott el a Férfiak Egészségéért címmel. A törvény hangsúlyozta azt a válságot, amely az amerikai férfiak egészségét fenyegeti, és amely ugyancsak érinti a nőket, a családokat és a gazdaságot is. Rámutatott arra, hogy a születéskor várható életkor különbsége a férfiak és a nők között 1920-ban mért egy évről 1998-ban hat évre emelkedett, aminek hátterében a férfiak helytelenebb életmódi magatartása rejlik. A törvény a szükséges intézkedések és a széleskörű társadalmi tevékenység összefogásra indokoltan tartott a Férfiak Egészségéért Iroda felállítását.

Ezeknek az elszórt kezdeményezéseknek sikere és kibontakozása alapján merült fel annak a gondolata, hogy nemzetközi szerveződéssel, speciális tartalmak és módszerek kidolgozásával, tapasztalatok kicserélésével az erőfeszítéseket össze kell fogni.

A gondolat megvalósítására a 2001 novemberében Bécsben tartott Férfiak egészségéért I. világtalálkozó kerület sor. Megalakult a Férfiak Egészségéért Nemzetközi Társasága, amelynek elnöke a kongresszust szervező Siegfried Meryn orvosprofesszor, gasztroenterológus, közismert személyiség lett. Ugyancsak Bécsben alakult meg egyúttal a Férfiak Egészségéért Európai fóruma.

A társaság a nemzetközi program fő célkitűzéseit a következőkben határozta meg:

- A férfiak egészségi állapotának sokoldalú feltárása
- A férfitudatosság megerősítése saját egészségükről, fizikai és pszichés problémáiknak kezelhetőségéről.
- Az egészségügyi szolgáltatások igénybevételében és az életmódi változtatásokban jelentkező visszahúzó, ellenző férfi magatartásnak megváltoztatása.
- Az egészségügyi szolgáltatásokban, elsősorban az alapellátásban fokozott szerep biztosítása a férfiak egészségi problémáinak.

Az Európai férfiak Egészségügyi Fóruma elfogadva ezeket a célokat kiegészítette azzal, hogy speciális céljuk növelni a férfiak egészségével foglalkozó európai államoknak számát, valamint erősíteni a nemzeti, a regionális és a helyi szervezeteket kormányzati és nem kormányzati szinteken.

Tartalmi vonatkozásban széleskörű multimedcinális és multidiszlipcinális feladatokat jelölt meg a program. A tartalmi kérdéseken belül a prevenciós szemlélet, az elsődleges és másodlagos megelőzés szempontjai, az életmódi változtatások és javítások kaptak elsőbbséget.

Kiemelten szerepelnek a szorosán vett az ún. férfibetegségek témái:

- A prosztatata jóindulatú és rákos elváltozásai
- A here daganatos betegségei
- A merevedési zavarok, amely mögött nemcsak pszichés, de organikus okok is szerepelhetnek, mint a diabetesz, a prosztatadaganat, és szív betegségei

További nagy jelentősége van a programban:

- A szív és érrendszeri megbetegedéseknek
- Az anyagcsere rendellenességeknek
- Az egyéb rákos elváltozásoknak, mint a vastagbél, hólyagrák, vagy a kevésbé figyelemmel kísért férfimellrák
- A csont elváltozások, az oszteoporózis, mely nemcsak a nők problémái, de a férfiaknál, főleg idősebb fokozottan jelentkezik
- A dohányzás és az alkoholfogyasztás, amely nemcsak betegséget okozó, de társadalmi és pszichológiai problémaként is jelentkezik
- A mentális problémák, mint pl. a depresszió, mely mindinkább férfi problémává válik
- Az erőszakos halálokok, balesetek és az öngyilkosság
- Az etnikai, szociális és földrajzi különbségek szerepe a férfiak egészségében

Az első nemzetközi kongresszus óta már további két kongresszus zajlott le Bécsben, növekvő előadás- és résztvevő számmal. Magyar résről, tudomásom szerint, Romics Imre és Papp György professzorok, valamint Nagy Éva szombathelyi házi orvos és jómagam vettünk részt előadással, poszterrel ezeken.

