

## SZAKMAI HÍREK

# Rövid hírek a nagyvilágból

## Short news from around the world

**Szerző:** [Vitrai József](#)

**Doi:** [10.58701/mej.16942](https://doi.org/10.58701/mej.16942)

**Kulcsszavak:** dohányzás; ultrafeldolgozott termékek; kereskedelmi befolyásoló tényezők; D-vitamin; alkoholfogyasztás; iskolások egészsége

**Keywords:** *smoking; ultra processed products; commercial determinants; Vitamin D; alcohol use; health of school children*

### A tagállamok határozott uniós fellépést sürgetnek a fiatalok dohányzás káros hatásaitól való védelme érdekében

A WHO és a STOP bemutatja a dohányipar befolyását a következő generáció "horogra terelésére".

Lettország, Ciprus, Észtország, Írország, Litvánia, Luxemburg, Málta, Portugália, Spanyolország, Szlovénia és Ciprus uniós miniszterei közös uniós szabályozást [szorgalmaznak](#) az ízesített dohánytermékek, a forgalmazás és a határokon átnyúló értékesítés ellen. Emellett tizenkét uniós tagállam terjesztett elő állásfoglalási dokumentumot a gyermekek közvetlen marketinggel, valamint a dohány- és nikotintermékek értékesítésével szembeni védelmére irányuló erőfeszítések megerősítéséről, különösen a digitális platformokon.

A WHO és a dohányipar globális felügyelőszervezete, a STOP egy nemrégiben kiadott [jelentésében](#) ismételten aggodalmát fejezte ki a dohányipar fiatalokra gyakorolt befolyásával kapcsolatban. A megállapítások feltárják, hogy az ilyen iparágak hogyan tervezik és forgalmazzák a termékeket, valamint alakítják a politikai környezetet, hogy a fiatalok függőségét táplálják.

### „Az egészség károsítása a profit nevében”

A WHO jelentést tesz közzé az egészséget meghatározó kereskedelmi tényezőkről.

A WHO [jelentést](#) tesz közzé az egészséget meghatározó kereskedelmi tényezőkről, amelyből kiderül, hogy a nagy iparágak hogyan befolyásolják a nem fertőző betegségek arányát és hogyan akadályozzák az egészségügyi politikákat.

A jelentés [részletezi](#), hogy a kereskedelmi termékek és gyakorlatok hogyan járulnak hozzá a WHO Európai Régiójában bekövetkező összes haláleset 25%-ához, és hogyan befolyásolják negatívan a nem fertőző betegségekkel kapcsolatos politikákat az irányítás szintjein. A WHO kiemeli, hogy az ipar hatalmának megfékezése érdekében erőteljes pénz-ügyi reformokra és szigorú szabályozásra van szükség, beleértve a káros termékek forgalmazását, az adózást és a jobb átláthatóságot.

---

### A tudós szerint az ultrafeldolgozott élelmiszereknek (UPF) dohánytermék-szerű figyelmeztetésekre van szükségük

Az UPF-eket is erősen meg kellene adóztatni az egészségre és a halálózásra gyakorolt hatásuk miatt – jelentette ki a fogalmat megalkotó tudós, Prof Carlos Monteiro.

"Az UPF-ek világszerte kiszorítják az egészségesebb, kevésbé feldolgozott élelmiszereket, és számos káros tulajdonságuk miatt az étrend minőségének romlását is okozzák. Ezek az élelmiszerek együttesen az elhízás és más, táplálkozással összefüggő krónikus betegségek, például a cukorbetegség világjárványát idézik elő".

Februárban a világ legnagyobb ilyen jellegű [vizsgálata](#) megállapította, hogy az UPF közvetlenül összefüggésbe hozható 32 egészségkárosító hatással, beleértve a szívbetegségek, a rák, a 2-es típusú cukorbetegség, a kedvezőtlen mentális egészség és a korai halálozás magasabb kockázatát. Az UPF-ek reklámozását is be kellene tiltani vagy erősen korlátozni kellene, és a cigarettásdobozoknál használtakhoz hasonló, csomagolás elején elhelyezett figyelmeztetéseket kellene bevezetni – vélik a szakemberek.

---

### **Az európai régióban élő felnőttek évente átlagosan 9,2 liter tiszta alkoholt fogyasztanak - ezzel ők a legsúlyosabb alkoholfogyasztók a világon**

"Az alkohol okozta károk pusztító hatással lehetnek az egészségre és a jólétre, és messze túlmutatnak az ivó személyen, és kiterjednek a családon belüli erőszakra, a sérülésekre, a balesetekre, a család szétválására és a mentális egészségre."

nyilatkozta Dr. Gauden Galea, a WHO nem fertőző betegségeikért és innovációért felelős európai igazgatójának különleges tanácsadója.

Az alkohol károsítja az egyéneket, a családokat és a közösségeket, és nemcsak az alkoholfogyasztókra, hanem a környezetükben élőkre is hatással van. A régióban naponta mintegy 2200 ember hal meg alkohollal kapcsolatos okok miatt. Az alkohol okozta halálesetek a régióban bekövetkező összes haláleset közel 9%-át teszik ki.

