

# Egészségfejlesztési konferencia a Magyar Tudomány Ünnepén



## Kiss Szimonetta Globális egészségfejlesztés a magyar felsőoktatási rendszerben

A Magyar Tudomány Ünnepe alkalmából megrendezésre kerülő kerekasztal beszélgetés idén a *Globális egészségfejlesztés a magyar felsőoktatási rendszerben* címet viselte. Fő témái a kutatás, az oktatás, a tanácsadás, az életmód programok, a sportrendezvények mind a külföldi, mind a hazai egyetemek életében.

A program megkezdése előtt Dr. habil. Paulik Edit előadásában bemutatta az Egészségtudományok Platformot, amely Dr. habil. Benkő Zsuzsanna és Prof. Dr. Bari Ferenc kezdeményezésére indult el. A Platform célja, hogy felvegyék a kapcsolatot azokkal az intézetekkel, egységekkel, amelyek az egészségtudományhoz kapcsolódnak oktatási vagy kutatási szempontból. Az egészségtudományt multidiszciplináris tudományterületként közelítetik meg. A jövőben, amennyiben lesz rá lehetőség, pályázatokkal is igyekeznek egymás tevékenységét erősíteni. A tervek közé sorolandó az akkreditáció segítése, a meglévő erőforrások hasznosítása a képzésekkel összehangolva. 2016. május 19-én megrendezésre került egy work shop, amelyen közel 20 intézet, kar, szervezeti egység képviseltette magát. Ennek az volt az óriási hozadéka, hogy a résztvevők áttekintést kaphattak azokról a korábbi vizsgálatokról, folyamatban lévő ügyekről, amelyek kapcsolódnak az egészségfejlesztéshez. Az ott elhangzottak alapján egy szűkebb körben próbálták meghatározni, hogyan lehetne közel 20 intézet tevékenységét úgy összehangolni, hogy hatékony munka legyen belőle.

Megszületett az az elképzelés, hogy legyen egy munkacsoport, amely átfogja az egész koncepciót és a többi kisebb munkacsoportot, melyek az egészségi állapottal, az egészségi determinánsokkal, illetve az oktatásmódszertannal foglalkoznának.

Ezt követően idén is sor került a rendezvény keretében az „Egészségfejlesztésért” Emlékérem ünnepélyes átadására. Az idei nemzetközi díjazottak: Dr. Iva Jedličková, kandidátus (*University of Hradec Králové*) és Dr. Wojciech Świątkiewicz, a tudomány doktora (*University of Silesia in Katowice*). A díjazottak a témához kapcsolódóan angol nyelvű előadásokat tartottak. Először Iva Jedličková beszélt, akitől megtudhattuk, hogy az egészségnevelés intézményünkben integrált része az oktatásnak, melyben az egészségnevelő szakemberek mellett részt vesznek többek között a szociális területen dolgozók és a tanárok is. Különös figyelmet fordítanak a tanácsadó tevékenységekre, legyen szó karrier- és szociális, terápiás/spirituális, pedagógiai vagy éppen különleges nevelést igénylő személyek tanácsadásáról. Az egyetemi polgárok számára lehetőség nyílik az ERASMUS programban részt venni, hiszen az egyetemnek csaknem 120 bilaterális szerződése van. Rendelkezésre áll számos szak, kurzus és kiegészítő képzés az odavágyók számára, melyek tematikájában mindig nagy hangsúlyt kap az egészséges életmód, a táplálkozás és testmozgás, a pszichológia és a stresszellenes program.

Wojciech Świątkiewicz arról beszélt, hogy mit jelent az egészség a lengyel társadalom

számára. Előadásában középpontba helyezte a divatot és elmondta, „a lengyelek 75%-a úgy gondolja, az egészséges életmód része a mindennapjaiknak”.

Nemzeti egészségfejlesztési programmal is rendelkeznek, ami elősegítette azt, hogy az egészség, mint divat definiálódott, ennek bizonyos területei fejlődnek, míg mások, „amelyek nem divatosak, visszafejlődnek”.

