Το περιβάλλον εκδικείται με ασθένειες (Θεοδώρα Τσώλη)

Categories : ΥΓΕΙΑ - ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Date : 15 Αυγούστου, 2006

Οι τέσσερις στις πέντε σημαντικότερες ασθένειες της σύγχρονης εποχής οφείλονται σε νοσογόνους παράγοντες που σχετίζονται με την περιβαλλοντική ρύπανση του πλανήτη. Ποιοι είναι σήμερα οι μεγαλύτεροι κίνδυνοι για την υγεία του παγκόσμιου πληθυσμού

Τα παράδοξα καιρικά φαινόμενα που ζήσαμε και συνεχίζουμε να ζούμε το τελευταίο διάστημα - και τα οποία στοίχισαν ανθρώπινες ζωές στην υπόλοιπη Ευρώπη - μάλλον ήρθαν για να μείνουν. Είναι μια από τις απτές αποδείξεις ότι ο πλανήτης μας «ασθενεί βαρέως» και η νόσος του είναι σε πλήρη εξέλιξη. Μαζί με τον πλανήτη θα ήταν αδύνατον να μην ασθενούμε και εμείς. Εμείς που είμαστε οι κύριοι υπεύθυνοι για τη νόσο του, όπως επισημαίνουν οι ειδικοί. Οι περιβαλλοντικοί παράγοντες ευθύνονται για το ένα τέταρτο της εμφάνισης ασθενειών στον παγκόσμιο πληθυσμό, για το ένα τρίτο των ασθενειών σε μικρά παιδιά και για τέσσερα εκατομμύρια θανάτους παιδιών κάτω των πέντε ετών ετησίως. Και όταν λέμε «περιβάλλον» εννοούμε και το στενό περιβάλλον του σπιτιού μας και αυτό της εργασίας μας και το φυσικό περιβάλλον.

Η βαριά αυτή διάγνωση, που μαρτυρεί ότι οι επιπτώσεις των δικών μας πράξεων δεν αφορούν μόνο τις ερχόμενες γενιές, έγινε πρόσφατα από ειδικούς επιστήμονες του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (ΠΟΥ) στην έκθεση με τίτλο «Πρόληψη των ασθενειών μέσω ενός υγιούς περιβάλλοντος». Η έκθεση αυτή, που δημοσιεύθηκε πριν από περίπου έναν μήνα, αποτελεί ουσιαστικώς μια απάντηση σε εκείνους που δηλώνουν ότι δεν τους απασχολεί το μέλλον του πλανήτη, αφού αποδεικνύει με τα πιο μελανά χρώματα ότι ήδη κινδυνεύει το παρόν του και μαζί με αυτό όχι απλώς κινδυνεύουν αλλά χάνονται οι ζωές εκατομμυρίων ανθρώπων. Οπως σημειώνουν οι ερευνητές, από τον κατάλογο των 102 σημαντικότερων ασθενειών που περιλαμβάνονται στην έκθεση για την Παγκόσμια Υγεία του 2004, οι 85 συνδέονται ως έναν βαθμό με την έκθεση σε παράγοντες κινδύνου που σχετίζονται με το περιβάλλον! Ακόμη και αν

δεν σας αρέσει η στεγνή αποτύπωση με αριθμούς, η συγκεκριμένη δεν μπορεί να μη σας κάνει εντύπωση. Το ζητούμενο βεβαίως είναι η εντύπωση να μετατραπεί σε δράση...

Οι περιβαλλοντικοί παράγοντες συνδέονται με το 24% της επιβάρυνσης στην υγεία εξαιτίας ασθενειών (χρόνια υγιούς ζωής που χάνονται) καθώς και το 23% των θανάτων (πρόωρη θνησιμότητα) σε παγκόσμιο επίπεδο. Τα ποσοστά είναι ακόμη πιο «βάναυσα» όταν κάνουμε λόγο για τις πιο τρυφερές ηλικίες, εκείνες παιδιών ως 14 ετών: εκτιμάται ότι στη συγκεκριμένη ηλικιακή ομάδα, το ποσοστό θανάτων που αποδίδονται στο περιβάλλον αγγίζει το 36%! Οπως μάλιστα σημειώνουν οι συντάκτες της έκθεσης, η εκτίμηση αυτή είναι μάλλον συντηρητική καθώς δεν υπάρχουν ακόμη στοιχεία για πολλές ασθένειες η εμφάνιση των οποίων συνδέεται με τις περιβαλλοντικές συνθήκες.

