

Kapitulli 7

Ndikimi i mjedisit dhe i punës te Shëndeti

Gratë ndodhen në një situatë të bezdisshme. Ne duam që të përfshihemi në studime kërkimore, sepse e dimë se trupi ynë nuk ka domosdoshmërisht të njëjtën predispozitë ndaj të gjitha llojeve të rreziqeve dhe helmeve si trupi i burrave. Prapëseprapë, historia jonë tregon se sa herë që përcaktohen dallimet mes burrave dhe grave, ekziston prirja që gratë të trajtohen si njerëz të klasit të dytë. Disa nga studimet e orientuara drejt gjinisë mund të përdoren kundër nesh - të gjitha këto në emër të "shkencës". Ekziston një debat mbi çështjen se cilat rreziqe për shëndetin janë më urgjente: ato që shkaktohen nga praktikatat industriale dhe ndotja apo ato që janë rezultat i mënyrës si e jetojmë ne jetën tonë. Kemi zgjedhur që, në këtë kapitull, të përqendrohemi te disa nga të parat dhe te disa nga të dytat. Korporatat private dhe qeveria në të gjitha nivelet e kanë më të lehtë të fajësojnë individët pse bëjnë "zgjedhje jetese" të pashëndetshme se sa të shpenzohen paratë që nevojiten për të rregulluar bashkësitë tona dhe për të pastruar ushqimet që marrim dhe ujin me të cilin furnizohemi. Në të vërtetë, "zgjedhjet" tona kufizohen nga burimet ekonomike, detyrimet familjare dhe disponueshmëria e alternativave. Fillimi më i mirë është marrja e masave kundër rreziqeve që njohim dhe nxitja e më shumë kërkimeve për rreziqet që nuk i njohim. Debatu vazhdon në lidhje me atë se cilat rreziqe për shëndetin janë më urgjente: ato që shkaktohen nga praktikatat industriale dhe ndotja apo ato që janë rezultat i mënyrës si e jetojmë ne jetën tonë. Kemi zgjedhur që, në këtë kapitull, të përqendrohemi te disa nga të parat dhe te disa nga të dytat. Korporatat private dhe qeveria në të gjitha nivelet e kanë më të lehtë të fajësojnë individët pse bëjnë "zgjedhje jetese" të pashëndetshme se sa të shpenzohen paratë që nevojiten për të rregulluar bashkësitë tona dhe për të pastruar ushqimet që marrim dhe ujin me të cilin furnizohemi. Në të vërtetë, "zgjedhjet" tona kufizohen nga burimet ekonomike, detyrimet familjare dhe disponueshmëria e alternativave. Fillimi më i mirë është marrja e masave kundër rreziqeve që njohim dhe nxitja e më shumë kërkimeve për rreziqet që nuk i njohim.

Lidhja mes rreziqeve në punë dhe rreziqeve të Mjedisit

Nuk duhet të harrojmë se teksta lëvizim në vendet ku jetojmë, pjesë të ndryshme të jetës sonë, trupi ynë reagon ndaj ngarkesës së përgjithshme të ndikimeve të mjedisit, jo thjesht ndaj secilit prej tyre në veçanti. Ndërsa ndikimi i punës te shëndeti dhe ndikimi i mjedisit te shëndeti konsiderohen si fusha të veçanta studimi dhe me to merren agjenci të ndryshme qeveritare, † shumë prej kontakteve me toksinat dhe problemet që ato krijojnë janë të ngjashme. Ne dhe anëtarët e familjeve tona mund të jemi të pambrojtur nga të njëjtat lëndë toksike ose kushte në vendin e punës, në shtëpi dhe në vendin e banimit. "Mjedisi" i një gruaje, gjithashtu, mund të jetë vend pune për një grua tjetër. Dhe ne mund të jemi dyfish të pambrojtura duke punuar "dy turne" - si gra shtëpiake/kujdestare dhe si punonjëse jashtë shtëpive tona. Në bashkësitë fshatare, për shembull, pesticidet mund të prekin si punëtorët e bujqësisë ashtu edhe çdokënd tjetër që jeton dhe punon në atë zonë. Punëtorët e bujqësisë, anëtarët e bashkësisë dhe madje mjekët vendas mund të mos jenë të vetëdijshëm për kimikatet e caktuara që përdoren ose për efektet e tyre të dëmshme. Rreziqet nga mjedisi dhe nga puna ushtrojnë ndikim te

