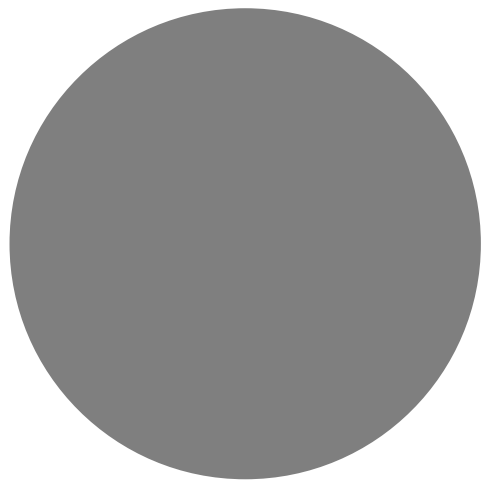


# Helsisms un tā klātbūtne Latvijas medijos

Vita Savicka

Maģistru studiju programmas

“Veselības komunikācija”  
līdzvadītāja

# Veselības veicināšana & helsisms

Veselības veicināšana - process, kas katram indivīdam ļauj uzņemties **lielāku kontroli pār savu veselību** un uzlabot to.

*Otavas harta, PVO, Ženēva, 1986*

Helsisms - rūpes par personīgo **veselību kā prioritāti**, mērķis, kurš primāri tiek sasniegts ar dzīvesveida pārveidošanu ar vai bez terapeitiskas palīdzības.

*Crawford, 1980*

# Helsisma jēdziens

## 1970 gadi.

Dažādu veselīga dzīvesveida kustību „uzplaukums”. Veselība tiek saistīta ar antonīmiem „vesels” un „slims”. *Irving Kenneth Zola, 1972*

## 1980 gadi.

Veselība kā prioritāte indivīda dzīvē:

- tiekšanās uz **dzīves kvalitātes uzlabošanu un labsajūtu**, ievērojot veselīgu dzīvesveidu
- teikšanās pēc **emocionālas labsajūtas un dzīvesprieka**, kas uzlabo arī cilvēka fizisko pašsajūtu
- cilvēks **pats spēj** veicināt savu veselību un profilaksi, novērst slimības; speciālistu iesaiste meditējot, apmeklējot dažādas terapijas un izmantojot homeopātiju.

*Crawford 1980*

# Helsisms – patērētāju kustība

---

**Pārņem Austrumu sabiedrībās dominējošu tieksmi uz sevis apzināšanos, cerot uz sevis papildījumu, pievēršot pastiprinātu uzmanību mazākajiem slimības simptomiem un deformācijām.**

Helsisms ienāk visos ikdienas dzīves aspektos, ieskaitot uztura izvēli, brīvā laika aktivitātes, emociju veicināšanu, cīnīšanos ar notiekošo savā dzīvē.

*Greenhalgh un Wessely, 2004*



# Helsisms - globāls kulta

Vēlme sasniegt vai uzturēt veselīgu fizisko veselību šodien ir kļuvusi par **ietekmīgu elementu dažādu kultūru un sabiedrību integrācijā.**

Ja iepriekšējās paaudzēs veselība tika izprasta kā ētikas norma, morāle, higiēna, tad tagad **helsisms vairāk saistīts ar atlētiskumu, kormeņa formām un panākumiem - prieku un labklājību.**

*Bens Spatzs, 2015*



# Helsisma kritika

Helsisms rada manipulējošu spiedienu - ja indivīds neievēro veselīgu dzīvesveidu, tas nozīmē, ka viņš necenšas pietiekami. **Obligati jācenšas būt veselīgam.** *Turrini, 2016*

Uz sevi vērsts - **nesaistīts ar līdzcilvēku** dzīves uzlabošanu.

Nepārtraukta sekošana savam veselības stāvoklim un pūliņi ik dienas uzlabot veselību ir **brīvības zaudēšana**.

Pastāv punkts, pēc kura tiek **zaudēts līdzsvars** starp personīgo autonomiju un medicīnisko paternismu.

Veselības pārbaudes bez īpašas vajadzības - komersantu uzvaras gājiens.

Dedzība, ar ko cilvēki tiek aicināti pārvērsties noteiktam dzīves veidam, katrs jauns aizliegums, naudas sods, nodoklis, vienkāršu prieku ierobežojums, - šī neiecietība robežojas ar «veselības fašismu».

