

Időjárás és egészség

Közismert, hogy számtalan ember megéri előre az idő változását, mint egy élő „barométer”. Egyes emberek az idő változása előtt, alatt vagy után kellemetlen tünetekről panaszkodnak. Mi ennek az oka? Valóban befolyásolja az ember egészségi állapotát, közérzetét az időjárás?

Ezzel a kérdéssel az orvostudomány és meteorológia közös határtudománya, a meteoropatológia (időjárás-kórtan) foglalkozik. A több évtizedes, alapos tudományos kutatás és megfigyelés alapján ma már sok kérdésre választ tudunk adni ebben is.

Mi hat a szervezetre?

Először is arra kell válaszolni, hogy időváltozásokor mi hat az emberi szervezetre?

Az idő változását előre jelzi a légnyomás süllyedése. Nyilvánvalóan túnt eleinte, hogy a légnyomás hirtelen változása hozza létre az emberi szervezet időjárás-érzékenységével összefüggő panaszait. Az alapos kisérletes vizsgálatok azonban megbizonyították, hogy a légnyomás ingadozása egymagában nem okoz kellemetlen panaszokat. Repülés alkalmával, fel- vagy leszálláskor, rövid idő alatt sokkal nagyobb légnyomás-ingadozásnak van kitéve a szervezet, mint az időjárás változásakor, és ez mégsem okoz hasonló tüneteket. Egymagában nincs jelentősebb élettani hatása a levegő hőmérséklet- vagy páratartalom változásának sem.

Bebizonyosodott, hogy az időjárás-érzékenység a legnagyobb mértékben a meteorológiai frontokkal függ össze.

A Földünk felszínét borító levegőréteg nem egységes; kisebb-nagyobb, más-más tulajdonságú légtömegek mozaikjából tevődik össze. Az egységes tulajdonságú levegőtömegek nem állanak egy helyben, hanem állandóan mozognak. Két légtömeg találkozásánál felülete képezi a meteorológiai frontfelületet. Az időjárásra érzékeny, úgynevezett meteorolábilis egyének tünetei frontátvonulások idején lépnek fel leggyakrabban.

Az időjárás frontok nem egyformák. Ha a tartózkodási

helytől előbb egy meleg, majd egy hidegfront halad át felettünk.

Tünetek

Amint említettük, a levegőtömegek egyes tulajdonságai, mint a hőmérséklet, páratartalom, légnyomás, a levegő elektromos tulajdonságai külön-külön nem hatnak lényegbevágóan a szervezetre, de együttes hatásuk kiváltja az időjárás-érzékeny emberekben a meteorotrop tüneteket. Bár alapos kutatás folyik ebben az irányban, eddig nem sikerült kimutatni a levegőnek egy, sajátos tulajdonságú anyagát, mely egymagában is kiváltaná a meteorotrop tüneteket. Eddi-



gi tudásunk alapján az összes ismert meteorológiai tényezők hirtelen változásával magyarázzuk a fronthatást. Milyen tüneteket vált ki a szervezetben az időjárás front?

A legrégibb időktől ismeretesek az izületi és izomfájdalmak összefüggései az időjárás változásával, valamint a bőrkeményedések, régi sebek hegeinek érzékenysége. Legjelentősebb az időjárás frontnak az idegrendszerre, különösen a vegetatív idegekre gyakorolt hatása.

A hideg front főképpen az idegrendszer szimpatikus rostjaira, a meleg front a paraszimpatikus rostokra hat. Az időjárás front tehát elsősorban az idegrendszeren keresztül fejti ki hatását az emberi szervezetre. Ezekből nyilvánvalóan magyarázható az ismert tény, hogy front-érzékeny egyének ingerlékenyekké válnak a frontátvonulások idején, vagy éppen depresszióban nyilvánul meg front-érzékenységük. Közismert a meteoropaták fejiájása.

A tapasztalat és az orvosi-statisztikai adatok világosan bizonyítják, hogy egyes megbetegedések fellépése nyilvánvalóan összefügg a frontátvonulások idejével.

Frontátvonulások idejében gyakoribbak az agyvérzések, embóliák, szívtrombózisok, a simaizomok görcsén alapuló epögörösödés, a gyomorfekélyesek fájdalmi, túlerzékenységen alapuló betegségek, valamint számtalan más megbetegedés. Gyakoribbak a szülések, és a szülők rétegett terhességi betegsége az eklampszia: A statisztikák szerint a halálozások száma is gyakoribb frontátvonulások idején.

Nem betegségkókozó

Tehát betegségkókozó hatása van az időjárás frontnak?