popullsi të tëra, jo thjesht te individë. Ato janë probleme të shëndetit publik.

KIMIKATET

Shumë kimikate të zakonshme rrezikojnë shëndetin tonë: o Shkarkimet e automjeteve: grimcat, hiri dhe tymi i fabrikave; tymrat e çliruara nga uzinat kimike dhe bërthamore; dhe pesticidet që shpërndan era - të gjitha e ndotin ajrin. Klorofluorokarbonet dhe dyoksidi i karbonit ndotin atmosferën, duke çuar në shterimin e ozonit dhe ngrohjen globale.

- Kimikatet industriale, pesticidet bujqësore, herbicidet që përdoren në pyje dhe grumbullimet e plehrave që kullojnë, ndotin ujërat e rrjedhshëm.
- Pesticidet, plehurat kimike, konservuesit dhe lëndët e shtuara dëmtojnë ushqimet që marrim. Grumbullimi i ndotësave te indet dhjamore çojnë në rreziqe më të mëdha për ata të cilët konsumojnë produkte shtazore.
- Bojërat me bazë plumbi (tani të kundraligjshme), që përdoren për shtëpitë përpara vitit 1978, mund të pengojnë zhvillimin e fëmijëve të vegjël që i kapërdijnë. Nënna me të ardhura të pakta që jetojnë në shtëpi nën normë, mund ta kenë shumë të vështirë që t'i lyejnë shtëpitë dhe, njëkohësisht, të bëjnë provat, t'i mbrojnë dhe t'i mjekojnë fëmijët e tyre.
- Produktet për pastrimin e shtëpive dhe për kujdesin personal, si dhe kimikatet që përdoren në pastrimin kimik mund të prodhojnë avuj dhe mbeturina toksike. Formaldehide (te qilimat, tavolina e hekurosjes, materiali izolues) dhe gazi i radonit rrezikojnë shtëpitë, shkollat dhe godina të tjera publike. Avujt kimikë, monoksidi i karbonit dhe ndotësa të tjerë të ajrit mund të prishin gjendjet shpirtërore dhe të dëmtojnë funksionimin mendor.

RREZATIMI

Të dhënat ekzistuese tregojnë se rrezatimi me nivel të ulët nga funksionimi normal i uzinave të centraleve bërthamore dhe nga uzinat dhe provat me armët ndotin mjedisin dhe trupin tonë në faza të ngadalta. Nxjerrja e uraniumit dhe hedhja e mbeturinave të bluarjes (të quajtura mineral steril) dhe lënda djegëse e shuar krijojnë edhe më shumë rreziqe. Mbeturinat nga një reaktor bërthamor ose uzinë armësh mbeten radioaktive për një periudhë deri në 250 shekuj.

FUSHAT ELEKTROMAGNETIKE

Fushat elektromagnetike (EMFs) janë vija të padukshme force që krijohen sa herë që prodhohet ose përdoret elektricitet. Ato prodhohen nga linjat elektrike, instalimet elektrike dhe pajisjet e aparaturat elektrike. Grupet e grave në bazë zonash banimi janë vënë në krye të përpjekjeve për ta drejtuar vëmendjen te rreziqet e mundshme të pambrojtjes nga fushat elektromagnetike. Disa studime kanë treguar rritje të përqindjeve të leuçemisë dhe të kancerit të punëtorët e pambrojtur nga fushat elektromagnetike, por shkencëtarët nuk pajtohen në lidhje me efektet e dëmshme të fushave elektromagnetike.