*Citēts Viljam Carlyon, Petr Skrabanek, 1994*

*Petr Skrabanek „The Death of Humane Medicine and the Rise of Coercive Healthism”, 1994*

# Kontrole pār visu

- 
- Japāņu „inteligentā tualete”, kas automātiski veic «analīzes», spēj noteikt pulsa ātrumu un asinsspiedienu.
  - **«Mūsu sapnis- lai kādu dienu cilvēku mājas tiktu savienotas ar veselības centru, kas varētu uzraudzīt tualetes nolasīto «dzīvības zīmju» izmaiņas».**

*Citēta Irma Kurtz, Petr Skrabanek, 1994*



# Helsima kritika

- Veselība aizpilda **relīģijas vakuumu**.
- Veselība ir cīņa pret nāvi. « **Labie tiks izglābti un ļaunie mīrs**»
- Cilvēka dzīve samazinājusies līdz **viena cilvēka dzīves ilgumam**.
- Cilvēki tagad mirst lēnāk un dārgāk.

*Petr Skrabanek, 1994*



# Veselības Svētais Grāls

---

Palielina vainas un nemieru sajūtu novecojošā sabiedrībā, jo labajiem veiksmīgajiem jābūt skaistiem un vajadzīgiem.

- Pārliecība, ka veselība ir laime.
- Ēst mazāk tauku, panākt labu vēdera izeju, iegādāties velosipēdu.
- Nē - sāpēm, ciešanām vai izmisumam.
- Nē - sevis upurēšanai vai raudāšanai.

ASV

~50% ir apmierināti ar savu veselību, un šī daļa samazinās.

96% vēlas mainīt savu ķermeni.

**Diēta ir kļuvusi par apsēstību, lai aizkavētu novecošanos, veicinātu imūnsistēmu, paaugstinātu seksuālo potenciālu un radošumu.**



## Piemērs - sports...

- 1972. gadā maratonu skrējējs Tomass Besslers nāca klajā ar teoriju, ka maratons ir aterosklerozes un koronārās sirds slimības profilakse.
- No 1973. līdz 1978. gadam cilvēki pat pēc miokarda infarkta tika mudināti trenēties maratonam.
  - Kardiologi iebilda - pieci maratonskrējēji mira no koronārās sirds slimības – viņiem bija 44, 41, 38, 36 un 27 gadu
  - 10% maratona skrējēju gūst smagas traumas.

*Petr Skrabanek, 1994*

## Piemērs- foodisms

1878. gadā Tomass Lauders Bruntons paziņoja, ka viens no galvenajiem tuberkulozes cēloņiem ir tas, ka cilvēki maz ēd sviestu, jo tas ir dārgs.

1930. un 1940. gados kā diētu mediķi vēl aizvien ieteica treknus ēdienus. 1950os gados piena tauki un gaļa tika nosaukta par sirds slimību cēloni.

Amerikāņu karavīrs Persijas līča karā divas dienas gūstā tika turēts bez ēdiena. Kad viņam piedāvāja tēju, viņš atteicās to dzert, jo tajā ir kofeīns...

*Petr Skrabanek, 1994*

# Mediķu loma vieta helsima ērā

## Mediķim jāklūst

- par ekspertu
- «normāluma ” noteicēju
- žūrijas locekli
- aprūpes sniedzēju
- teologu, priesteri, misionāru
- zinātnieku

Petr Skrabanek, 1994

## Hesimam jābūt redzamam!

«Ir svarīgi, lai ASV prezidents skrietu un viņa sieva aizliegtu Baltajā namā pelnu traukus. Lielbritānijas Veselības ministre V. Bottomley aizliedza cepumus kafijas pauzēs un tos aizstāja ar augļiem». *Citēts Keith Botsford*

Lancet, un British Medical Journal tika publicēts apjomīgs ziņojums The Nation's Health. Ziņojums tika kritizēts par to, ka teksts nav saprotams “vidējam lasītājam”.

