

Boðað til lýðheilsupings 10. nóvember 2022

Kæri viðtakandi.

Heilbrigðisþing hafa verið haldin árlega frá árinu 2018 þegar gildandi heilbrigðisstefna til ársins 2030 var í mótun. Þingin hafa verið tileinkuð mikilvægum málefnum sem varða heilbrigðiskerfið og skipulag heilbrigðisþjónustu. Í ár hef ég ákveðið að helga þennan árlega viðburð lýðheilsu og boða því til lýðheilsupings 10. nóvember næstkomandi. Þar verður einstaklingurinn í forgrunni með áherslu á allt það sem við getum sjálf gert til að efla, vernda og viðhalda góðri heilsu. Jafnframt verður fjallað um hvernig stjórnvöld og stofnanir samfélagsins geta með ákvörðunum sínum og aðgerðum skapað almenningi sem bestar aðstæður til heilsueflingar á öllum æviskeiðum.

Alþingi samþykkti á síðasta ári lýðheilsustefnu til ársins 2030. Stefnan á sér stoð í heilbrigðisstefnu þar sem fram koma þau markmið að lýðheilsustarf með áherslu á heilsueflingu og forvarnir verði hluti af allri heilbrigðisþjónustu. Samkvæmt lýðheilsustefnu skulu stjórnvöld stuðla að því að landsmenn verði meðvitaðir um ábyrgð á eigin heilsu, m.a. með fræðslu og vitundarvakningu um gildi forvarna og heilsueflingar, svo sem á sviði næringar, hreyfingar og geðræktar. Liður í því er að tryggja fólki greiðan aðgang að hagnýtum og gagnreyndum upplýsingum um þessi efni sem auðvelda hverjum og einum að stunda heilbrigðan lífsstíl og viðhalda heilsu sinni eða bæta hana.

Verkefnahópurinn vinnur nú að mótun aðgerðaáætlunar um framkvæmd lýðheilsustefnu og er gert ráð fyrir að nýta afrakstur lýðheilsupingsins inn í þá vinnu.

Heilsulæsi – lykill að árangri

Þótt öflugt heilbrigðiskerfi og góð heilbrigðisþjónusta skipti miklu fyrir heilsufar landsmanna eru ótalmargir aðrir þættir sem eru ráðandi um það hvort almenn lýðheilsa sé góð. Við tökum á hverjum degi ákvarðanir sem hafa áhrif á heilsu okkar, oft án þess að leiða hugann sérstaklega að því. Dæmi um þetta eru ákvarðanir og val sem snýr t.d. að mataræði og öðrum neysluvörum, hreyfingu, svefni, félagslegum samskiptum, ýmsum streituvaldandi þáttum og svo mætti áfram telja. Mikilvægt er að hver og einn þekki og skilji hvaða áhrif ólíkir valkostir geta haft á heilsuna. Það skiptir jafnframt miklu máli að fólk þekki hvaða líkamleg eða andleg einkenni geta falið í sér viðvörðun um að bregðast þurfi við og breyta venjum eða leita hjálpar heilbrigðisstarfsfólks. Þekking og skilningur á þessum þáttum nefnist heilsulæsi en þar kemur þó margt fleira til sem fjallað verður um á lýðheilsupinginu 10. nóvember.

Þátttaka og skráning

Lýðheilsupingið er öllum opið en ég hvet sérstaklega fulltrúa heilbrigðisstofnana, fræðasamfélagsins, sveitarfélaga, skólanna, íþróttahreyfingarinnar og annarra félagasamtaka sem láta sig málið varða, til að taka daginn frá.

Lýðheilsupingið 10. nóvember verður haldið á hótél Hilton Reykjavík Nordica kl.8.30–16.30. Nánari upplýsingar eru á heilbrigdisthing.is og þar fer einnig fram skráning þátttöku. Aðgangur er ókeypis.