A kongresszusokon többnyire átfogóbb és nagyobb területeket érintő kutatásokról, felmérésekről szóló beszámolók szerepeltek elsősorban, de nem egy esetben nagyon speciális és szűkebb körű, egyedi problémákat is feltáró témákat lehetett hallani. Csak példaképp említem azt az előadást, amely arról számolt be, hogy az afrikai körülmetélt muzulmán férfiak ritkábban fertőződnek a HIV-vel. Ezért körükben a védekezés elmulasztása gyakori, ami ugyanakkor viszont a HIV járvány terjedéséhez vezetett.

A cikk kereteit túllépné a kongresszusokról szóló részletes beszámoló. Mégis két nagyobb, átfogó felmérést szükségesnek tartok megemlíteni. Az egyiket a bécsi Társadalomtudományi Intézet végezte el a bécsi férfiak egészségi állapotáról.

Ugyancsak nagy jelentőségű, teljes körű kutatás anyag jelent meg a múlt évben, amelyet a Leeds-i Egyetem munkatársai végeztek 17 európai ország férfiak egészségével kapcsolatos adatoknak feldolgozásával és értékelésével. Ez a teljes kutatási anyag személyes kapcsolataink alapján rendelkezésre áll, és arra inspirálhat, hogy hasonló felmérést

összehasonlítás céljából hazánkban és az Európai Unióba újonnan belépő országokban is elvégezzük.

A Nemzetközi Társaság tevékenységéhez hozzátartozik, hogy rendszeresen havi tájékoztatást ad a Men's Health Newsletter-rel, nagyobb terjedelmű szakmai cikkel, és számos publikáció rövid ismertetésével. Ez év májusában indult el a Társaság újságja, The Journal of Men's Health and Gender címmel. Az Európai Fórum is megjelenteti saját újságját. Az interneten elhelyezett honlapok is gazdag forrásul szolgálnak a téma iránt érdeklődőknek.

Néhány ez évi, a férfiak egészségével foglalkozó nagyobb rendezvény:

- Május 20-22. Arlington, Virginia (USA)  
A férfiak Egészségéért Nemzeti Konferencia
- Július 9-11. Német Evangélikus Akadémia. Hofgelmar, Németország  
Férfiak és Egészség Konferencia
- Október 8-9. Bécs. Németország és Ausztria közös német nyelvű konferenciája
- Október 13-17. Orlando, Florida (USA)  
WONCA Világkonferenciáján Férfiak Egészségéért Nap

A nemzetközi Férfiak Egészségéért Társaság javaslatára a Bécsben tartott 2. vilá kongresszus határozta el, hogy világszerte összehangoltan 2003. június 9-15. között kerüljön sor az első, világszerte megrendezendő Férfiak Egészségéért Hétre.

Az ötlet az USA-ból indult el, amikor a Men's Health Network kezdeményezésére 1994-ben a Kongresszus elfogadta az erre vonatkozó javaslatot. És Clinton elnök törvényesítette azt. Ettől az időtől kezdve az Amerikai Egyesült Államokban minden év júniusában szövetségi és helyi szinteken színes, látványos programokkal rendezik meg a Férfiak Egészségéért Hetet, melynek utolsó napján tartják az apák napját.

A Férfiak Egészségéért Hét célja, hogy középpontba kerüljön mindenütt a férfiak egészsége. Nemzetközi és nemzeti szervezetek és intézmények szorgalmazzák, hogy az egészségpolitikában és az egészségügyi szolgáltatásokban fordítsanak különleges gondot a férfiak egészségi ellátására, különös tekintettel a megelőzésre és a korai felismerésre.

