

Landslæknin:

Royking størsta staka deyðsorsøk

Føroyingar liggja klárt á odda í norðurlandskum hagtolum yvir royking sambært nýggju heilsulagslýsingini hjá landslækninum. Lítil ivi er um, at royking eisini er orsök til stóran part av deyðstilburðunum í Føroyum, sigur Høgni Debes Joensen, landslækni

ROYKING

Anna V. Ellingsgaard
anna@sosialurin.fo

Kanningar aðrastaðni prógva ferð eftir ferð, at royking er størsta staka deyðsorsøk. Bara í Danmark doyggja 13.000 fólk á hvørjum ári sum beinleiðis orsök av royking

– Sjálvt um tað í hvørjum einstøkum føri kann vera ringt at prógva, at royking var einasta og beinleiðis orsøkin til, at persónurin gjørdist sjúk, er als ongin ivi um, at royking er størsti heilsuvandin yvirhøvur um okkara leiðir. Jú fleiri og gjøllari kanningar verða gjørdar, jú týðilgari gerast



– Skulu vit náa út við heilsuþóskapinum er neyðugt at vita, hvørjir vandabólkarnir eru. Tí er stórir tørvur á gransking í sambandinum millum lívsstíl og sjúkumysntur hjá føroyingum, sigur Høgni Debes Joensen, landslækni

prógvini um, hvussu skaðilg royking í grundini er, sigur landslæknin

Roykjarar sjúkari sum heild

– Hóast vit ongi beinleiðis føroysk hagtol hava yvir sambandið millum lívsstíl og deyðsorsøkir, er tað

naivt at halda, at sjúkumynstrið hjá føroyingum er øðrvísi, enn í øðrum Norðurlondum. Tí er lítil ivi um, at royking eisini er størsta hóttanin móti heilsuni hjá føroyingum, sigur landslæknin.

Tá tað ræður um deyðsorsøkir, sum standast av royking, hugsa tey flestu uttan iva um krabbamein. Og kanningar vísa eisini, at 25% av øllum krabbameinstilburðum og 85% av lungakrabbatilburðunum stava frá royking. Men vit skulu eisini hava í huga, at royking hevur minst líka nógvar tilburðir av hjartaæðrasjúkum við sær, leggur landslæknin afturat. Í hesum sambandi skal nevast, at sambært nýggju heilsulagslýsingini eru hjartaæðrasjúkur týðiliga tann størsta deyðsorsøkin millum føroyingar.

Hyggja vit at heilsustøðuni hjá fólki sum heild, vísir tað seg, at roykjarar kunnu vænta at verða raktir av álvarsligari sjúku í 13 ár av teirra lívi samaborið við 8 ár um, tey ikki royktu. Hetta skal eisini siggjast í mun til, at roykjarar í miðal liva 10-12 ár styttri enn ikki roykjarar, minnir landslæknin á.

Boðskapurin nær ikki út

Heilsulagslýsingini vísir eisini, at stóri fititrupulleikin eisini hevur rakt føroyingar. Sambært tølunum hoyrir næstan annað hvørt mannfólk og fjórða hvørt konufólk heima í bólkinum »yvirvekt« og 10 % eru í bólkinum »ógvuslig yvirvekt«. Og sambært landslækninum er tað ikki bara matvanunum, tað er galið við.

– Ein annar stórir trupulleiki hjá føroyingum er, at vit røra okkum ov lítið, eitt nú koyra so nógv í bili. Tað er bæði skaðiligt og stórt spell, tí fram um so nógv onnur hava vit føroyingar jú framúr góðar móguleikar at ganga túrar í vøkru náttúruni, sum er allastaðni rundan um okkum, sigur hann.

Fyrimunirnir við at røra seg nógv kunnu neyvan yvirmetast. Umframt at vera við til forða fyri yvirvekt, beinbroyskni og sukursjúku, minskar rørsla eisini um vandan fyri at fáa ávís sløg av krabbameini, hjartaæðrasjúkur og er í allar mátar gott fyri sálarstøðuna.

– Tíverri vísir tað seg, at heilsuþóskapurin ofta hevur ilt við at náa tey, sum hava mest brúk fyri honum. Skal ein fólkaheilsuætlan eydnast, krevur tað millum annað neyva gransking av sambandinum millum sjúkumysntur og sosiala støðu, so mynduleikarnar harfrá kunnu samstarva um at røkka einstøku vanda-bólkunum, sigur Høgni Debes Joensen.

