

Okinawalaisten terveys kohtaa modernisaation

Guy Bäckman.

Health, longevity and life conditions in Okinawa.

Commentationes Scientiarum Socialium 74.

The Finnish Society of Science Letters, Helsinki 2010, 204 s. ISBN 978-951-653-380-6

Eräät maailman maat tai alueet, vaikka eivät olekaan kovin varakkaita, pärjäävät kuitenkin kansainvälisissä terveysvertailuissa odotettua paremmin. Japanin Riukiu-saariin kuuluva Okinawa on esimerkki tällaisesta alueesta. Saariryhmä kuuluu Japanin köyhimpiin alueisiin, mutta elinajanodote on siellä maan sisäistä kärkeä. Saavutus on huomattava, kun muistetaan, että japanilaisten elinikä on suurista maista kaikkein pisin. Vastaaaviin esimerkkeihin kansanterveyden odotettua paremmasta tasosta kuuluvat myös Kerala, Sri Lanka, Kreetta, Sardinia ja Kuuba. Sosiaalipolitiikan emeritusprofessori ja pitkän linjan terveystutkija Guy Bäckman on ottanut tehtäväkseen kartoittaa Okinawan väestön terveystilannetta, pitkän elinajanodotteen ja keskeisten kansantautien vähäisen esiintymisen taustaa sekä kansanterveyden saavutuksia ja nykytilaa.

Tutkimuksensa taustaksi Bäckman valottaa Okinawan historiaa erityislaatuksena Japanin osana. Okinawa on ollut Japanin eteläinen ja etäinen reuna-alue, jonka nykyhistoriaa leimaa toisen maailmansodan jälkeinen USA:n hallinto aina vuoteen 1972 saakka. Lyhyessä ajassa okinawalaiset ovat kokeneet enemmän tai vähemmän täydellisen siirtymän traditionaalisesta yhteis-

kunnasta moderniin ja jälkimoderniin. Bäckmanin tutkimustapa pohjaa sosiologiseen ja sosiaalilääketieteelliseen perinteeseen, jossa okinawalaisten terveystilanne ankkuroidaan historialliseen, demografiseen ja yhteiskunnalliseen kontekstiinsa. Tekijä seuraa myös omaa tutkimuslinjaansa tarkastellessaan terveyden sosiaalisia, kulttuurisia, psykososiaalisia ja elintapoihin liittyviä ehtoja. Moniulotteisen viitekehyksen soveltaminen vailla koulukuntaista tai muuten yksipuolista tarkastelua, on Bäckmanin tutkimuksen eittämätön etu. Näkökulmien ristivalotus lupaa kohteesta ja siinä tapahtuvista muutoksista rikkaan ja monipuolisen kuvan.

Opimme kirjasta, että okinawalaisten elinikä, erityisesti naisten, on ollut erittäin pitkä ja kuulunut maailman kaikkein pisimpiin. Myös satavuotiaiden määrä on ollut poikkeuksellisen suuri. Pitkä elinajanodote on heijastellut keskeisten kansantautien suhteellisen vähäistä esiintymistä. Sydän- ja verisuonitaudit, aivoverenkierron häiriöt sekä syövät ovat kaikki olleet harvinaisempia kuin muualla Japanissa. Silti Okinawakaan ei ole välttynyt sosiaaliselta ja kulttuuriselta murrokselta, jonka katalysaattori on ollut USA:n läsnäolo toisen maailmansodan jälkeisenä aikana. Tämän tuloksena itäiset ja läntiset elintavat ovat alkaneet esiintyä rinnan, mutta länsimainen vaikutus on kuitenkin asteittain voimistunut. Useimmissa maissa modernisaatiokehitys on johtanut kansanterveyden kohentumiseen, mutta näin ei ole Okinawassa. Tultaessa 1990-luvulle on havaittu käänne huonompaan etenkin miesten elinajanodotteen kehityksessä. Bäckman tunnistaa keski-ikäisten miesten ryhmän, jota käänne erityisesti koskee.