*Petr Skrabanek , 1994*

**Plaši izplatītā veselības komercializācija, mudina masu medijus būt ļoti ieinteresētiem veselības tematos. Tas noved pie pastāvīga nedrošības un trauksmes par iespējamām slimībām.**

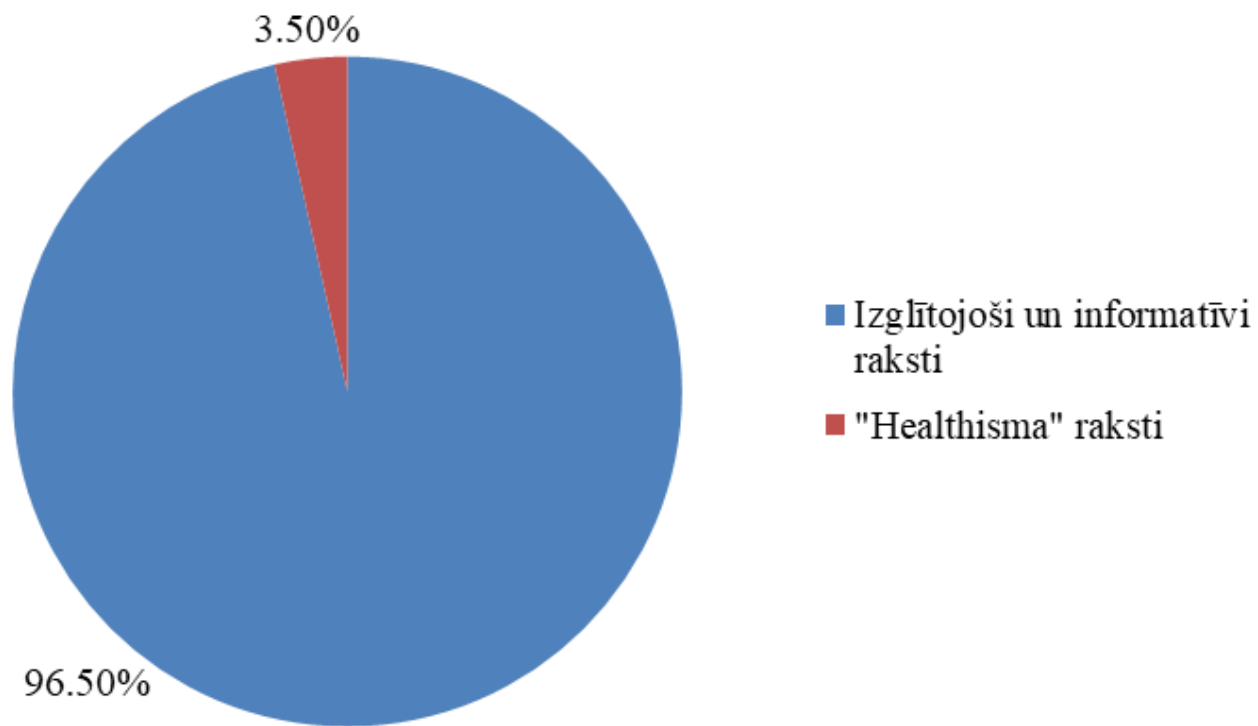
