

Kuka on terve?

Professori Jorma Palo kirjoitti aikoinaan viisaasti, ettei tarvitse olla terve ollakseen terve. Ikääntyvä näyttelijä kertoi naistenlehdessä voivansa hyvin, vaikka olikin kaikenlaista kremp-paa, mutta onneksi niin oli kavereil-lakin.

WHO määritteli terveyden vuonna 1948 täydelliseksi fyysiseksi, henki-seksi ja sosiaalisesti hyvinvoinniksi, ei siis pelkästään sairauden tai heik-kouden puutteeksi. Määritelmä on elänyt 60 vuotta eli aikansa ja Hol-lannissa kokoontuikin asiantuntija-ryhmä 38 maasta pohtimaan, miten terveys pitäisi määritellä (Huber M ym. BMJ 2011;343:d4163).

WHO:n määritelmän keskeinen ongelma on, että vaatimus täydelli-sestä terveydestä tekee suurimmas-ta osasta ihmisistä suurimman osan aikaa ei-terveitä tai sairaita. Uuden tekniikan avulla löydetään uusia epä-normaaliuden muotoja, ja toisaalta terveyteen liittyvät normaaliarvot ovat kiristyneet, kuten on tapahtunut verenpaineen, veren rasva-arvojen ja verensokerin osalta. Hyvin voivista ihmisistä on siis tahtomattaan tehty WHO:n määritelmän mukaan sairai-ta. Toinen ongelma on sairauksien muuttuminen ajan myötä. 60 vuotta sitten akuutit taudit kuten infektiot olivat suurin sairausryhmä, kun taas

nykyään valtaosa sairauksista on kroonisia. Ikääntymiseen ikään kuin kuuluu nykyään jokin krooninen sai-raus tai vaiva. Silti ihminen voi tun-tea itsensä terveeksi. Asiantuntijoita askarruttaa myös WHO:n määritel-män epäkäytännöllisyys, sillä ”täy-dellistä” ei voi mitata.

Hollannin kokous päättyi suositte-lemaan terveydelle dynaamista mää-ritelmää ”the ability to adapt and to self manage” eli terveys on kyky so-peatua ja selviytyä. Terveellä on siis fyysinen, henkinen ja sosiaalinen hy-vinvointi omalla tavallaan hallinnas-sa. ■ OR



Kuva: iStock