

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Zachowania zdrowotne mogą być uwarunkowane religijnie

Żydzi częściej mają nadciśnienie, Adwentyści Dnia Siódmego zdrowiej się odżywiają, rzadziej piją i palą, wśród muzułmanów najczęściej diagnozuje się nadwagę, a zbyt wysoki

poziom cholesterolu najczęściej mają katolicy. Określone zachowania zdrowotne są bowiem powiązane z przynależnością religijną - ustalili medycy z UJ.

Wierzenia religijne mogą być źródłem różnych zwyczajów związanych ze zdrowiem. Przegląd wcześniejszych danych epidemiologicznych dowodzi natomiast związków pomiędzy określonymi zachowaniami zdrowotnymi a przynależnością religijną, a także np. poziomem zaangażowania religijnego a zmniejszonym ryzykiem zachorowania i zgonu z powodu chorób układu sercowo-naczyniowego. Niektóre wcześniejsze publikacje wskazywały na istnienie pozytywnej korelacji pomiędzy intensywnością religijności a zwiększoną aktywnością fizyczną, właściwym odżywianiem i skutecznością rzucania palenia. Religia może również odgrywać rolę w profilaktyce uzależnień od alkoholu czy nikotyny.

Naukowcy z Wydziału Nauk o Zdrowiu Collegium Medicum UJ, Wydziału Zarządzania AGH oraz Wydziału Zarządzania Uniwersytetu Ekonomicznego w Krakowie sprawdzili, czy poziom zaangażowania religijnego istotnie wpływa na zachowania zdrowotne mieszkających w Polsce przedstawicieli różnych wyznań, oraz czy w wybranych religiach wierni mają odmienne podejście do zachowań zdrowotnych. Wyniki ich ustaleń ukazały się w czasopiśmie „International Journal of Environmental Research and Public Health” (<https://doi.org/10.3390%2Fijerph19010454>).

Badanie prowadzili na grupie 297 osób: 118 Adwentystów Dnia Siódmego (ADS), 134 katolików, 14 Żydów i 31 muzułmanów. Katolicy są największą wspólnotą wyznaniową w Polsce, licząca wg GUS ok. 32 mln ochrzczonych, choć w mszach uczestniczy tylko 38 proc. Poza tym w naszym kraju na stałe mieszka ok. 10-12 tys. muzułmanów, 8-12 tys. Żydów i ok. 10 tys. Adwentystów Dnia Siódmego.

Jak zauważa autorka badania prof. Anna Majda, wiadomo, że występowanie chorób układu sercowo-naczyniowego (i umieralność z ich powodu) wiąże się w dużej mierze z czynnikami zależnymi od stylu życia. Najważniejszymi są: dieta, palenie tytoniu, mała aktywność fizyczna oraz związane z nimi występowanie cukrzycy, nadciśnienia, otyłości, zespołu metabolicznego czy podwyższonego poziomu homocysteiny w surowicy krwi.

"Choroby układu sercowo-naczyniowego stanowią najpoważniejszą przyczynę zgonów w Polsce i większości krajów rozwiniętych. Jednak w polskim piśmiennictwie nie ma zbyt wielu publikacji dotyczących wpływu religijności na zdrowie człowieka oraz określających czynniki ryzyka układu sercowo-naczyniowego wśród grup wyznaniowych. Choć zainteresowanie tym tematem wzrasta - mówi w rozmowie z PAP prof. Majda. - Jednocześnie dane światowe sugerują pozytywną korelację między religijnością a przeżywalnością oraz korzystny wpływ religijności na zmniejszenie zapadalności na chorobę wieńcową, raka czy zaburzenia psychiczne".

Jak dodaje, wiedza o tym jest ważna, gdyż może się przełożyć na lepsze prognozowanie zagrożenia chorobami układu krążenia oraz optymalizowanie działań profilaktycznych w różnych grupach wyznaniowych.

Wszystkim uczestnikom omawianego badania wykonano pomiary antropometryczne, badania przedmiotowe i laboratoryjne oraz ocenę ryzyka sercowo-naczyniowego w skali SCORE. Pytano także o nałogi i zwyczaje żywieniowe, wiedzę na temat chorób układu krążenia, aktywność fizyczną, narażenie na różne czynniki psychospołeczne (m.in. stres), oraz o choroby współistniejące, przyjmowane leki itp.

