

Poštovane kolegice i kolege,

pred vama je novi broj MEDICUSA, koji je malo netipično posvećen ne specifičnim skupinama bolesti ili zdravstvenih poremećaja već jednom razdoblju u našim životima – adolescenciji i adolescentima. Moram priznati, dugo je trajalo dok smo se odlučivali i razmatrali kako pristupiti zamršenostima i izazovima ove teme, jer je nekako bila nakana na što izravniji, iskustveno i znanstveno što pošteniji način obuhvatiti najvažnije teme i pritom sačuvati zanimljivost i za one kojima adolescencija nije svakodnevna tema ni u radu ni u životu.

No pregledavajući radove koje su, odazvavši se zamolbi za suradnjom, poslale kolegice i kolege o različitim medicinskim viđenjima adolescenata i adolescencije, shvatile smo da tekstovi nadmašuju uobičajeni opseg jednog prosječnog broja. Stoga će se adolescentne teme, problemi i razmatranja naći pred vama u dva povezana tematska broja – u jednom više usmjerene mentalnom, a u drugom dijelu somatskim aspektima zdravlja mladih. Nadamo se da smo ostvarili nakanu da adolescenciju približimo, pokušamo razumjeti i ponešto pojasniti. Sami ćete prosuditi jesmo li u tome uspjeli.

Adolescencija je u ljudskom životu vrijeme mijenjanja, prelaska iz jednoga životnog razdoblja u drugo. Napušta se nezrelost djetinjstva, a mogućnosti i izazovi odrasle dobi nisu još dohvatljivi i sagledani – osoba više nije dijete, ali nije ni odrastao čovjek. Razdoblje adolescencije može biti vrijeme povećane ranjivosti i stresa, ali isto tako i vrijeme čudesnih saznanja i doživljaja. Neki kroz te promjene prolaze burno, a drugi relativno suzdržano i hladno. Adolescencija može biti i razdoblje usamljenosti, zabrinutosti ili prebrzog sazrijevanja i preuzimanja odgovornosti odrasle dobi. Katkad se od nje želi pobjeći, katkad postoje nevolje s obitelji, školom, društvom, ovisnostima, kadikad se umjesto pomoći nailazi na nezainteresiranost i ravnodušnost. Ipak, najčešće je adolescencija uzbudljivo razdoblje stjecanja novih spoznaja i iskustava, vrijeme traženja, otkrivanja i dokazivanja u zamršenome društvenom okruženju novih prijateljstava, novih osjećaja i različitih očekivanja i odgovornosti. U nekih se javljaju nepredvidive reakcije i nesavladivi osjećaji, katkad pjesnička preosjetljivost, kadikad usponi i padovi koje je teško razumjeti i objasniti. Ali postoje i mirna razdoblja, ispunjena svakodnevnim aktivnostima i zadovoljnom uklopljenošću u osobnu svakodnevicu. Riječ adolescencija potječe od latinske riječi *adolescere*, što znači “odrastati” ili “postajati zreo”. Adolescencija nije ni djetinjstvo ni odraslo doba, već vrijeme odrastanja, te se možda može bolje definirati kao razdoblje u kojem se nešto “nije” nego kao doba u kojem se nešto postaje. Odgovor na pitanje kad adolescencija započinje i kada završava nije jednostavan. Dok je početak adolescencije uglavnom određen biološkim značajkama osobe, završetak adolescencije nije moguće odrediti s pomoću bioloških karakteristika, budući da nema bioloških ili fizioloških znakova koji bi jasno definirali prestanak sazrijevanja i prelazak u odraslu dob. Ipak, zakonodavstvo je u svim državama postavilo dobnu granicu kada pojedinac stječe prava odrasle osobe. Slično pravnoj regulativi, u većini zemalja postoje socijalni kriteriji zrelosti: osamostaljivanje od roditelja, završetak naobrazbe, osnivanje obitelji, zapošljavanje i privređivanje za samostalan život. Socijalna zrelost tako više ili manje jasno definira završetak adolescencije i prelazak iz uloge učenika u ulogu zaposlenika, iz uloge djeteta u ulogu roditelja, iz uloge uzdržavanog u ulogu onog koji privređuje.

Za bolje razumijevanje prijelaznog adolescentnog razdoblja valja znati i razumjeti glavne razvojne zadaće adolescencije. U razdoblju sazrijevanja, osim postizanja biološke zrelosti, mladi moraju izgraditi sebe kao zrelu ličnost (prihvatanje vlastite osobe i vlastitog tijela, prihvaćanje muške odnosno ženske uloge u društvu, izgrađivanje i stjecanje etičkih i moralnih vrijednosti, razvijanje osobnog stava i ideologije), ali i niz novih odnosa (postizanje emocionalnog osamostaljenja od roditelja, izgrađivanje novih i zrelijih odnosa s vršnjacima obaju spolova, postizanje socijalno odgovornog ponašanja, pripremu za brak, roditeljstvo i ekonomsku samostalnost).