*Greenhalgh un Wessely 2004*



# Helsims Latvijas masu medijos

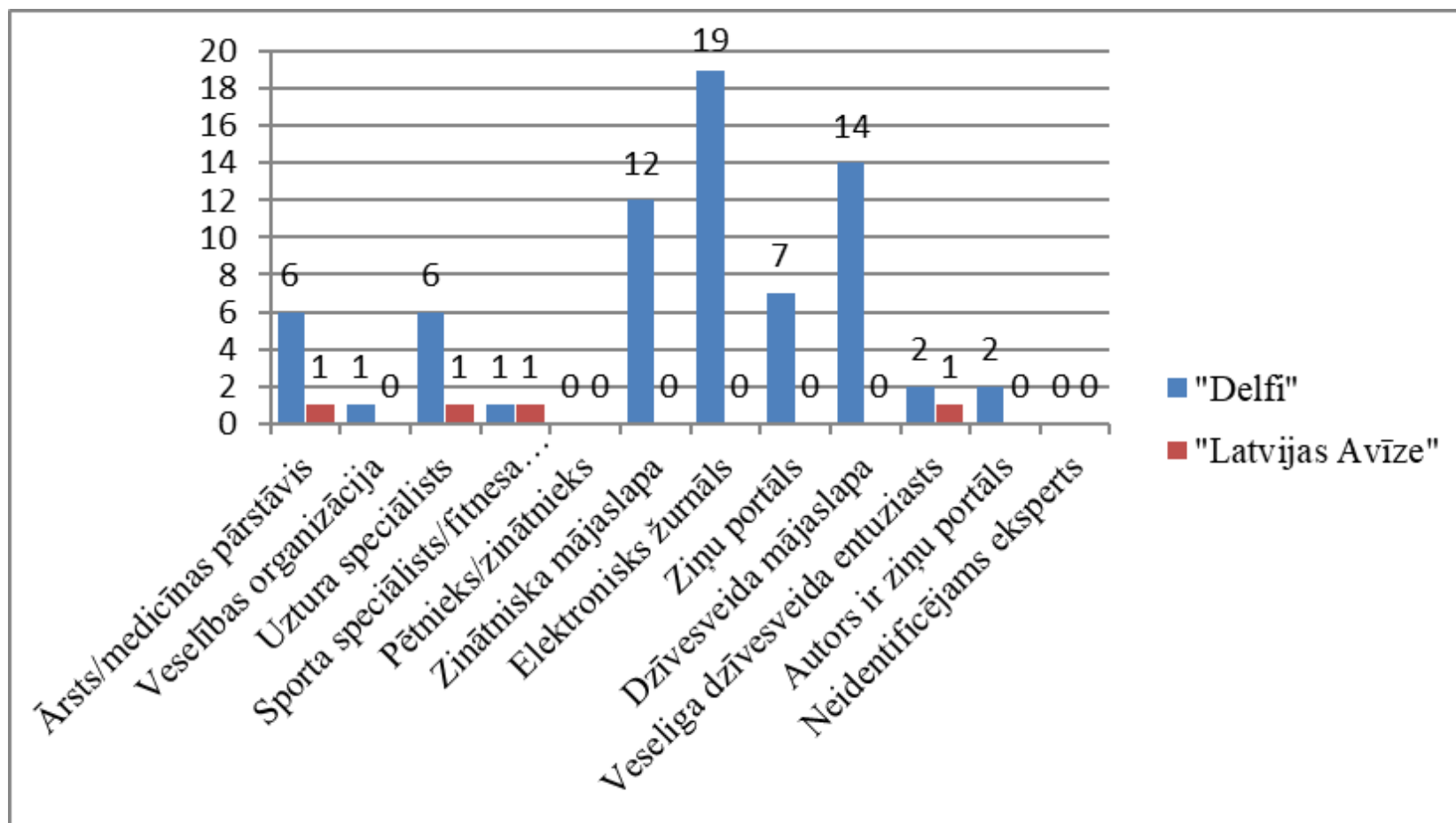
Veselība kā skaistums, emocionālā labsajūta

*Baiba Spunde, 2018*



- Delfi, Tvnet, KasJauns, LA; 1149 raksti, 2017. gads.