Az eseményekről internetes lapokon a Nemzetközi Férfiak Egészségéért Társaság, az Európai Férfiak Egészségéért Fórum, az angliai és wales-i Egészségügyi Fórum, a skóciai Férfiak Egészségéért Fórum és az ausztráliai Férfiak Egészségéért Információs Központ, az amerikai Férfiak Egészségéért Hálózat adtak információkat. Sok országban került sor olyan programokra, melyekben ingyenes szűrővizsgálatok szerepeltek, a megelőzés kérdéseiről tartottak lakossági fórumokat. Sok helyen változatos, sokszínű rendezvényeket, népszerű előadásokat, kiállításokat, vetélkedőket szerveztek, amelyekkel jelentős tömegeket tudtak mozgósítani és tájékoztatni. A tömegkommunikáció részéről egyebek közt a CNN, a CBS reggeli adása és a Newsweek tudósított. Mindezek révén mennyiségében jelentősen növekedett az érdeklődés, és mélyült el a téma fontosságának tudatosítása.

Magyarországon ez évben az Amerikai Egyesült Államok kezdeményezésére első ízben kerül sor a Férfiak Egészségéért Hét megrendezésére, 2004 június 14-20. között. Az egészséghét nyitó eseményeként a Nemzeti Népegészségügyi Program keretében, 2004. június 14-én az Országos Egészségfejlesztési Intézet, az Egészségügyi, Szociális és Családügyi Minisztérium és az Amerikai Egyesült Államok Nagykövetsége országos szimpoziумot rendezett „A férfiak egészségéért” címmel az ESZCSM dísztermében, amelyet dr. Kókény Mihály

miniszter, George H. Walker nagykövet és dr Misz Irén Írisz főigazgató nyitott meg. A nagy érdeklődés mellett zajló rendezvényen az orvosszakma prominens képviselői ismertették a magyar férfi lakosság aktuális egészségi helyzetét mindazon kórképekben, amelyekben a férfiak megbetegedési és halálozási aránya kiemelkedően magas. Színvonalas előadások hangzottak el a férfiak szív- és érrendszeri, daganatos és szénvedélybetegségeiről, valamint a szűrések szerepéről, várható egészséghatásáról.

A férfiak Egészség hét során az Egészségesebb Városok civil szervezet szervezésében az ország számos településén tájékoztatásokat, szűrővizsgálatokat, szakmai és népszerű ismeretterjesztő rendezvényeket tartottak.

A nemzetközi mozgalom a közel négy év óta eltelt idő alatt, mind nagyobb erőre kapott, és kiszélesedett. Így joggal mondhatta Meryn professzor 2003. október 24-én az immár 3.

Nemzetközi Férfiak Egészségéért Kongresszus megnyitó beszédében:

„2000-ben még csak néhányunk álma volt, hogy évente tudományos és összehangolt találkozásra kerülhessen sor a férfiak egészségéért témakörében. Különleges örömmel jelentem, hogy a 'csecsemő' nemcsak egészségesen fejlődik, de az Európai Unióban és sok más országban, így az Amerikai Egyesült Államokban is a figyelem a férfiak egészségének témakörében prioritást élvez és mind az orvosi, mind a politikai körökben napirenden van”  
Magyarországon több civil szervezet és számos orvosi szakterület kiváló szakembere foglalkozik kiemelten a férfiak egészségének problémáival. Indokoltnak látszik, hogy a más országokban már működő civil szervezethez hasonlóan Magyarországon is legyen fórum azok számára, akik elkötelezik magukat a férfiak egészségének javítása mellett és támogatásukkal, mozgósító erejükkel ezúton is segíthetik a nemzeti Népegészségügyi Program sikeres megvalósítását.

## **Összefoglalás**

A statisztika és a tapasztalat is azt mutatja, hogy a férfiak ritkábban keresik fel az egészségügyi intézményeket, de ez nem jelenti azt, hogy egészségesebbek, mint a nők. A férfiak rosszabb egészségi állapota magatartási, illetve társadalmi környezeti tényezők által meghatározott szerepükből adódik. Az utóbbi években a Férfiak egészségéért jelszó jegyében társadalmi összefogással, helyi és nemzetközi szinten szervezetek alakulnak, kutatásokat, felméréseket végeznek; évente kongresszusokat, Férfiak Egészségéért Heteket rendeznek, hogy a figyelmet ráirányítsák erre a problémára. Indokoltnak látszik Magyarországon is hasonló szervezet létesítése.

Megjelent az Egészségfejlesztés 2004/3. számában