RREZIQE TË PËRHAPURA, BARRA TË PABARABARTA

Sot, rreziqet nga mjedisi janë aq shumë të përhapura sa që askush prej nesh nuk mund t'i shmangë në mënyrë të plotë. Madje edhe bora e Antarktikës mbart mbeturina të

bifenileve të poliklorinuara (PCBs), të diklorodifeniltrikloroetanit (DDT) dhe të plumbit.⁷ Qumështi i gjirit te njeriu përmban nivele të larta të të njëjtave toksina dhe kampionët e spermës njerëzore përmbajnë PCBs.[†] Ndonëse rreziqet më të përqendruara dhe më të mëdha i ndeshim në vendin e punës, mjedisi ynë i përgjithshëm krijon një ngarkesë toksike për të gjithë dhe një ngarkesë shtesë për punëtorët. Ndërsa të gjithë jemi në mënyrë të pandërgjegjshme të pambrojtur nga disa rreziqe të mjedisit për shëndetin dhe, ndërsa ndotësit toksikë i kapërcejnë kufijtë e rajonit, të seksit, të klasës dhe të racës, ka pabarazi shumë të qarta. Forca ekonomike dhe shoqërore përcakton sa mund ta mbrojmë veten. Disave mund t'ua mbajë xhepi që të largohen nga hedhurinat kimike ose një central bërthamor; disa mund të blejnë ujë me shishe ose ushqime pa lëndë të shtuara ose mund të përftojnë kujdes më të mirë shëndetësor. Të tjerë, në këtë pikë të historisë së vendit tonë, nuk mund ta bëjnë këtë.

TERMA TË RREZIQEVE TË MJEDISIT PËR SHËNDETIN

- Kancerogjene: Një lëndë ose agjent që shkakton kancerin, një gjendje që karakterizohet nga rritja anormale e qelizave që përhapen zakonisht me shpejtësi.
- Mutagjene: Një lëndë ose agjent që shkakton (mutacione) në materialin gjenetik të qelizave të gjalla. Kur mutacioni ndodh në vezë ose në spermë (qelizat embrionale), ai mund të përcillet në brezat e ardhshëm. Kërkimet e kohëve të fundit tregojnë se meqenëse materiali gjenetik kontrollon rritjen e qelizave qoftë menjëherë qoftë pas një periudhe të gjendjes së fshehtë mutagjenet mund të shkaktojnë rritjen anormale të qelizave, që bëhet kancer.
- Teratogjene: Një lëndë ose agjent që mund të depërtojë në placentën e një gruaje shtatzënë dhe mund të shkaktojë një abort spontan ose paaftësi të kufizuara të foshnjës që lind dhe anormalitete të zhvillimit në fetus. Të gjithë kancerogjenët janë mutagjenë. Shumica e mutagjenëve janë kancerogjenë. Shumë mutagjenë janë gjithashtu teratogjenë.
- Efekti akut është një reagim i fortë i menjëhershëm, zakonisht pas një pambrojtjeje të vetme, të madhe, si të përzierët dhe marramendja nga helmimi me pesticide ose edema e mushkërive (fryrje e qeskave të ajrit në mushkëri) nga djegiet e gazrave toksike, si amoniaku ose klori.
- Efekti kronik është një reagim i herëpashershëm ose i vazhdueshëm, që ndodh zakonisht pas episodeve të vogla të përsëritura të pambrojtjes. Efektet kronike mund të duan vite - periudha e gjendjes së fshehtë - që të shfaqen. Për shembull, pambrojtja nga azbesti shkakton sëmundje mushkërisht vite më pas dhe shumica e kancereve dhe e sëmundjeve progresive të mëlçisë shfaqen vetëm pas 15 deri 40 vjetësh. Shumë shkencëtarë besojnë se ne do të shohim gjithnjë e më shumë probleme kur "të maturohen" toksinat e hedhura pas Luftës së Dytë Botërore.