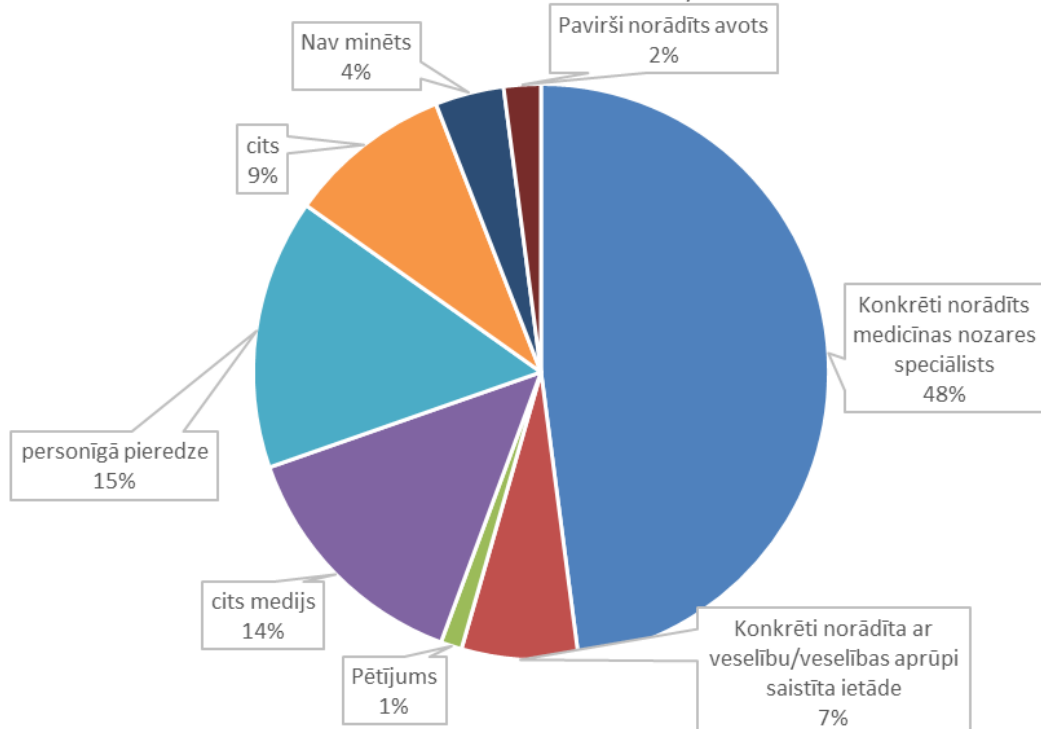
# Rakstu avoti/autori



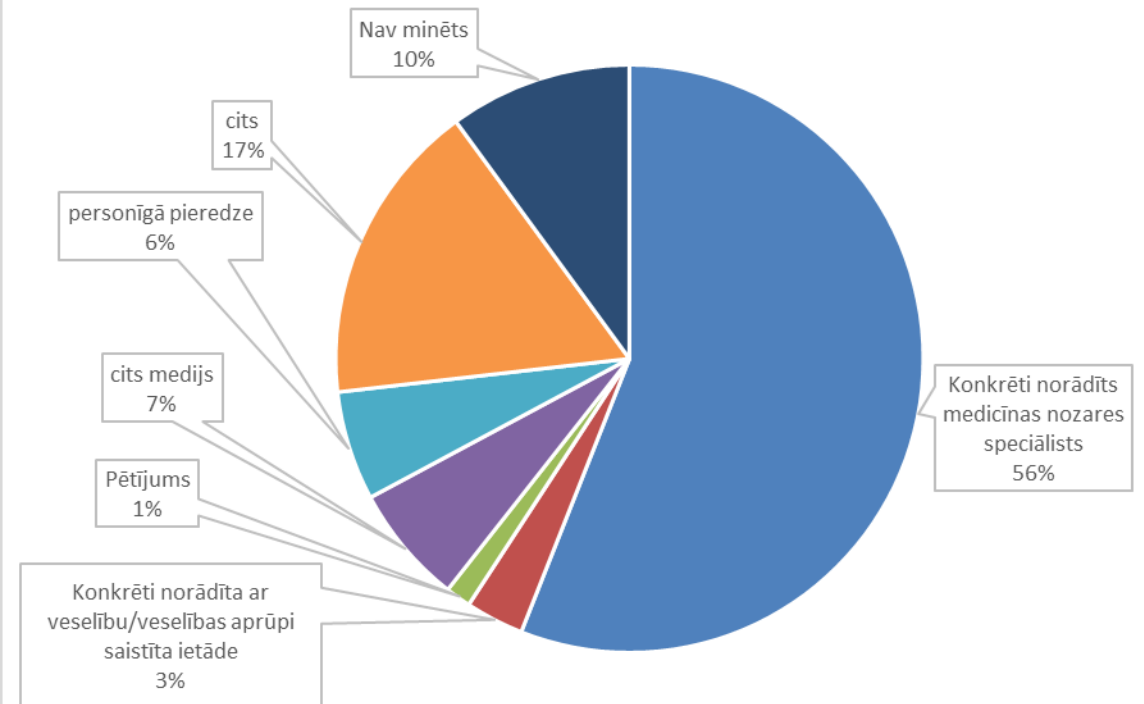
# Veselības tematikas rakstu avoti/autori