U tekstovima koji su pred vama nastojali smo se osvrnuti i upozoriti na neka od najdojmljivijih zbivanja i rizika u adolescenciji. Ne samo da se u adolescenciji dramatičnije nego ikada i ranije i kasnije u životu zbivaju procesi sazrijevanja, tada se gotovo konačno oblikuju navike i ponašanja koja mogu imati dugoročno djelovanje na zdravlje u odrasloj do-

bi. Iako se često upravo adolescenti smatraju najzdravijom i za zdravlje najmanje rizičnom skupinom, specifični problemi i zamke i somatskih i psiholoških čimbenika upozoravaju na vulnerabilnost te populacije koju ne smijemo zanemariti. Sve promjene u doba sazrijevanja, i tjelesne i psihičke i socijalne imaju zajednički i isprepleten utjecaj na razvoj i ponašanje.

Jedno od ključnih područja je spolno i reproduktivno zdravlje, što uključuje prihvaćanje spolnog identiteta i odgovornoga spolnog ponašanja. O spolnom zdravlju adolescenata najčešće se govori u kontekstu rizičnih spolnih ponašanja, zaštite od spolno prenosivih infekcija i neželjene trudnoće. Sociološke okolnosti odgađanja braka i roditeljstva uvjetuju dugo razdoblje potencijalne spolne aktivnosti mladih, u kojem je nužno očuvati reproduktivno zdravlje i mogućnost željenog roditeljstva. Stoga smo se usredotočili na neke druge poremećaje i aspekte spolnosti te pokušali upozoriti da je uloga profesionalaca, a i društva, sve manje u pukom upozoravanju što se ne bi smjelo, a sve više u osvješćivanju da je rizike potrebno izbjeći zbog zaloga za zdraviju reproduktivnu budućnost.

Jedna od zadaća adolescencije je i razvijanje pozitivnog doživljavanja sebe samog. Pozitivno ili negativno doživljavanje samog sebe usko je povezano sa stavom koji osoba ima prema vlastitom tijelu. Ako je percepcija vlastitog tijela pozitivna (što posve sigurno ne mora biti odraz ubičajenih mjerila savršene ljepote), to može izravno pozitivno utjecati na osjećaj samopoštovanja. Složene su okolnosti koje uvjetuju tjelesni izgled i tjelesnu masu u adolescenciji. Rijetki su adolescenti koji su uglavnom zadovoljni svojom pojavnošću i težinom, što je u hormonalno turbulentnom razdoblju često i razumljivo. Pri doživljavanju sebe djevojke su kritičnije i osjetljivije od dječaka. Temeljne navike prehrane i tjelesne aktivnosti koje se tada oblikuju kao samostalni, a ne roditeljskim utjecajem inducirani stavovi, mogu biti ključni ne samo za rizik od razvoja bolesti srčanožilnog sustava i/ili metaboličkog sindroma u odrasloj dobi već i dovesti do danas više nego ikada aktualnih ozbiljnih poremećaja jedenja.

Prelaskom iz djetinjstva u tinejdžerske godine novostečena rastuća nezavisnost od obitelji praćena je pomakom pažnje od obitelji prema grupi vršnjaka i aktivnostima u grupi ili široj zajednici vršnjaka. Da bi bili prihvaćeni u željenoj grupi, mladi su, do neke mjere, pripravnici na prvi konformizam u životu, to jest na odustajanje od vlastitih želja ili stavova za volju grupe i na prilagodbu pravilima grupe kao cjeline. Pritisci vršnjaka mogu biti različiti, od načina provođenja slobodnog vremena pa sve do toga da se u grupi podijeli i ono što je nedopušteno ili nepoželjno kao eksperimentiranje alkoholom ili drogama. Neprepoznavanje rizika i nepriznavanje mogućnosti da se i njima mogu dogoditi i neugodne stvari – prometna nesreća, neželjena trudnoća, teška bolest, još su jedna karakteristika adolescencije. Taj osjećaj jedinstvenosti, neponovljivosti, nedodirljivosti i zaštićenosti od nesreća i neugodnih posljedica, a istodobno potreba za samodokazivanjem i iskušavanjem rizika može rezultirati neželjenim i katkad teškim posljedicama kao eksperimentiranje sredstvima ovisnosti. Stoga je opisana i naglašena uloga obitelji u podupiranju odrastanja i sprječavanju neželjenih ishoda. Upozorili smo i na još nedovoljno prepoznate a već prisutne rizike novih ovisnosti kao što su kockanje i kladenje.