EFEKTET E RREZIQEVE TË MJEDISIT PËR SHËNDETIN

Për të kuptuar efektet e mjedisit te shëndeti, ne duhet të kuptojmë se çdo gjë është e lidhur - sistemet dhe organet e trupit tonë, mënyra jonë e jetesës, puna jonë dhe mjedisi ynë më i gjerë. Rreziqet që vijnë nga mjedisi mund të prekin një organ ose një sistem të caktuar të trupit, duke e dëmtuar atë drejtpërsëdrejti dhe/ose duke sjellë komplikacione të mëtejshme. Ndërsa, përgjithësisht, shkencëtarët në laborator i eksperimentojnë substancat një e nga një, në jetën reale trupi ynë gjithmonë përballet me më shumë se një rrezik

njëherazi. Ndërveprimi i kombinuar i dy ose më shumë rreziqeve për të prodhuar një efekt më të madh se ai i çdonjërit prej tyre të marrë veç e veç, quhet sinergjizëm. Sasia e pambrojtjes, rruga e pambrojtjes dhe lënda (lëndët) toksike ndaj të cilave jemi të pambrojtura, përcaktojnë nëse do të ndiejmë efekte akute apo kronike. Ne mund t'i thithim lëndët toksike në tri mënyra:

- nëpërmjet lëkurës, nëpërmjet sistemit tretës (duke ngrënë ose duke pirë) ose nëpërmjet mushkërive.

Shpeshherë toksinat shkaktojnë dëm në kontaktin e parë - për shembull, djegie, ekzantema, dhimbje stomaku. Me të hyrë në qarkullimin e gjakut, ato mund t'i dëmtojnë organet dhe sistemet e brendshme. Në përgjithësi, toksinat ndikojnë te burrat dhe te gratë në të njëjtat mënyra: Çdokush mund të ketë reagime alergjike ose dëmtim të mëlçisë, dhimbje koke kronike ose probleme të frymëmarrjes, zhvillim të vonuar mendor ose kancer të mushkërive. Rreziqet mjedisore janë një stres tjetër për trupin tonë dhe e zmadhojnë çdo problem tjetër shëndetësor që mund të kemi.

1. Sëmundjet e lëkurës

Meqenëse lëkura është organi më i madh poroz i trupit tonë, ajo është tejet e pambrojtur nga kimikatet dhe ndotësit e tjerë dhe vendi ku pambrojtja ndeshet më shpesh.

2. Sëmundjet e frymëmarrjes

Afërsisht 30% e rasteve të bronkitit kronik, emfizemës dhe azmës në moshë të rritur mund të shkaktohen nga pambrojtja në punë. Aktualisht, mbi 20 milion punëtorë janë të pambrojtur nga lëndët që mund të shkaktojnë sëmundje të frymëmarrjes. Tani azma është diagnoza më e shpeshtë e sëmundjeve të frymëmarrjes te të sëmurët e shtruar në klinikat e sëmundjeve profesionale; shumë njerëz nuk e kuptojnë se azma paraekzistuese mund të përkeqësohet nga pambrojtja në punë nga ajri i ndotur. Gjithashtu, vende të reja pune po shfaqen si zona problematike. Dritaret nuk hapen dhe sistemet e ajrit të kondicionuar që qarkullojnë ajrin në gjithë godinat zyrtare, si dhe kimikatet që përdoren në materialin sintetik ndërtues dhe orenditë, mund të kontribuojnë për problemet e frymëmarrjes. Është dokumentuar se qymyri, gruri dhe pluhuri i pambukut shkaktojnë sëmundje të frymëmarrjes. Ajri i mbushur me miell në furrat që shesin bukë, është një rrezik për gratë që punojnë atje. Pluhuri në përgjithësi mund të jetë acarues, sidomos për punëtorët me probleme të tjera të frymëmarrjes.