Okazało się np., że średnie stężenie homocysteiny i triglicerydów wśród katolików było istotnie wyższe (16 $\mu\text{mol/l}$), niż u Adwentystów Dnia Siódmego (13 $\mu\text{mol/l}$). Adwentyści mieli za to dużo wyższe ciśnienie tętnicze oraz stężenie HDL w stosunku do katolików. Katolicy częściej mieli też nadwagę

i otyłość, a w związku z tym ogólne ryzyko incydentu sercowo-naczyniowego było u nich istotnie wyższe, niż wśród ADS.

Adwentyści mieli niższy niż pozostałe grupy religijne poziom stresu w codziennym życiu i lepiej stosowali się do zaleceń dotyczących zapobieganiu chorobom krążenia.

Jeśli chodzi o homocysteinę, CRP i poziom cholesterolu - to najwyższe były one u muzułmanów, zaś triglicerydów i glukozy - u Żydów. U niespełna 1/4 muzułmanów i u nieco powyżej 1/4 Żydów stwierdzono ciśnienie tętnicze powyżej normy.

Wysoką aktywność fizyczną zadeklarowało 2/3 Muzułmanów oraz 1/3 Żydów. Papierosy palił co dziesiąty Muzułmanin i co piąty Żyd. Muzułmanów najczęściej charakteryzował niski i przeciętny poziom natężenia stresu, Żydów - wysoki oraz przeciętny. Muzułmanie częściej niż Żydzi wykazywali prozdrowotne zwyczaje żywieniowe.

Pod kątem intensywności zaangażowania religijnego katolicy wypadli zdecydowanie gorzej niż pozostałe grupy wyznaniowe. Wysoki poziom religijności deklarowało 75 proc. z nich, natomiast wśród badanych ADS, muzułman i Żydów było to 100 proc.

„Co ciekawe katolicy o wysokim poziomie zaangażowania religijnego deklarowali więcej pozytywnych zachowań zdrowotnych i prezentowali lepszy stan zdrowia w stosunku do tych mniej religijnych. Choć też wykazywali wyższy poziom stresu, gorsze nastawienie psychiczne i mniejszą aktywność fizyczną” - podkreśla prof. Majda.

Jak podsumowuje, wybrane elementy stylu życia powiązane ze stanem zdrowia najbardziej odbiegały od zaleceń u katolików, a najmniej - wśród Adwentystów Dnia Siódmego.

Aby móc stwierdzić, czy założenia poszczególnych religii kładą jakikolwiek nacisk na zdrowy tryb życia, dbanie o ciało itp, naukowcy musieli przestudiować m.in. ich święte księgi czy katechizmy.

Zauważyli, że katechizm KK podkreśla wartość zdrowia fizycznego i nawołuje do troski o zdrowie obywateli (a więc o zdrowie publiczne). „Postrzegając zdrowie jako wartość podstawową umożliwiającą realizowanie innych dóbr, dodaje jednak, że nie jest ono wartością absolutną i przestrzega przed kultem ciała - mówi prof. Majda. - Kościół Katolicki podkreśla też obowiązek dbałości o zdrowie, krytykując używanie narkotyków i nadużywanie alkoholu”.

Co ciekawe, jeśli chodzi o palenie tytoniu, to KK - wbrew współczesnemu przekonaniu świata medycznego o szkodliwości nikotynizmu - stoi na stanowisku, że używanie tytoniu w stopniu umiarkowanym nie jest działaniem niewłaściwym, grzesznym czy szkodliwym. Podobnie rzecz ma się z alkoholem.

Najpowszechniejsza w Polsce religia podkreśla także, że bezwzględnym obowiązkiem człowieka w przypadku choroby jest dążenie do odzyskania zdrowia, dlatego też namawia do przestrzegania zaleceń dotyczących leczenia, pielęgnacji, rehabilitacji czy diagnostyki.

„Judaizm postrzega zaś człowieka jako jedność ciała i duszy i nakłada na niego obowiązek troski o swoje ciało, a tym samym - o zdrowie - kontynuuje autorka publikacji. - Narodzenie, opieka nad noworodkiem i obrzezanie związane są z licznymi przepisami higienicznymi. Istnieją stowarzyszenia, których członkowie zajmują się chorymi. Religijnym obowiązkiem jest obmycie rąk po wstaniu, przed posiłkiem, po wyjściu z toalety czy po obcięciu paznokci”.