*P.Gurtiņa, 2018*

Veselības tematikas rakstu avoti ziņu vietnē delfi.lv



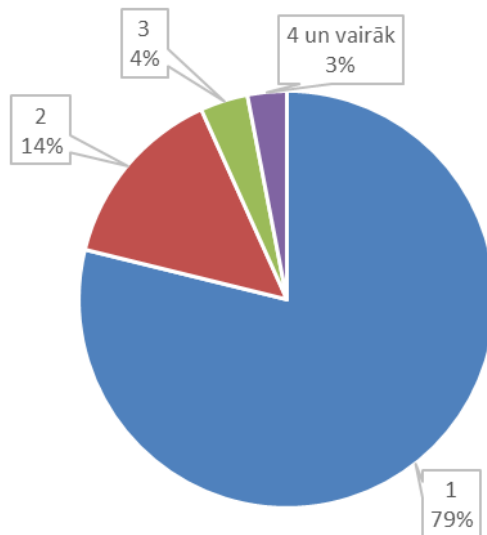
Veselības tematikas rakstu avoti ziņu vietnē veselam.la.lv



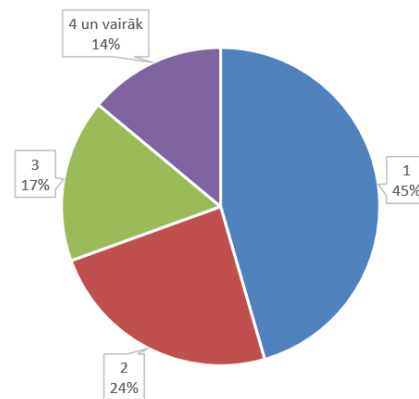


votu skaits veselības tematikas rakstos ziņu vietnē

veselam.la.lv

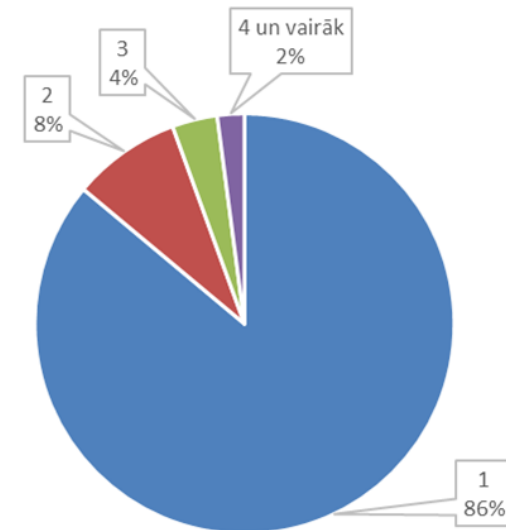


Avotu skaits veselības tematikas rakstos ziņu vietnē delfi.lv



votu skaits veselības tematikas rakstos ziņu vietnē

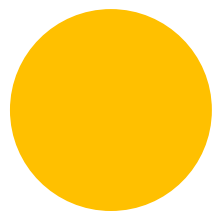
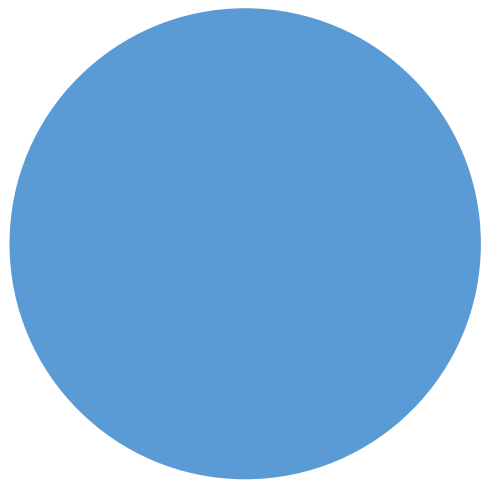
rus.delfi.lv



# Izmantoto avotu skaits

# Izmantotā literatūra

- Crawford, Robert. 1980. Healthism and the medicalization of everyday life. International Journal of Health Services. London: SAGE
- Greenhalgh, Trisha, Simon Wessely. 2014. „Health for me”: a sociocultural analysis of healthism in the middle classes”. British Medical Bulletin.
- Skrabanek, Petr. 1994. „The Death of Humane Medicine and the Rise of Coercive Healthism”
- Spatz, Ben. 2015. What a Body Can Do. London: Routledge.
- Turrini, Mauro. 2016. „A genealogy of “healthism”: Healthy subjectivities between individual autonomy and disciplinary control”.
- Zola, Irving Kenneth. Medicine as an Institution of Social Control. SAGE Journals.



Paldies par uzmanību.  
**Dzīvosim veselīgi!**