Ο χάρτης των ασθενειών διαφέρει μεταξύ των ανεπτυγμένων και των αναπτυσσόμενων χωρών. Κάτι τέτοιο είναι βεβαίως αναμενόμενο καθώς σημαντικό ρόλο παίζουν το είδος της έκθεσης σε περιβαλλοντικούς παράγοντες, οι διαφορετικοί παράγοντες σε κάθε περιοχή, αλλά και η δυνατότητα πρόσβασης σε υπηρεσίες υγείας στα διάφορα μέρη του πλανήτη. Σε γενικά πλαίσια εκτιμάται ότι το περιβάλλον που κατέστρεψαν οι «πλούσιοι» του κόσμου έχει βαρύτερο κόστος στην υγεία των «φτωχών»: υπολογίζεται ότι το 25% επί του συνόλου των θανάτων στον αναπτυσσόμενο κόσμο αποδίδεται σε περιβαλλοντικά αίτια, ενώ την ίδια στιγμή στον ανεπτυγμένο κόσμο το ποσοστό αυτό δεν ξεπερνά το 17%. Σε κάθε περίπτωση, προνομιούχοι και μη πληρώνουν ακριβά τις συνέπειες του περιβάλλοντος. Το εννοεί κάποιος αυτό ευκολότερα αν αναλογιστεί ότι τα ποσοστά που παρατίθενται μετρούνται σε εκατομμύρια ανθρώπινες ζωές.

Οι «δολοφόνοι»

Ποιοι είναι όμως οι μεγαλύτεροι εχθροί της υγείας των κατοίκων του παγκόσμιου χωριού οι οποίοι έχουν τη ρίζα τους σε περιβαλλοντικούς παράγοντες; Τις πρώτες τέσσερις θέσεις της «φονικής» λίστας κρατούν οι διαρροϊκές ασθένειες, οι λοιμώξεις του κατώτερου αναπνευστικού, οι ακούσιοι τραυματισμοί και η ελονοσία. Ας δούμε αναλυτικότερα το «βιογραφικό» καθενός από αυτούς τους «δολοφόνους» του παγκόσμιου πληθυσμού.

* Διαρροϊκές ασθένειες: Εκτιμάται ότι το 94% των περιπτώσεων διαρροϊκών ασθενειών αποδίδεται σε περιβαλλοντικούς παράγοντες και συγκεκριμένα σε

παράγοντες κινδύνου όπως το μη ασφαλές πόσιμο νερό καθώς και οι κακές συνθήκες υγιεινής.

* Λοιμώξεις του κατώτερου αναπνευστικού: Συνδέονται κυρίως με τη ρύπανση σε εσωτερικούς χώρους, εξαιτίας της καύσης στερεών καυσίμων μέσα στην οικία αλλά και της έκθεσης στον καπνό του τσιγάρου. Βεβαίως σημαντικός είναι ο ρόλος και της ατμοσφαιρικής ρύπανσης στην εμφάνισή τους. Στις ανεπτυγμένες χώρες, δύο στις δέκα τέτοιες λοιμώξεις αποδίδονται σε περιβαλλοντικά αίτια, ενώ στις αναπτυσσόμενες το ποσοστό φθάνει το 42%.

* Ακούσιοι τραυματισμοί: Περιλαμβάνουν τραυματισμούς που συμβαίνουν στον χώρο εργασίας εξαιτίας της έκθεσης σε ακτινοβολία καθώς και εργατικά ατυχήματα. Το 44% των τραυματισμών αυτού του είδους αποδίδεται σε περιβαλλοντικούς παράγοντες.

* Ελονοσία: Το 42% των περιπτώσεων ελονοσίας αποδίδεται σε περιβαλλοντικούς παράγοντες εξαιτίας της έλλειψης πολιτικών και πρακτικών που θα μπορούσαν να βοηθήσουν στην αποφυγή εμφάνισης των κρουσμάτων, όπως η αποψίλωση, η διαχείριση των υδάτινων πόρων, η βελτίωση των συστημάτων αποχέτευσης.

Ο κατάλογος όμως είναι πολύ μακρός και όσο η παρέμβαση στο περιβάλλον καθίσταται μεγαλύτερη τόσο μακρότερος αναμένεται να γίνεται. Οι περιβαλλοντικοί παράγοντες παίζουν επίσης σημαντικό ρόλο στην εμφάνιση πλήθους άλλων καταστάσεων, όπως η χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια (ΧΑΠ), οι περιγεννητικές καταστάσεις (λιποβαρή βρέφη, προωρότητα, ασφυξία και τραυματισμοί κατά τη γέννηση), οι συγγενείς ανωμαλίες, οι ισχαιμικές καρδιοπάθειες, η νοητική υστέρηση που οφείλεται στην έκθεση σε μόλυβδο, οι πνιγμοί, ο HIV, ο υποσιτισμός, τα αγγειακά νοσήματα, το άσθμα, η φυματίωση, η κατάθλιψη, οι δηλητηριάσεις, οι πτώσεις, η απώλεια ακοής, ο καρκίνος του πνεύμονος. Λίγα παραδείγματα ενός τεράστιου καταλόγου.