Roykjarar í 2002. (Prosenttøl)

	Menn	Kvinnur
Føroyar	35	38
Ísland	22	21
Danmark	31	27
Svøríki	16	19

Kelda: Heilsulagslýsing fyri Føroyar 2004.

Greitt úr hondum: Høgni Debes Joensen, landslækni

Sálarfrøðingurin:

Royking tengd at persónligheit og lívsstíli

Hví júst føroyingar roykja so nógv verri enn onnur, er ilt at siga, heldur Eyðun Joensen, sálarfrøðingur. Ongin ivi man tó vera um, at royking serliga er tengd at ávísu stressandi arbeiðsumhvørvi, og at fólk, sum liva meir hektiskt, enn onnur, eisini roykja meir



At roykja illa hevur uttan iva nakað við persónligheitina hjá fólki at gera, heldur Eyðun Joensen, sálarfrøðingur

Royking og persónligheit

Eyðun Joensen er sannførdur um, at tað ikki er uttan orsök, at eitt nú journalistar í filmum næstan altíð eru keturoykjarar. Men hóast tað avgjørt er eitt samband millum eitt stressað arbeiðsumhvørvi, har fólk allatíðina arbeiða undir ein deadline, merkir tað ikki endiliga, at ein redaktión fær fólk at roykja

verri.

– Eg trúgvi, at royking eisini í stóran mun hongur saman persónligheitini. Tað vil siga, at tá vit í hesum føri tosa um sambandið millum royking og arbeiðsumhvørvi, so er tað kanska heldur soleiðis at eitt ávíst slag av persónum uppsøkja eitt ávíst arbeiðsumhvørvi. Fólk, sum altíð jagstra eitt hvørt og í heila tiki liva meir hektiskt enn onnur,

roykja ofta illa og verða uttan iva oftari journalistar enn onnur, sigur Eyðun.

Í øðrum førum er sambandi millum arbeiði og royking kanska ikki so eyðsýnt. Til dømis er tað tiltikið, at tað verður roykt óvanliga nógv umborð á fiskiskipum. Fiskarí kann uttan iva eisini kennast stressandi, men har er tað kanska líka nógv ávirkanin frá hinum, sum tú livir so tætt saman við, sum ger seg galdandi. Og so hetta, at tað umborð á einum skipi ikki altíð er so nógv at krydda sær lívið við, hugleiðir Eyðun.

»Fátækmannatroyst«

Í sínum starvi sum sálarfrøðingur hevur Eyðun Joensen varnast, at tey stóðugt sálarsjúku munnu vera milum tey, sum roykja ringast yvirhøvur. Utan iva kemst hetta av, at royking jú sigst at vera avslappandi og

kanska kennist ein troyst, tá lívsdygdin annars ikki er av teimum bestu. Hugtakið »fátækmannatroyst« verður jú eisini brúkt um royking, og tað forkláar móguliga, hví fólk í hægri sosialu løgunum sum heild roykja minni. Men heldur ikki her kanst tú skera øll yvir ein kamb, tí tú kanst saktans hava eitt gott lív, fyri tað um tú ikki er ríkur.

– Hetta snýr seg kanska meir um tilvitan og rák. Millum tey, sum eru væl fyri sosialt, hava vit leingi sæð eitt rák, har tað er modernað at vera sunnur og annars liva heilsugott. Tí er tað nokk eisini hendan vegin, vit skulu hyggja, fyri at fáa fólk, serliga tey ungu, at halda uppat at roykja ella forða fyri at tey nakrantíð byrja, heldur Eyðun.

– Ein tann sterkasta lýsingin móti royking, eg havi sæð, er eitt kjokkfullt øskubíkar við tekstinum »Kundi tú hugsað tær at mussa hetta?«. Vit vilja jú øll vera

tekkilig, men fáa vit sannført tey ungu um, at tað er ólekkurt, luktar illa, gevur gular tenn og ringa húð at roykja, kundi tað skjótt hent, at tað ikki var so smart longur. Tíbetur bendir nógv á, at tað er júst hatta rákið, sum ger seg galdandi millum tey ungu beint nú.

Hvussu tað fer at eydnast at sannføra teir gomlu roykjarar um tað sama, er heldur ivasamt, heldur Eyðun. Hann leggur afturat, at í øllum hesum skulu vit ikki gloyma, hvussu ótrúliga bindandi royking í grundini er.

– Eg havi arbeitt nógv við fyrrverandi rúðsrekka-misnýtarum, og hoyri teir ferð eftir ferð siga, at tað er nógv torførari at halda uppat at roykja enn at drekka. Og tað sigur ikki so lítið, heldur sálarfrøðingurin.