Erre határozottan nemmel kell felelnünk. Az időjárás front egymagában nem kórokozó hatású, legfeljebb kellemetlen tüneteket vált ki. Az egészséges szervezetet a frontátvonulás nem betegíti meg. Az egyes megbetegedések számának, valamint az időjárás frontok közötti összefüggésnek az az oka, hogy a már megbetegedés határán levő szervezetet a frontátvonulás olyan mértékben veszi igénybe, hogy az valójában megbetegedik.

Például egy magas vérnyomásban szenvedő, elmeszesedett agyi érrendszerű egyénnél a frontátvonulás, hirtelen emelve a vérnyomást, agyvérzést okozhat. A nagyobb sebészeti és szülészeti klinikák ma már naponta kérnek helyi meteorológiai prognózist, különösen a várható időjárás frontok átvonulására vonatkozóan. Ilyenkor megfelelő intézkedéseket foganato-

sítanak a súlyosabb betegek esetleges szövődményes megbetegedéseinek megelőzésére.

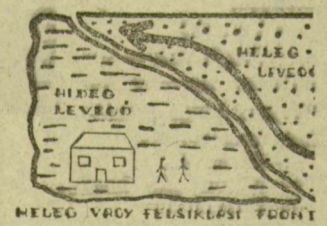
Az időjárás frontok ismeretében magyarázatát adhatjuk annak is, hogy egyes időszakokban, évszakokban miért gyakoribbak bizonyos megbetegedések. A gyomorfekélyes fájdalmak közismerten a tavaszi és őszi évszakokban gyakoribbak, melyeknek oka az, hogy ebben a periódusban leggyakoribbak az időjárás frontátvonulások is.

A meteorológiai tényezőknek az emberi szervezetre gyakorolt hatását újabban a napfoltok tevékenységével is kapcsolatba hozzák. A nap tevékenysége meghatározott (általában tizenegy éves) időközökben növekszik, illetve csökken. Egyes orvosi statisztikák bizonyos megbetegedések, például a szívtrombózisok számának szaporodását észlelték a napfolttevékenység periódusainak megfelelően. Ennek magyarázatát az eruptív periódusban megnövekvő légköri elektromos tevékenységben látják.

Az érzékenység megszüntetésének módja

A front-érzékenység ismerete után nyilvánvaló a gyakorlati kérdés, hogy kivédhetjük-e az időjárás frontok biológiai hatását?

A kutatások megbizonyították, hogy az atmoszférikus tényezők az idegrendszer közvetítésével fejti ki hatását az emberi szervezetre. Nyilvánvaló, hogy elsősor-



ban a labilis idegrendszerű egyének egyben meteoropaták, azaz időjárás-érzékenyek. A szervezet fizikai ellenállásának növelésével, edzésével növelhetjük az időjárás frontokkal szembeni ellenállást is. Az idegrendszer egyensúlyi állapotának megtartását célozza a különböző nyugtató hatású gyógyszerek adása is, ilyenkor az idegrendszer ingerlékenységének csökkentésével az egész szervezetet védjük az időjárás tényezők biológiai hatása ellen. Az időjárás frontokkal szembeni érzékenység megszüntetésére legjobb azonban a rendszeres testedzés, a sport, a szabad levegőn való tartózkodás.

Beteg egyének, akiknek panaszai kifejezettebbek időjárás-változás alkalmával, jó, ha a frontátvonulás idején kikérlik kezelőorvosuk véleményét a szükséges gyógyszeres megelőzésre vonatkozóan.

Dr. Diénes Sándor egyetemi adjunktus

Egyenes szabással ...

A nagy melegben kényelmes ingruha, ingblúz a legkellősebb viselet. Nem tapad a testhez, s egyszerű felvenni vagy kibújni belőle. Ezeknek az egyenes szabású, cifrázás nélküli ruháknak egyetlen diszítéje a »paspol«, magyarul: szegélyezés.

Rajzunkon sötétkék shantung ruhát mutatunk be. A nyakat és a nagy zsebet fehér pánt díszíti. A másik: fehér-piros csíkos ingruha, sötétkék paszpollal. — A harmadik ruha anyaga selyempiké, sötétpiros díszítéssel.

Lent 3 blúz:
1. Fehér vászon ingblúz. Az eleje, a gallér és a se-

Őszibarack, virág, bor

Befejeződtek a nevezések a kertészeti kiállításokra

A szabadtéri játékok idején érdekesnek ígérkező kertészeti kiállításokat rendeznek Szegeden. A kiállításokra most fejeződtek be a nevezések. Hazánk valamennyi származékos őszibarack-termelő vidéke képviselteti magát az őszibarack-kiállításon, amelyet a Kamaraszínházban július 24-től 10 napig tartanak nyitva. Természetesen kiállítják az izes gyümölcsöket Szatmárról és környékéről is. Az őszibarack-kiállítást növényvédelmi bemutatóval is egybekötik.