Dr. habil. Benkő Zsuzsanna a díjazottak előadásait követően 5 kulcsszó köré rendezte az elmúlt 15 év munkáját. Az első a nemzetközi beágyazottság, amely az egészségfejlesztésnél kulcsfontosságú - akár világméretben, akár európai szinten, akár a különböző területekre vonatkozóan gondolkodunk. Az egyik nagyon fontos vonulata, amelyből nagyon sokat profitált a munkabizottság, az ERASMUS részvétel, ami elsődlegesen az oktatásra irányul, valamint részben a kutatásra. A második, a multidiszciplinaritás vonulat szintén központi jelentőségű. A harmadik, amelyet az előadások is tükröztek, a társadalmi színterekhez való kapcsolódás. A fő társadalmi alrendszerek, melyekbe az egészségnek be kell lépnie, a tudomány, a politika, az egészség, az oktatás, a gazdaság, a család, amelyek további színterekre oszthatók. Ezek közül a legfontosabb a tudomány. A következő a hálózatban történő építkezés, amely már a kezdetektől megjelent az egészségfejlesztésben. Ennek következménye az akadémiai szintű együttműködés. A professzor asszony utolsóként a módszertani sokszínűséget emelte ki. Az egyéntől a politikai szintig haladva, a tanácsadásnak a szintje az egyetemi programban is fontos helyet foglal el, ahogy a kutatások is nagy hangsúlyt fektetnek a szabadidő eltöltésére és annak egy nagyon részletesen operacionalizált területére. „A szervezetfejlesztésnek mérhetetlenül nagy egészségfejlesztő hatása lehet, ha élünk vele.”- hangsúlyozta Dr. habil. Benkő Zsuzsanna.

Ezt követően Dr. habil. Tarkó Klára áttekintő jellegű előadásában egy egészség-helyzetképet

tárt elénk a Szegedi Tudományegyetem oktató, nem oktató munkatársai és hallgatói tekintetében.

A tavalyi évben két olyan TÁMOP pályázat is volt, amely lehetőséget adott a felnőtt és a hallgatói populáció egészségmagatartásának felmérésére. Az első pályázat inkább dokumentumelemzésre épült, amely az SZTE különböző egységeiben folyó életmódkutatásoknak az összegyűjtéséről szólt. A másik pedig kérdőíves vizsgálatot végzett a Csongrád megyei felnőtt lakosság, a középiskolások, illetve az egyetemi hallgatók körében. Minden, amit megtudtunk a hallgatókról, ehhez a pályázathoz kapcsolódott.

Tavaly több mint 1600 diák töltötte ki a kérdőívet 10 kar képviseletében. Az adatokból kitűnt, hogy a szubjektív egészség-megítélés nagyon jónak mondható. A testsúllyal kapcsolatos problémák főleg a nők körében jelentkeznek, viszont nagyon sokan sportolnak intenzíven, ami igazán pozitív eredmény. A táplálkozásban igen magasnak mondható a különböző ételallergiákkal, krónikus vagy tartós betegséggel élők száma. Megtudtuk azt is, hogy az egészségkárosító magatartásformák, például az alkoholfogyasztás tekintetében a férfiak vezetnek. Nagy többséget képviselnek a dohányosok, sőt azok is, akik rendszeresen nem dohányoznak, de életük során már kipróbálták.

Rendkívül fontos, hogy a hallgatók lelki egészségét is vizsgálták. A megfigyelések alapján az alábbi 3 kategóriát állították fel: mentálisan egészséges, sérülékeny, veszélyeztetett. Aggasztóan sok hallgató esik a veszélyeztetett kategóriába, de Dr. habil. Tarkó Klára azt is elmondta: „nem is lehet csodálkozni, hogy ilyen helyzetben vannak a férfi illetve női hallgatók, hiszen nem áll rendelkezésükre megfelelő mennyiségű és minőségű erőforrás, amellyel kompenzálhatnák az őket érő mindennapi stresszhelyzeteket.” A nőknél legfőbb