Οπως πιθανώς θα καταλάβατε από την παράθεση αυτής της σειράς νόσων, στην πλειονότητά τους φαίνεται να «χτυπούν» τους λιγότερο προνομιούχους της Γης. Πράγματι, όπως σημειώνουν οι ερευνητές, κυρίως σε ό,τι αφορά τις λοιμώδεις νόσους, οι κάτοικοι του αναπτυσσόμενου κόσμου πληρώνουν βαρύτερα το κόστος του περιβάλλοντος. Το περιβαλλοντικό κόστος είναι 120 ως 150 φορές υψηλότερο στην εμφάνιση διαρροϊκών ασθενειών και λοιμώξεων του κατώτερου αναπνευστικού σε αναπτυσσόμενες περιοχές σε σύγκριση με ανεπτυγμένες.

Αλλά τελικώς αποδεικνύεται ότι στη συγκεκριμένη περίπτωση δεν ισχύει μόνο το «όπου φτωχός κι η μοίρα του», καθώς η μοίρα είναι βαριά και για τους... πλουσίους. Μπορεί οι λοιμώδεις νόσοι να προτιμούν τους κατοίκους των αναπτυσσόμενων

χωρών, ωστόσο τα καρδιαγγειακά και ο καρκίνος μάλλον «κατοικούν» στον δυτικό κόσμο. Ο αριθμός των χρόνων υγιούς ζωής που χάνονται λόγω καρδιαγγειακών νοσημάτων τα οποία έχουν ως έναν βαθμό τη ρίζα τους σε περιβαλλοντικούς παράγοντες είναι επτά φορές μεγαλύτερος στις ανεπτυγμένες χώρες σε σύγκριση με τις αναπτυσσόμενες, ενώ τα ποσοστά καρκίνου τέσσερις φορές υψηλότερα.

Η καρδιά

Η εμφάνιση καρδιαγγειακών νοσημάτων έχει συνδεθεί με παράγοντες όπως η ατμοσφαιρική ρύπανση, η έκθεση σε χημικούς παράγοντες όπως ο μόλυβδος, η έκθεση στον καπνό του τσιγάρου, αλλά και οι διάφοροι κίνδυνοι που εμφανίζονται στον χώρο εργασίας (όπως οι στρεσογόνες καταστάσεις οι οποίες αυξάνουν τις πιθανότητες εμφάνισης ισχαιμικής καρδιοπάθειας). Συνολικά εκτιμάται ότι έως και το 16% επί του συνολικού «ανθρώπινου» κόστους εξαιτίας καρδιαγγειακών νοσημάτων αποδίδεται στο περιβάλλον - ποσοστό που μεταφράζεται σε 2,5 εκατομμύρια θανάτους ετησίως, η πλειονότητα των οποίων καταγράφεται στις ανεπτυγμένες χώρες.

Ο καρκίνος

Ενας άλλος μεγάλος εχθρός της παγκόσμιας υγείας, ο καρκίνος, του οποίου διαφορετικές μορφές έχουν συνδεθεί επανειλημμένως με περιβαλλοντικούς παράγοντες, φαίνεται να προτιμά τους προνομιούχους. Είναι χαρακτηριστικό ότι μόνο σε ό,τι αφορά το επαγγελματικό περιβάλλον έχουν καταγραφεί 28 επιβεβαιωμένοι καρκινογόνοι παράγοντες, 27 πιθανοί καρκινογόνοι παράγοντες και 113 δυνητικοί καρκινογόνοι παράγοντες.

Στην κορυφή των νεοπλασιών βρίσκεται ο καρκίνος του πνεύμονος, ο οποίος «καλπάζει» χρόνο με τον χρόνο στις ανεπτυγμένες χώρες. Εκτός από το κάπνισμα, στο οποίο αποδίδεται το 66% των κρουσμάτων της νόσου, αυτή συνδέεται επίσης με την ατμοσφαιρική ρύπανση, τη ρύπανση στους εσωτερικούς χώρους λόγω καύσεως στερεών καυσίμων, αλλά και την έκθεση σε ραδόνιο, σε ιονίζουσα ακτινοβολία, σε άσβεστο και σε άλλα χημικά στοιχεία, όπως το χρώμιο, το νικέλιο, το κάδμιο.