Az Európai Régió alkoholfogyasztásával kapcsolatos [jelentése](#) az alkohollal összefüggő rákos megbetegedések különösen magas előfordulását is megállapítja. A magas alkoholfogyasztás és az előregedő népesség miatt az európai országokban fordul elő világszerte a legtöbb alkohol okozta rákos megbetegedés.

A WHO sürgeti az összes országot, hogy fokozzák erőfeszítéseiket a globális fenntartható fejlődési célok (SDG-k) célkitűzéseinek elérése érdekében. A "[Best Buys](#)" és más hatékony, lakossági szintű stratégiák végrehajtásával az országok jelentősen csökkenthetik az alkohollal kapcsolatos terheket.

---

### **Magyarországi konszenzusajánlás a D-vitamin szerepéről a betegségek megelőzésében és kezelésében**

Kilenc magyarországi orvostársaság közös ajánlást alakított ki a D-vitamin javasolt normáltartományával, a D-vitamin-pótlás adagjával és az adagolás módjával kapcsolatban. Összefoglalták azokat a klinikai állapotokat, betegségeket, amelyek kialakulása összefüggésben lehet a D-vitamin-hiánnyal.

Magyarországon a D-vitamin-hiány – főleg a tél végére – rendkívül gyakori. A D-vitamin-pótlás célja a hiány megszüntetése. A javasolt normáltartomány 75–125 nmol/l, az ezt meghaladó tartományban a

D-vitamin adásának nincs további egyértelmű előnye. A normáltartomány fenntartásához felnőttekben napi 2000 NE bevitele javasolt az UV-B sugárzástól mentes időszakban. Gyermekeknek is javasolt a D-vitamin pótlása azokban az időszakokban és állapotokban, mint a felnőtteknek, de az adag korfüggő módon változik. D-vitamin-pótlásra D3-vitamin adása javasolt. A D-vitamin-hiány jól ismert csontrendszeri, immunológiai és onkológiai hatásai mellett egyre több adat támasztja alá előnytelen nőgyógyászati és szülészeti hatásait is. A legerősebb érv a D-vitamin-hiány megszüntetése és a szükséges pótlás alkalmazása mellett a halálzási kockázat D-vitamin-hiányban észlelt növekedése.

---

### **Az elemzések alapján kijelenthető, hogy a mindennapos testnevelés kedvező hatása egyértelműen kimutatható a diákok fittségi állapotának alakulásában**

A Magyar Diákszövetség nemrég tette közzé a mindennapos testnevelés bevezetésének hatására vonatkozó kutatásának [eredményeit](#).

A Nemzeti Egységes Tanulói Fittségi Teszt (Netfit®) a 2014/2015-ös tanévben

vezették be, és a fittségi mérések eredményeit elemezve az alábbi megállapításokat tették:

1. a mindennapos testnevelés kedvező hatása egyértelműen kimutatható a diákok fittségi állapotának alakulásában;
2. a mindennapos testnevelésben részt vevő diákok az állóképesség területén 8%-kal, a vázizomzat ereje szempontjából átlagosan 5%-kal többen teljesítettek egészségzónában, ami populációs szinten 40-50 ezer diákot jelent;
3. túlsúllyal és elhízással összefüggésben sajnos továbbra is kedvezőtlen (a diákok 27,7%-a teljesített egészségzónán kívül 2019-ben), jó hír viszont, hogy a lányok esetében nem romlottak az értékek a vizsgált 4 év során;
4. A tanulók állóképessége, amely a keringési rendszer állapotát mutatja, sajnos továbbra is gyengül. A vizsgált 4 év alatt átlagosan 15%-uknak csökkent a teljesítménye az egészségügyi határérték alá. A mindennapos testnevelés ezt a romlást viszont jelentősen mérsékelte, lassította, hiszen enélkül becsléseink szerint további 8%-nyi tanuló került volna át a „fejlesztés szükséges” zónába.

## KÖSZÖNETNYILVÁNÍTÁS

A cikk elkészítését a Magyar Tudományos Akadémia Közoktatás-fejlesztési Kutatási Programja támogatta.

## INFORMÁCIÓK A SZERZŐRŐL

Vitrai József  
Széchenyi István Egyetem Egészség- és Sporttudományi Kar, Szülészeti és Nőgyógyászati Tanszék, Győr  
[vitrai.jozsef@gmail.com](mailto:vitrai.jozsef@gmail.com)

## CIKKINFORMÁCIÓK

Beküldve: 2024. 08. 10.  
Elfogadva: 2024. 08. 12.  
Megjelentetve: 2024. 09. 16.

Copyright © 2024 Vitrai József. Kiadó: Magyar Népegészségügy Megújításáért Egyesület. Ez egy nyílt hozzáférésű cikk a CC-BY-SA-4.0 licenstszerződés alapján.