erőforrásnak számít a család, a barát, a környezet, a férfiaknál pedig az anyagi helyzet. A megkérdezettek szinte 100%-ban azt mondták, hogy amennyiben lehetőség lenne külső segítségre, igénybe vennék azt. A dolgozók majdnem 100%-ban fontosnak tartják a saját egészség megőrzését és fenntartását, de még körükben is gyakori a dohányzás. A testmozgás végzése mindazonáltal elég jó arányt mutat. A válaszadók átlagban napi 10 órát dolgoznak, és számukra az alábbiak jelentenek stresszfaktort: igen magas szellemi megterhelés, az életkor előrehaladtával a szűk határidőknek való megfelelés, a túlmunka, a követelményeknek való megfelelés nehézsége, a monotonitás, az egyhangúság, a megerőltető munkaintenzitás, illetve elég jelentős az állás elvesztésétől való félelem. Nyilvánvalóvá vált az eredmények alapján, hogy az anyagi megbecsülés hiányát problémásabbnak érzik a dolgozók, mint a szakmai elismerés hiányát. „Elegendő információnk van arra nézve, hogy baj van” – mondta intézetvezető asszony, és leszögezte: „Szükség van az intézmény fejlesztési tervében szereplő egyetemi koncepció megvalósítására.”

Dr. Csókay Ildikó az egészségfejlesztő koncepcióról beszélt. Hozzászólásában elmondta, hogy a kutatások során nagyon fontos lenne a visszacsatolás a különböző szervezetektől. Az elkötelezettség vállalását egyfajta „gentle pressure” módszerrel lehetne megoldani. Az egészségfejlesztés a gyógyítás-pillér szerves része a felismeréstől egészen a rehabilitációig, egyfajta proaktív gondolkodás. Az intézményi menedzsmentek a feladata lenne a folyamatok modellbe helyezése, ám minden folyamatfejlesztés csak akkor válik hatékonyá, ha van egy vezetői elkötelezettség, vannak olyan emberek, akik a folyamatokat támogatják. „Elengedhetetlen, hogy ne a fiókba kerüljenek a kutatási eredmények”- jegyezte meg Dr. Csókay Ildikó, és hozzátette, „az erőforrások alkalmazása az intézmények összefogása nélkül nem megy.”

A rendezvény zárása A meghívottak egy kötetlen beszélgetés keretében vitatták meg nézeteiket az „Egészséges Egyetem”

koncepciójáról, illetve a Szegedi Tudományegyetemen folyó egészségfejlesztési kezdeményezésekről. A kerekasztal beszélgetést Prof. Dr. Bari Ferenc, az SZTE ÁOK dékánja, a Szegedi Tudományegyetem Egészségtudományok Platform elnöke vezette. A beszélgetés résztvevői voltak: Prof. Dr. Karsai Krisztina, egyetemi tanár, SZTE Oktatási Rektorhelyettes, Kakas Béla, a Csongrád Megyei Közgyűlés elnöke, Dr. habil. Benkő Zsuzsanna, főiskolai tanár, SZTE JGYPK Alkalmazott Egészségtudományi és Egészségfejlesztési Intézet, Egészségtudományok Platform titkára (Társadalomtudomány), az Egészségfejlesztési Munkabizottság elnöke, Dr. habil. Paulik Edit, intézetvezető egyetemi docens, SZTE ÁOK Népegészségtani Intézet, Egészségtudományok Platform titkára (Orvostudomány), Dr. Barnai Mária, egyetemi docens, SZTE ETSZK dékán, Dr. Záborszki Annamária, egészségbiztosítási igazgató, SZTE Egészségbiztosítási Igazgatóság, Dr. habil. Szabó Éva, intézetvezető egyetemi docens, SZTE BTK Pszichológiai Intézet, Dr. Győri Ferenc, intézetvezető főiskolai docens, SZTE JGYPK Testnevelési és Sporttudományi Intézet, Dr. Szenes Márta, Egyetemi Életvezetési Tanácsadó Központ, SZTE, Dr. Kósa István PhD, tanszékvezető egyetemi docens, SZTE ÁOK Orvosi Rehabilitációs és Fizikális Medicina Tanszék.