Tutkimus nostaa pohdittavaksi monia kysymyksiä. Miksi elinajanodote on ollut Japanin pisin, vaikka Okinawa on kuulunut maan köyhimpiin alueisiin. Yhtä vastausta ei ole, mutta elintavat ovat olleet monessa suhteessa edulliset. Ennen muuta ravinto on ollut terveellistä ja kulttuuri sekä sosiaaliset suhteet ovat tukeneet myönteisiä terveysvaikutuksia. Myös Okinawan ilmasto on poikkeuksellisen suotuisa. Mutta miksi juuri miesten elinajanodotteessa on tapahtunut käänne huonompaan. Jälleen elintavat ovat tärkeitä, sillä niissä todetaan kehityspiirteitä, jotka voivat vaikuttaa kansantautien taustalla. Perinteinen ravitsemus on muuttunut kohti länsimaista. Rasvan osuus energiansaannista on lisääntynyt. Ylipaino ja lihavuus ovat yleistyneet. Tupakointi on yleistä ja samoin miesten alkoholinkäyttö. Erityisen haastava kysymys on, miksi modernisaatio Okinawassa johtaa kielteiseen terveyskehitykseen, jos sen vaikutus muualla yleensä on myönteinen. Saamme Bäckmanin tutkimuksesta aineksia myös jatkoselvittelyille. Saariryhmän perinteisen kulttuurin ja elintapojen erityisluonteen analyysi pitkällä aikavälillä voi valottaa, millaisia terveyttä tukevia mekanismeja suhteellisen vaatimattomissa oloissa on esiintynyt. On varmasti tarpeen paneutua myös myöhempiin modernisaation erityispiirteisiin Okinawassa ja Japanissa laajemminkin. Oma kysymyksensä on, miten juuri modernisaation yhdysvaltalainen versio on kohdannut perinteisen okinawalaisen kulttuurin ja elintavat, ja millaisia terveysseuraamuksia tällä on ollut.

Bäckman kuvaa okinawalaisten kansanterveyskehitystä perusteellisesti omien tutkimustensa sekä japanilaisen ja muun lähdekirjallisuuden avulla. Piirtyvä kuva on vaikut-

tava. Kirja on kuitenkin terveysso-
siologinen ja sosiaaliepideemiologi-
nen tutkimus myös laajemmassa
merkityksessä. Se kertoo, miten so-
siaalisen ja kulttuurisen taustan
moninaiset sisäiset ja ulkoiset pros-
essit tuottavat kullakin alueella
asuvan väestön terveydentilan. Lo-
pulta kirja on esimerkki siitä, kuin-
ka moniulotteisia viitekehyksiä
voidaan rakentaa ja soveltaa sosio-
logisissa terveystutkimuksissa.
Vaikka Bäckmanin tutkimuksella

on maantieteellisesti kaukainen
kohde, sillä on yleistä merkitystä
terveystutkimukselle. Suomalainen
lukija voi kysyä, mitä Okinawasta
voidaan oppia tarkasteltaessa Suo-
men demografista ja kansantervey-
dellistä kehitystä. Laajempi kysy-
mys on, miten vaatimattomammis-
sakin oloissa on mahdollista saa-
vuttaa hyvä terveyden taso.

Kirja ei tarjoa yhtä ratkaisua
Okinawan ”terveysmysteerille”
eikä sellaista voisi ollakaan, sillä

sanomana on juuri historiallisten,
kulttuuristen ja sosiaalisten tekijöi-
den moninaisuus väestön terveyden
muotoutumisessa. Kirja tarjoaa
runsaasti aineksia yhteiskunnan,
sen hyvinvoinnin ja terveyden dyna-
miikan entistä paremmalle ymmär-
tämiselle. Bäckmanin tutkimuksen
kaltaisia laaja-alaisia ja syvälle luo-
taavia tutkimuksia tehdään ja ra-
portoidaan nykyään turhan vähän.

EERO LAHELMA