Az országos virágkiállítást ugyancsak a kamaraszínház helyiségében rendezik meg augusztus 6-tól 9-ig. Itt válogott és cserepes virágot egyaránt bemutatnak. A virágkiállításon mutatja be híres készítményeit a herendi és a hollóházi porcelángyár. Az országos borkiállítást július 24-én nyitják meg, s itt a megye bortermelő közös gazdaságaival együtt részt vesz hazánk valamennyi állami pinceszete.

A szabadtéri játékok egész tartama alatt a Fáklya Mozi kerthelyiségében márkás borokat kóstolhatnak, vásárolhatnak a jó italt kedvelők. Palackozott borok is forgalomba kerülnek és a szegedi Kossuth Halászlai Szövetkezet állandóan sült halat is árul majd. Ugyancsak a Fáklya Mozi kerthelyiségében a kisiparosok különféle bordszűrésűket stb. árúsítanak, a kiskereskedelmi vállalat pedig ajándéktárgyakat.

A közlekedési balesetekről — az orvos szemével

A balesetet, bárhol történjék is, tiszta szívvel sajnálom. Egyenesen kétségbeeszt azonban, hogy a mi kis országunkban az autók számához viszonyítva a hetedik helyre kerültünk — amint arról a Népszabadság május 21-én megjelent „Saját életünkért is” című cikkében olvastam. Tudvalevőleg lakosságunk túlnyomó részénél a gyalogközlekedés életszükséglet és nem olimpiai futó-, vagy más ügyességi verseny az autósokkal, vagy más motorosokkal szemben. Készségesen elismerem, hogy ezeknek is lehetnek sürgős útjaik, azonban semmiestere sem a gyalogjárók idejének hátrányára, vagy testi épségük, életük veszélyére. Közlekedési esz-közlekedési száma forgalmunk, iparunk, kereskedelmünk növekedésével mind nagyobb lesz. A túlszűfoltóság bekövetkezése nem kétséges, ennek jeleit már ma, a kezdet kezdetén észlelhetjük.

Megnyugtató, hogy minden egyes baleset létrejöttének okát és körülményeit az erre hivatott hatóság lelkiismeretesen, alaposan vizsgálja és elemzi.

A baleseteket előidéző okok szubjektívek és objektívek. Az előbbieket nehezebben ismerhetők fel, mert az egyes személyekhez vannak kötve, mint az idegrendszer labilis volta, a testi vagy szellemi gyorsabb kifáradásra való hajlam, a fenygető veszélyben a villám-szerűen gyors, logikus elhatározó lélekjelenlét hiánya stb. Mindezeket még fokozhatja az általános tapasztalat szerint az ittasság. Hogy adott esetben milyen mértékben, erre nehéz felelet adni. A különböző töménységű és felszívódási képességű alkohol hatásmódja minden embernél más lehet kezdetben s más egy bizonyos, de előre meg nem határozható idő elteltével, az egyiket fokozott gyors elhatározásra, reflexei gyorsulásával a veszély bravúros kikerülésére képesítheti, míg a másiknál

épp a reflexek késése válik végzettségűvé, lélekjelenlétét veszítve a veszélybe rohan. A baleset elkerülésének módja: a vezető abstinenciája, az alkoholfogyasztástól való feltétlen tartózkodása. Szigorú kötelesség ez, melynek be nem tartásáért a késő börtönben, ha életben marad, a felelősséget vállalnia kell! Ha egy vezető iszákos hajlama — akár hivatásos, akár magán — a hivatalos közegnek tudomására jut, fel kell az illetőt tenni a megfigyelendő sorába, s ha balesetet okozó hibát nem is követett még el, rajtakapás esetén a vezetéstől szükség szerint több-kevesebb időre eltávolítandó. Iszákos egyén a baleset lehetőségét állandóan magával hordozza. E szigorú eljárásról kettőt várhatunk: egy embert leszoktatunk az iszákosságáról, embertársainkat pedig az őket hibájukon kívül fenyegető balesetektől mentjük meg.

Még egy fontos tényezőt kell említenem, a sebességet. Aránylag kevés az olyan vezető, különösen a kezdők között, kit alkalmadtán a hajtási sebesség láza el nem fogott. Még tapasztalatlan lévén, az eleje torpanó veszély pillanatában nem ura gépének, vagy már nem is lehet.