3. Ndjeshmëritë e shumëfishta ndaj kimikateve

Njerëzit me ndjeshmëri të shumëfishta ndaj kimikateve (MCS, e quajtur gjithashtu sëmundje mjedisore ose ekologjike - shih gjithashtu Kapitullin 24, "Praktika, probleme dhe procedura të përzgjedhura mjeksore") kanë një reagim kronik ndaj kimikateve dhe acaruesve në nivele që, përgjithësisht, konsiderohen si "të sigurta". Kjo gjendje manifeston gjashtë tipare: (1) simptomat e shumëfishta prekin shumë sisteme të trupit; (2) simptomat zakonisht ndjekin pambrojtjen e identifikueshme nga kimikatet; (3) simptomat shkojnë e vijnë bashkë me pambrojtjen; (4) simptomat ndodhin nën nivelet e pambrojtjes që tolerohen nga shumica e njerëzve të tjerë; (5) simptomat shkaktohen nga lëndë që gjenden rëndom në vendet e punës, në shtëpi dhe në mjedise të përgjithshme; (6) shpjegime të tjera, si azma, hypokondria apo çrregullime të caktuara funksionale të frymëmarrjes mund të përjashtohen.¹⁵ Ndjeshmëritë e shumëfishta ndaj kimikateve mund të shkaktohen nga elementët përbërës të produkteve kozmetike dhe të parfumeve, të letrës së gazetës, të karburantit diezel, të avujve tretës, të shtrojave ose pëlhurave të

tjera të trajtuara me lëndë kundër zjarrit, të tavolinës së hekurosjes, të pesticideve, të mykut dhe të materialeve me hekurosje permanente. Ndër simptomat mund të përmenden si më poshtë: spazma, mungesa e bashkërendimit, reflekse anormale; ndryshime të personalitetit, nga depresioni psikik deri te ngacmueshmëria; efekte ndijore, përfshirë çrregullimet funksionale të shikimit dhe të dëgjimit; humbja e kujtesës; dëmtim i të folurit; humbja e oreksit.

4. Sëmundjet infektive

Tuberkulozi, viruset e hepatitit B dhe C dhe virusi i mungesës së imunitetit te njerëzit (HIV) paraqesin një rrezik për punonjësit e kujdesit shëndetësor dhe të shërbimeve sociale, për personelin në qendrat e korrektimit dhe për njerëzit në profesione të tjera, që kanë të bëjnë me lëngjet e trupit ose mbeturina të rrezik shme. Tenikët e laboratorëve, gjithashtu, mund të marrin sëmundje ngjitëse nëse punojnë me material të infektuar. Këto rreziqe janë veçanërisht shqetësuese kur transferohen nga i sëmuri te punonjësi ose nga një punonjës te një punonjës tjetër, me anë të gjakut ose me anë të ajrit. Gratë, si konsumatore, janë të alarmuara nga numri në rritje i sëmundjeve dhe i vdekjeve për shkak të ndotjes bakteriale të ushqimeve, kryesisht nga salmonela dhe E. coli. Raste të lëngut të papastërizuar të mollës dhe të hamburgerave të papjekur mirë kanë pushtuar titujt kryesorë të lajmeve gjatë viteve të fundit. Gratë që punojnë në përpunimin e ushqimeve, pa e ditur, mund të punojnë me produkte të ndotura dhe mund të hanë edhe ushqime të pasigurta. Një arritje për gratë si puno njëse dhe si familjare do të ishte një sistem inspektimi për ushqime më të sigurta dhe më të efektshme.