Δεύτερος στην αρνητική σειρά ο καρκίνος του στομάχου, που συνδέεται με το ελικοβακτηρίδιο του πυλωρού και ο οποίος χτυπάει περισσότερο τον αναπτυσσόμενο κόσμο. Με περιβαλλοντικούς παράγοντες φαίνεται να συνδέονται και άλλα νεοπλάσματα, όπως η λευχαιμία - ποσοστό της τάξεως του 2% των κρουσμάτων αποδίδεται σε έκθεση σε χημικά όπως το βενζόλιο - αλλά και το κακόηθες μελάνωμα - κύρια αιτία εμφάνισής του είναι η έκθεση σε υπεριώδη ακτινοβολία. (Παρά ταύτα επιμένουμε να «εξαφανίζουμε» το προστατευτικό στρώμα του όζοντος με όποιον τρόπο μπορούμε, υπογραμμίζουν οι συντάκτες της έκθεσης.) Σε εμφάνιση καρκίνου

συμβάλλουν επίσης οι αφλατοξίνες στις τροφές (καρκίνος του ήπατος), ο άσβεστος στο πόσιμο νερό (διαφορετικές μορφές καρκίνου, μεταξύ των οποίων καρκίνος του δέρματος), αλλά και ο ιός των ανθρωπίνων θηλωμάτων HPV (καρκίνος του τραχήλου της μήτρας).

Πού οδηγούν όλα αυτά; Στον ανεπτυγμένο κόσμο, έως και το 34% των κρουσμάτων καρκίνου στους άνδρες (εκτός του καρκίνου του πνεύμονος) και έως το 23% των κρουσμάτων καρκίνου στις γυναίκες συνδέονται με περιβαλλοντικούς παράγοντες. Σε παγκόσμιο επίπεδο, περίπου το 19% όλων των μορφών καρκίνου εκτιμάται ότι αποδίδεται στο περιβάλλον - ήτοι 1,3 εκατομμύρια θάνατοι ετησίως.

Η έκπληξη

Ο κατάλογος των ασθενειών δεν έχει, δυστυχώς, τελειωμό, όπως τελειωμό δεν έχουν και οι παρεμβάσεις στο περιβάλλον. Μέσα σε αυτήν που θα ήταν αδύνατον να αναλυθεί πλήρως φιγουράρουν... αναμενόμενες νόσοι, όπως το άσθμα (υπολογίζεται ότι η έκθεση σε περιβαλλοντικούς παράγοντες συνδέεται με το 44% των κρουσμάτων), αλλά και ορισμένες οι οποίες, τουλάχιστον για το πλατύ κοινό, έχουν αναπάντεχη παρουσία. Τρανταχτό παράδειγμα οι νευροψυχιατρικές διαταραχές, μια μεγάλη ομάδα ασθενειών στις οποίες περιλαμβάνονται η νόσος Αλτσχάιμερ και άλλες μορφές άνοιας, οι διπολικές διαταραχές, η νόσος του Πάρκινσον, η σχιζοφρένεια, ο εθισμός στο αλκοόλ και στις ναρκωτικές ουσίες, η σκλήρυνση κατά πλάκας, η αϋπνία, οι ημικρανίες, η διαταραχή πανικού, η διαταραχή μετατραυματικού στρες. Σύμφωνα με την έκθεση, πολλές από αυτές τις νόσους εμφανίζουν μικρή έως και μέτρια σύνδεση με περιβαλλοντικούς παράγοντες. Η κατάθλιψη, π.χ., έχει συνδεθεί με το εργασιακό στρες, ενώ η αϋπνία με την έκθεση σε θορύβους. Πιο πρόσφατα η νόσος του Πάρκινσον συνδέθηκε με έκθεση σε χημικά αλλά και με τραυματισμούς στην περιοχή της κεφαλής κατά τη διάρκεια της εργασίας - κάτι το οποίο ισχύει και για την επιληψία. Συνολικά οι περιβαλλοντικοί παράγοντες εκτιμάται ότι συμβάλλουν σε ποσοστό 13% στην εμφάνιση τέτοιου είδους ασθενειών.