Az objektív okok eltávolításával: a közutak szélesítésével, megújításával, modernizálásával a hatóságok az adott helyzetünk adta viszonyok között eddig is dicséretre méltó munkát végeztek. Ezúton további javulás bizton várható. A városok kivül nagy forgalmi utakat, a város peremét érintő nemzetközi sztrádákat ma már úgy építik, hogy ezeken nagy sebességű akadály és veszély nélkül elérhető legyen.

Más elbírálás alá esik a sebesség kérdése a városok területén belül. Itt nem lehet egységesen eljárni. Az autók folyamatos szaporodása miatt a balesetek növekedése csak a jelenleg megengedett közlekedési sebesség — kivétel a mentő- és tűzoltóautókat — igen lényeges (20–30 km) csökkentése árán hátrítható el. Ugyanaz vonatkozik a nagy forgalmú utakon a villamosokra is. Tudott do-

log, hogy az autók a külföld egyes nagy városai belsejében már nem is futhatnak be, az utasaik kénytelenek a kocsijaikat a külvárosok megjelölt helyein parkolni, maguk pedig vagy gyalog, vagy ha valamilyen közlekedési eszköz — földalatti, autóbusz — van, azt igénybe venni. Egy 50 év előtti jóslat következik be: „Ha sietős az utad, eredd gyalog!”

Nagyobb tekintettel kell lennünk a gyalogjárókra, hisz az ő útjuk is a legtöbb esetben sietős. A kijelölt utátkeléséknél a gyalogosok elsőbbségi jogát több szigorral kellene biztosítani. Gyakran észlelhető, hogy a nem jártas egyén a gyorsan közlekedő autót láttára megijed, ide-oda ugrál, csomagjait leejti, az szegurul s igazán csak a vakszerencének köszönhető, hogy a balesetek nem gyakoribbak. A falusi és tanyai lakoságnak e folyton növekvő forgalomhoz való hozzászokáshoz, beidőzéshez hosszabb időre van szükség. Türelemmel kell lennünk. Rendeletekkel, szabályokkal egyedül, kellő gyakorlattal hiányában, kedvező eredménnyel nem érhető. A városi lakosság is a jártasságot hosszabb idő elteltével szerzi és szerzi még ma is, a folyton növekvő forgalomban.

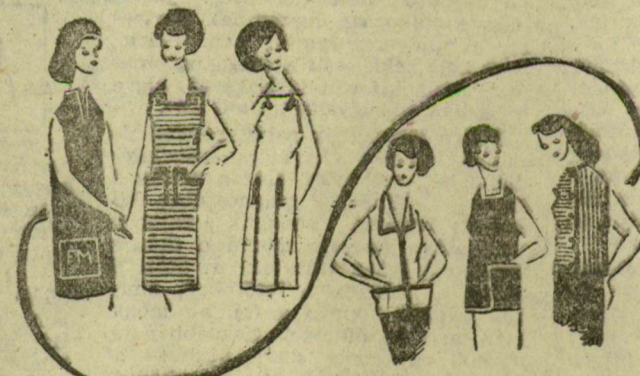
A balesetek elhárításának legelső és legfőbb törvénye a megelőzés! E sorok megírására, az okszerű megfigyelés vezetett. A balesetek ipsisztón növekedő bekövetkezését a világszerte mind nagyobb gondot okozó forgalom növekedése igazolja. A veszély gyorsan közeledik, a nagy városok kapuit már döngeti. Megerősíti e tény a Népszabadság május 27-én megjelent „Egy vágyányú függő gyorsonatót terveznek Angliában” című közleménye. Ez új közlekedési eszköz kivitelezésének terve, mely a városi és a távolsági gyorsforgalom lebonyolítására egyaránt alkalmas, ma már komoly stádiumban van. Dr. Buchanant, Anglia leg-híresebb közlekedési szakértőjét hívták meg tanácsadó-nak. A kormánybizottság elkészítette jelentését, felszava: „Vigyázzunk, nehogy a génekési kizsároltsá a városból az embert!” Idehaza egyelőre arra ügyeljünk, hogy előrelátással, az okok felismerésével és megelőzésével a baleseti ranglistán le-jebb kerüljünk. Ez kötelességünk már „saját életünkért is!”

Dr. Erdélyi Jenő
c. egyetemi tanár, főorvos

Szegedi Házipari Szövetkezet várrészleige gyakorlattal rendelkező

varrónóket
bedolgozóknak

feltesz. Jelentkezés: Takaréktár u. 2., udvarban jobbra. S. 85745



bek narancsszínű vászonnal segezt.

3. Piroscsíkos ingblúz. Piros gom és paszpoll.

F. M.