Kako prepoznati depresivne poremećaje, što učiniti ako se posumnja na nasilje i zlostavljanje u obitelji, ali i u adolescentnim vezama, kako pomoći u odrastanju sa što manje stigme i problema mentalnog zdravlja – to su sve pitanja na koja su autori tekstova nastojali dati pojašnjenja i odgovore. Opisane su i neke moguće zdravstvene zamke u tijeku odrastanja, kao bolesti sustava za kretanje i poremećaji refrakcije. Akne i ortodontske anomalije ne samo da su važne sa zdravstvenog stajališta već i nedvojbeno katkad ključni elementi za doživljaj samoga sebe i kadikad pogubni za krhko samopouzdanje i samopoštovanje.

Škola je za djecu i mlade prirodno okruženje i ne samo mjesto obrazovanja već i mjesto gdje oblikuju odnose, dokazuju osobne vrijednosti, ostvaruju vlastite potencijale i izgrađuju odnose s drugima. Iako je uspješnost savladavanja školskih zadaća samo jedan aspekt odrastanja i sazrijevanja, teškoće koje pritom mogu nastati posve sigurno upućuju na teškoće u procesu odrastanja. Stoga se školi i školskom (ne)uspjehu nikada ne smije olako pristupati. U nastojanju da se što učinkovitije suoči sa zadaćom dostizanja što cjelovitijeg zdravlja djece i mladih, svaka zemlja nastoji osigurati ne samo obrazovni već i zdravstveni sustav za koji procijeni da je najprikladniji. Svjetska zdravstvena organizacija, iako ne sugerira izravno načine organiziranja zdravstvene zaštite koji bi za djecu i mlade bili specifični, nedvosmisleno upućuje da bi, osobito za područja kao što je reproduktivno i mentalno zdravlje, zadaća zdravstvenog sektora bila osiguranje posebnih službi namijenjenih mladima, službi otvorenih vrata i sa zajamčenom profesionalnom uslugom i povjerljivošću. Hrvatska je jedna od europskih zemalja koja je uspjela održati specifičnu zdravstvenu zaštitu za djecu i mlade te jedina zemlja u Europi u kojoj postoji specijalizacija iz školske medicine kao temeljna specijalizacija. Priказani su povijest i razvoj struke, kao posebni oblik rada u savjetovalištu, koji je razvijen slijedeći suvremene potrebe

i zahtjeve populacije. Hrvatsko društvo za školsku i sveučilišnu medicinu niz je godina član Europske unije školske i sveučilišne medicine i zdravlja (EUSUHM), međunarodne organizacije u koju je učlanjeno 16 organizacija iz 13 europskih zemalja. EUSUHM je za profesionalce koji se bave zdravstvenom zaštitom djece i mladih jedinstvena međunarodna platforma na kojoj se nastoji ostvarivati razmjena profesionalnih iskustava i stajališta te pomoći zemljama u zaganjivanju i ostvarivanju specifičnog pristupa djeci i adolescentima, koji uključuje sve sastavnice ostvarivanja zdravlja i dobrobiti ciljane populacije. Svojevrsno priznanje hrvatskim naporima u tom području je i izbor autorice ovog teksta za predsjednicu EUSUHM-a 2009. godine.

I na kraju, nadam se da smo ovim stručnim i znanstvenim priložima adolescenciju i adolescente opisali, približili i barem djelomično objasnili. Zahvaljujem svim kolegicama i kolegama koji su bili spremni vrijeme i napor uložiti u ove tekstove. Realizacija ove ideje ne bi bila moguća bez potpore i velike pomoći glavne i odgovorne urednice dr. Adele Kolumbić Lakoš, koja je prepoznala i poduprla prijedlog da se mladima posveti tematski broj – zahvaljujem joj od srca u ime svijeta koji se mladima bave i nastoje im pomoći da prevladaju adolescenciju, kao i u svoje osobno ime. Unatoč povremenim i privremenim nevoljama, odrasli bi zapravo trebali osjećati nostalgiju za svježinom i snagom mladenačkih osjećaja, za sklonošću beskompromisnom suočavanju i neustrašivom buntu adolescencije.

S kolegijalnim pozdravima

prim. dr. sc. Marina Kuzman, dr. med.



TRADICIJA KVALITETA POUZDANOST

REZULTATI ISKUSTVA, NAJBOLJE PRAKSE I ZNANJA
www.pliva.hr