Dla zdrowia psychicznego decydujące znaczenie ma zachowanie odpowiedniego rytmu życia, w czym zasadniczą rolę odgrywa świętowanie szabatu. Żydzi powinni też dbać o odpowiedni poziom

aktywności fizycznej.

W islamie warunkiem zdrowia ciała i duszy jest wiara w Boga i wierne poddanie się jego woli. Według świętych ksiąg tej religii post, regularna modlitwa i pielgrzymki uwalniają od codziennych napięć i kłopotów oraz dają poczucie wspólnoty. W islamie do działań profilaktycznych zalicza się zakazy: picia alkoholu, palenia papierosów, używania narkotyków, jedzenia wieprzowiny. Zaleca się uprawianie sportu, właściwą dietę i odpoczynek.

Według wyznawców Kościoła Adwentystów Dnia Siódmego ciało należy dostarczać odpowiedniej dawki ruchu i odpoczynku, stosować możliwie najzdrowszą dietę i wstrzymać się od pokarmów określonych jako nieczyste. Ponieważ napoje alkoholowe, tytoń, narkotyki i niewłaściwie stosowane leki są szkodliwe dla ciała, należy się od nich wstrzymać, a w zamian korzystać z tego, "co prowadzi myśli i ciało do posłuszeństwa Chrystusowi".

Okazuje się więc, że w katechizmach poszczególnych religii znajdują się odniesienia do dbania o zdrowie i cielesność. Jednak nie we wszystkich grupach są one równie chętnie przestrzegane.

„Nie byliśmy zaskoczeni tymi wynikami. Spodziewaliśmy się, że wybrane elementy stylu życia, i stan zdrowia określany na podstawie różnych parametrów, będą najbardziej odbiegały od zaleceń zapobiegania chorobom układu sercowo-naczyniowego u katolików. Tak też było” - podkreśla prof. Majda.

Sugeruje ona, że osoby zajmujące się zdrowiem publicznym, w tym pielęgniarki, powinny rozwijać kulturowo specyficzne interwencje edukacyjne, uwzględniające czynniki ryzyka sercowo-naczyniowego i ryzyko incydentu sercowo-naczyniowego wśród wyznawców różnych religii.

„Siłą naszego badania było nie tylko poznanie deklarowanych zachowań zdrowotnych u przedstawicieli wybranych grup religijnych, ale także zdiagnozowanie ich stanu zdrowia - podsumowuje autorka artykułu. Zastrzega, że badanie miało swoje ograniczenia - m.in. takie, że było zlokalizowane tylko w kilku miejscach Polski, miało małą wielkość próbki i nierówny udział przedstawicieli poszczególnych grup wyznaniowych, dlatego wyniki należy traktować z ostrożnością”.

„Uzyskane wyniki mogą jednak stanowić zachętę do dalszych badań w tym obszarze. Tym bardziej, że obserwowane są teraz znaczne ruchy migracyjne, szczególnie ludności z regionów, w których dominuje religia muzułmańska. Rekomendujemy więc dalsze badania, rozszerzone na więcej miejsc w Polsce, powtórzone na większej próbie i - być może - uwzględniające wpływ procesów akulturacyjnych na prowadzony styl życia” - dodaje.

Badaczka przytacza też wyniki innych badań jej zespołu, które pokazały, że rosnąca różnorodność kulturowa pacjentów w Polsce i wynikające z niej różnice w ich oczekiwaniach sprawiają, iż opieka zdrowotna wymaga inwestycji w szkolenia wśród studentów pielęgniarstwa i pielęgniarek, dotyczące rozwoju kompetencji kulturowych i inteligencji kulturowej.

„W Polsce pojawia się coraz więcej cudzoziemców, którzy stają się klientami naszego systemu ochrony zdrowia. (...) Umiejętne postępowanie z pacjentem odmiennym kulturowo wymaga kompetencji kulturowych i inteligencji kulturowej, bo tylko one zapewnią dobrą jakość opieki i bezpieczeństwo kulturowe” - mówi prof. Majda.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/31474.html>



23-12-2024

Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

Świąteczna apteczka

Szczypta umiaru i coś na zgage



23-12-2024

Radioaktywny pluton się nie ukryje

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

Polacy są umiarkowanie prospołeczni

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

Informacje dnia: [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

Partnerzy