

RECENZÍÓK

Cikkismertetés: Megelőzés közösen - Hatékony modellek a szív- és érrendszeri kockázatok csökkentésére

Article review: Community-Based Health Promotion Models for Cardiovascular Disease Prevention - A Conceptual and Evidence-Based Review

Ismertető: [Szendrei-Lódi Rita](#)

Doi: [10.58701/mej.19700](https://doi.org/10.58701/mej.19700)

Ismertetett cikk: Komi, L. S., Mustapha, A. Y., Forkuo, A. Y., & Osamika, D. (2024). Community-Based Health Promotion Models for Cardiovascular Disease Prevention: A Conceptual and Evidence-Based Review. *International Journal of Multidisciplinary Research and Growth Evaluation*, 5(1), 1708-1713.
<https://doi.org/10.54660/IJMRGE.2024.5.1.1708-1713>

Kulcsszavak: prevenció; szívbetegség; közösségi egészségfejlesztés; digitális egészség; egészségpolitika
Keywords: prevention; cardiovascular disease; community-based health promotion; digital health; health policy

BEVEZETÉS

A világszerte vezető halálokként szereplő szív- és érrendszeri betegségek újszerű, innovatív megelőzési stratégiákat követelnek. A közösségi egészségfejlesztési (Community-Based Health Promotion, CBHP) modellek hatékony eszközként bizonyultak a szív- és érrendszeri betegségek kockázatának csökkentésében, mivel figyelembe veszik a társadalmi tényezőket és fenntartható viselkedésváltozást ösztönöznek. Az ismertetett tanulmány bemutatja a közösségi egészségfejlesztés elméleti alapjait, a viselkedésváltozási modelleket és a részvételen alapuló megközelítések szerepét. Nemzetközi példák alapján a közösségi egészségfejlesztés hatékony lehet a prevenció egyes területein például a fizikai aktivitás, a táplálkozás és a dohányzás esetében. A tanulmány emellett tárgyalja

a megvalósítás kihívásait, mint például az erőforrásokat, a kultúrát, a skálázhatóságot, és jövőbeli irányként kiemeli a digitális technológiák alkalmazását, a közösségi bevonást és a szakpolitikai integrációt. Végezetül gyakorlati ajánlásokat nyújt az egészségügyi szereplők számára a hatékony és fenntartható beavatkozások kialakításához.

A KÖZÖSSÉGI EGÉSZSÉGFEJLESZTÉSI MODELLEK ELMÉLETI ALAPJAI

A közösségi egészségfejlesztés megközelítések alapelvei

A közösségi egészségfejlesztés középpontjában a közösségi részvétel, a felhatalmazás és a fenntarthatóság áll. A hagyományos, hierarchikus beavatkozás-

sokkal ellentétben a közösségi egészségfejlesztés aktívan bevonja a közösség tagjait az egészségügyi programok tervezésébe, megvalósításába és értékelésébe, így biztosítva a kulturális, társadalmi és gazdasági relevanciát, növelve ezzel a hatékonyságot és az elfogadottságot. A modell célja az egészség egyenlőtlenségek csökkentése, különösen az alulreprezentált vagy magas kockázatú csoportok esetében, például a prevencióstudatosság, az egészséges élelmiszerek hozzáférhetősége és a biztonságos környezet előteremtése révén. Az ágazati együttműködés (egészségügy, oktatás, közlekedés, városvezetés) elengedhetetlen a közösségi egészségfejlesztés hatékony működéséhez, például a járható városrészek kialakítása, az iskolai táplálkozási programok és a munkahelyi egészségfejlesztés formájában.

A társadalmi egészségmeghatározók szerepe a szív- és érrendszeri betegségek megelőzésében

Az egészség társadalmi meghatározói alapvető szerepet játszanak a szív- és érrendszeri betegségek előfordulásában és kimenetelében, beleértve a jövedelmet, az oktatást, a lakhatást és az egészségügyi hozzáférést. A közösségi egészségfejlesztési modellek hangsúlyozzák ezen tényezők kezelését a fenntartható egészségfejlődés érdekében. Az alacsony jövedelem és iskolai végzettség korlátozhatja az egészséges táplálkozáshoz, sportolási lehetőségekhez és az egészségügyi ellátáshoz való hozzáférést, valamint csökkenti a szív- és érrendszeri betegségek kockázatáról szóló tudatosságot. A lakókörnyezet – különösen a szennyezett vagy infrastruktúrahiányos területek – szintén befolyásolja a betegségek kialakulásának kockázatát. A közösségi egészségfejlesztési beavatkozások, mint a közlekedésfejlesztés és a közösségi par-

kok létesítése, támogatják az egészséges életmódot. Emellett a társas támogatási rendszerek, például a közösségi klubok és az önsegítő csoportok kulcsszerepet játszanak az egészségmagatartás fenntartásában. Az egyének nagyobb valószínűséggel sajátítanak el és tartanak fenn egészséges viselkedési mintákat, ha a család, a barátok és a közösségi hálózatok támogatják őket. Ezek a beavatkozások javítják az egyén egészségét és erősítik a társadalmi kohéziót a közösségen belül.