Και η Ελλάδα στη «δίνη του περιβαλλοντικού κυκλώνα»

Αν και στην έρευνα δεν γίνεται αποτύπωση των ποσοστών για καθεμία χώρα ξεχωριστά, η Ελλάδα ανήκει στην «καλή» ομάδα των κρατών της Ευρώπης, στην οποία εμφανίζεται πολύ χαμηλή θνησιμότητα παιδιών και ενηλίκων. Σύμφωνα με τα στοιχεία, στη χώρα μας οι περιβαλλοντικοί παράγοντες ευθύνονται για ποσοστό μικρότερο του 15% των χαμένων χρόνων υγιούς ζωής: όπως δείχνουν οι χάρτες, στην Ελλάδα αντιστοιχούν 10-20 χαμένα χρόνια υγιούς ζωής ανά 1.000 άτομα. Σε ό,τι αφορά τους θανάτους, αντιστοιχούν 100-150 ανά 100.000 άτομα εξαιτίας ασθενειών που σχετίζονται με το περιβάλλον. Βεβαίως όλα αυτά δεν μεταφράζονται σε

«ρόδινη» κατάσταση. Βρισκόμαστε μέσα στο ίδιο γκρουπ των «προηγμένων» τους οποίους θερίζουν καρδιαγγειακά νοσήματα και καρκίνος, μέσα στην ομάδα που μπορεί να μην έχει προβλήματα σε ό,τι αφορά το καθαρό πόσιμο νερό όπως αυτά εμφανίζονται στις αφρικανικές χώρες, αλλά παρουσιάζει σημαντικό πρόβλημα ατμοσφαιρικής ρύπανσης, υπεύθυνης για εισαγωγές στα νοσοκομεία αλλά και για πρόωρους θανάτους.

Παιδιά: Τα μεγαλύτερα θύματα

Σε παγκόσμιο επίπεδο, ο αριθμός των χαμένων χρόνων υγιούς ζωής εξαιτίας περιβαλλοντικών παραγόντων είναι περίπου πέντε φορές μεγαλύτερος στα παιδιά κάτω των πέντε ετών σε σύγκριση με τον γενικό πληθυσμό. Οι διαρροϊκές ασθένειες, η ελονοσία και οι λοιμώξεις του αναπνευστικού - κύριες αιτίες θανάτου στις μικρές ηλικίες - αποτελούν νόσους οι οποίες συνδέονται άμεσα με το περιβάλλον. Εκτιμάται ότι στις αναπτυσσόμενες χώρες αυτές και μόνον οι τρεις ομάδες ασθενειών ευθύνονται για το 26% των θανάτων σε παιδιά κάτω των πέντε ετών. Κατά μέσον όρο τα παιδιά στην άλλη, την «κατώτερη» πλευρά του ουρανού, χάνουν οκτώ φορές περισσότερα χρόνια υγιούς ζωής σε σύγκριση με τους προνομιούχους συνομηλίκους τους του δυτικού κόσμου σε ό,τι αφορά ασθένειες που συνδέονται με το περιβάλλον. Δεν υπάρχει λοιπόν αμφιβολία ότι το περιβάλλον «σκοτώνει», είτε άμεσα είτε έμμεσα, στερώντας χρόνια ποιοτικής ζωής. Και αυτό - ίσως με διαφορετικό τρόπο κάθε φορά - ισχύει για τους κατοίκους όλων των χωρών. Καταλήγοντας οι συντάκτες της έρευνας καλούν όλους όσοι χαράσσουν πολιτική να δράσουν συντονισμένα ώστε να εξαλείψουν τους μεγάλους κινδύνους που απειλούν το περιβάλλον και κατ' επέκταση τη ζωή μας. Τονίζουν μάλιστα ότι *«η καλύτερη κατανόηση της επίδρασης που έχουν διαφορετικοί περιβαλλοντικοί παράγοντες στις ασθένειες μπορεί να αποτελέσει οδηγό για εκείνους που χαράσσουν πολιτική ώστε να σχεδιάσουν προληπτικά μέτρα τα οποία όχι μόνο μειώνουν τα ποσοστά ασθενειών, αλλά παράλληλα μειώνουν το κόστος για τα συστήματα υγείας».* Αυτή η τελευταία αναφορά, ίσως, ελπίζουν ότι, θα έχει και τη μεγαλύτερη επίδραση σε εκείνους που κυβερνούν και οι οποίοι είναι σίγουρο ότι, έστω και αν δεν συγκινούνται από τη μείωση των ποσοστών ασθενειών, μάλλον είναι σίγουρο ότι συγκινούνται από το σκέλος που αφορά τη μείωση του κόστους για τα συστήματα υγείας...

(Πηγή: "ΒΗΜΑ science", 13/08/2006)