Viselkedésváltozási elméletek integrálása a közösségi egészségfejlesztési-beavatkozásokba

A viselkedésváltozási elméletek megfelelő elméleti alapot nyújtanak a közösségi egészségfejlesztési-beavatkozások tervezéséhez. Az Egészség modell (*Health Belief Model*) a veszélyérzetre és a haszon-költség mérlegelésre épít, a szociális kognitív elmélet (*Social Cognitive Theory*) az önhatékonyság és a környezeti hatások szerepét hangsúlyozza, a tranzakteoretikus modell (*Transtheoretical Model*) a viselkedésváltozás szakaszos természetét követi, míg az innovációterjedés elmélete (*Diffusion of Innovations*) az új egészségmagatartások közösségi terjedését vizsgálja. A közösségi egészségfejlesztési kezdeményezések kihasználhatják ezt a dinamikát azáltal, hogy közösségi vezetőket vagy influencerszereket vonnak be a szív- és érrendszeri egészséget támogató viselkedésformák (pl.: helyes táplálkozás, rendszeres testmozgás vagy a prevencióst szűréseken való részvétel) népszerűsítésébe, ezáltal felgyorsítva ezen viselkedések elterjedését a lakosság körében.

BIZONYÍTÉKON ALAPULÓ KÖZÖSSÉGI EGÉSZSÉGFEJ- LESZTÉSI BEAVATKOZÁSOK ÁTTEKINTÉSE

Sikeres közösség vezérelt kezdeményezések a szív- és érrendszeri betegségek megelőzésében

Számos közösségi egészségfejlesztési program bizonyította már hatékonyságát a szív- és érrendszeri egészség javításában. A finn North Karelia projekt 80%-kal csökkentette a szív- és érrendszeri betegségek halálozását a közösségi alapú prevenciókkal. Az amerikai *Stanford Five-City* projekt médián és csoportos aktivitásokon keresztül javította a lakosság tudását és csökkentette a kockázati tényezőket. Indiában a kulturálisan adaptált, közösségi egészségügyi szakemberek által vezetett programok sikeresen növelték a prevenciók intézkedések elfogadottságát a hátrányos helyzetű térségekben.

Globális és regionális tapasztalatok tanulságai

A közösségi egészségfejlesztés terén végrehajtott intervenciók rugalmasan alkalmazhatók a különböző társadalmi-kulturális környezetekben. Magas jövedelmű országokban (pl.: Ausztrália) a fókusz az életmódbeli rizikótényezőkön és technológia alapú megoldásokon van. Alacsony és közepes jövedelmű régiókban a közösségi egészségfejlesztési modellek az egészség egyenlőtlenségek csökkentését célozzák, gyakran a közösségi részvételre és a helyi erőforrásokra építve. Afrikában például a regionális együttműködések a helyi tudás és az evidencia alapú gyakorlatok integrálásával növelik a programok hatékonyságát.

Kihívások és korlátok a közösségi egészségfejlesztési modellek széles körű alkalmazásában

A közösségi egészségfejlesztés széles körű elterjesztését több kihívás is nehezíti: a fenntartható finanszírozás hiánya, a minőség és a konzisztencia megtartása új környezetben, valamint a politikai és az intézményi akadályok. A technológiai korlátok, a digitális írástudás hiánya és a kulturális sajátosságok is befolyásolják a programok sikerét. A hosszútávú hatékonyság érdekében szükséges a stabil finanszírozás, a standardizált képzés, a stratégiai beágyazás és az érzékeny, folyamatos közösségi bevonás.

JÖVŐBELI IRÁNYOK A KÖZÖSSÉGI EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS TERÜLE- TÉN A SZÍV- ÉS ÉRRENDSZERI BETEGSÉGEK MEGELŐZÉSÉRE

Feltörekvő trendek, beleértve a technológiával támogatott beavatkozásokat

A technológia új lehetőségeket nyit a közösségi egészségfejlesztés számára, javítva az elérését, a monitorozást és a hatékonyságot. Mobilalkalmazások, hordozható eszközök és a mesterséges intelligencia alapú megoldások segítik a megelőzést, az egyéni viselkedés nyomon követését és a kockázatok korai felismerését. A technológiai beavatkozások sikeréhez azonban elengedhetetlen a digitális írástudás fejlesztése, a hozzáférhetőség biztosítása és az adatvédelem garantálása.

Stratégiai megközelítések az érintettek bevonására és a közösségi tulajdon erősítésére

A fenntartható közösségi egészségfejlesztés modellek alapja az érintettek korai és aktív bevonása, valamint a közösségi tulajdon kialakítása. Ez magában foglalja a közösség, az egészségügyi szolgáltatók, a döntéshozók és a magán-szektorok együttműködését. Kulcsfontosságú a kulturális érzékenység, az alapellátás integrációja, valamint a közösségi kapacitásfejlesztés hosszútávú fenntartása.

Javaslatok a közösségi egészségfejlesztés népegészségügyi politikába való integrálására

A közösségi egészségfejlesztési modellek népegészségügyi szakpolitikába integrálása megkérdőjelezhetetlen a fenntarthatóságuk érdekében. A döntéshozóknak biztosítaniuk kell a szükséges erőforrásokat, valamint a jogi keretek és az ágazatok közötti együttműködést. Be kell építeni azt a közösségi egészségfejlesztésbe, a nemzeti és regionális stratégiákba, konkrét célokkal a szív- és érrendszeri betegségek kockázatának csökkentésére, és támogatni kell a helyi önkormányzatokat, civil szervezeteket. A meglévő egészségügyi infrastruktúra és az ágazatok közötti együttműködés elősegíti a közösségi egészségfejlesztési programok népegészségügyi politikába történő integrálását. Az eredmények nyomon követéséhez hatékony felügyelet és értékelés szükséges.

KÖVETKEZTETÉS

A szív- és érrendszeri betegségek megelőzése globális egészségügyi prioritás, amelyhez a közösségi egészségfejlesztés modellek hatékony, társadalmi meghatározókra és fenntartható viselkedésvál-

tozókra fókuszáló megoldást nyújtanak. Ezek a modellek inkluzívak, kulturálisan relevánsak, és a viselkedésváltozáselméletekre épülnek, növelve a prevenciós programok eredményességét. Nemzetközi tapasztalatok szerint a közösségi egészségfejlesztés javítja a szív- és érrendszeri egészséget a különböző beavatkozásokkal, de a növekedés erőforrás- és kulturális kihívásokkal jár. A digitális technológiák alkalmazása növeli a hozzáférést és az elköteleződést. A fenntarthatóság érdekében elengedhetetlen az érintettek bevonása, a közösségi tulajdon érzésének erősítése, az egészségügyi dolgozók képzése, valamint a közösségi egészségfejlesztés integrálása a népegészségügyi politikába és egyéb rendszerekbe. Ezekkel a stratégiákkal a közösségi egészségfejlesztés hatékonyan hozzájárulhat a szív- és érrendszeri betegségek globális terhének csökkentéséhez és ellenállóbb közösségek kialakításához.

AJÁNLÁS

A cikk alapján Magyarország számára is fontos lenne a közösségi alapú prevenciós programok fejlesztése, nagyobb súlyt lehetne helyezni a helyi egészségügyi szükségletekre és a szokásokra szabott, bizonyítékokon alapuló intervenciókra, együttműködésre a különböző szektorok között, és nem utolsósorban a hosszú távú fenntarthatóság és a közösségi részvétel biztosítására. Ezért hazánk számára elengedhetetlen, hogy a szív- és érrendszeri betegségek megelőzését a helyi közösségek bevonásával, tudományosan alátámasztott és a helyi körülményekhez igazított stratégiákkal valósítsuk meg a hosszú távú hatékonyság érdekében.

HIVATKOZÁSOK

Komi, L. S., Mustapha, A. Y., Forkuo, A. Y., & Osamika, D. (2024). Community-Based Health Promotion Models for Cardiovascular Disease Prevention: A Conceptual and Evidence-Based Review. *International Journal of Multidisciplinary Research and Growth Evaluation*, 5(1), 1708-1713.
<https://doi.org/10.54660/IJMRGE.2024.5.1.1708-1713>

INFORMÁCIÓK A SZERZŐRŐL

Szendrei-Lódi Rita
Békés Vármegyei Központi Kórház, Pándy Kálmán Tagkórház, Haemodinamikai Labor, Gyula; Gál Ferenc Egyetem, Egészség- és Szociális Tudományi Kar, Gyula; Pécsi Tudományegyetem, Egészségtudományi Doktori Iskola, Pécs
l.ryta91@gmail.com

CIKKINFORMÁCIÓK

Beküldve: 2025. 07. 09.
Elfogadva: 2025. 07. 16.
Megjelentetve: 2025. 09. 01.

Copyright © 2025 Szendrei-Lódi Rita. Kiadó: Magyar Népegészségügy Megújításáért Egyesület. Ez egy nyílt hozzáférésű cikk a CC-BY-SA-4.0 licenstszerződés alapján.