5. Rreziqet për shëndetin riprodhues

Çdo lloj agjenti që ka efekte të dëmshme për sistemin riprodhues mashkullor ose femëror dhe/ose për zhvillimin e fetusit quhet rrezik për shëndetin riprodhues. Këto rreziqe mund të jenë kimikate (siç janë pesticidet), agjentë fizikë (siç janë rrezet X) ose praktika pune (siç është ngritja e peshave). Rreziqet për shëndetin riprodhues janë ndoshta çështjet më të diskutueshme përse i përket efekteve të mjedisit të shëndeti. Meqë gratë lindin fëmijë, rreziqet për shëndetin riprodhues mjaft shpesh konsiderohen si "problem i grave", duke nënkuptuar vetëm shtatzaninë. Kjo pikëpamje shpërfill dy fakte të rëndësishme: që burrat gjithashtu preken nga rreziqet për shëndetin riprodhues dhe se shëndeti riprodhues ka një kuptim më të gjerë se sa thjesht të kesh fëmijë të shëndetshëm. Gjatë gjithë jetës, burrat dhe gratë kanë nevojë për sisteme të shëndetshme seksuale dhe riprodhuese. Në këtë situatë, rreziqet për shëndetin riprodhues shpeshherë përdoren si justifikime për të ndëshkuar gratë që punojnë dhe për t'u lejuar drejtuesve të shmangin pastrimin e vendit të punës. Steriliteti të të dy sekset, aborti spontan në fillim të shtatzanisë dhe fëmija me aftësi të kufizuara - të gjitha këto mund të jenë shenja të hershme të një mjedisi toksik. Ato mund të jenë sinjale të rëndësishme se diçka nuk shkon, meqenëse për shenjat e tjera, si ato të kancerit, mund të duhet një periudhë e fshehtë nga 15 në 40 vjet që ato të shfaqin simptomat që mund t'i ndiejmë ose t'i shohim.

6. Anormalitetet në pjellori dhe shtatzani

Ndër çrregullimet funksionale riprodhuese që prekin gratë përmenden problemet e menstruacioneve, pakësimi i pjellorisë, abortet spontane dhe, përse i përket fëmijëve që lindim, peshë e vogël në lindje, lindja e parakohshme, çrregullimet funksionale të zhvillimit dhe difektet në lindje. Çrregullimet funksionale riprodhuese te burrat

(impotencia, sasia e pakët e spermës, sperma difektoze) kanë ndikim te gratë me të cilat ata janë të angazhuar. Llogaritet se një në dymbëdhjetë çifte preken nga steriliteti (i përcaktuar si paaftësi për të ngjizur fëmijë pas një viti marrëdhëniesh seksuale të pambrojtura). Ndonëse rreziqet e shumta të vendit të punës (si plumbi, tretësirat dhe disa pesticide) për funksionet riprodhuese janë të njohura, kontributi i tyre i përgjithshëm është i panjohur. Është provuar se më shumë se 1.000 kimikate të përdorura në vendet e punës kanë pasur ndikim përsa i përket riprodhimit të kafshët dhe ky fakt është shqetësues. Shumica e tyre nuk janë studiuar në lidhje me efektet që kanë te njeriu. Në përgjithësi, pjesa më e madhe e katër milion përzierjeve kimike në përdorim tregtar janë ende të paeksperimentuara përsa i përket efekteve të tilla. Veprimtaritë që trondisin ekuilibrin normal të hormoneve në sistemin riprodhues, siç është puna me turne, dhe lëndët që ndryshojnë nivelet e estrogenit ose imitojnë efektet e estrogenit, siç janë pesticidet, kanë nevojë të studiohen më tej. Efektit të faktorëve fizikë të tillë si qëndrimi i zgjatur në këmbë, zgjatja [e trupit] ose ngritja e peshave apo efekteve ndërvepruese të stresuesve në vendin e punës dhe pambrojtjes nga toksinat te pjelloria dhe shtatzania nuk u është kushtuar vëmendje e majftueshme.

7. Çrregullime të tjera funksionale të riprodhimit te gratë

Kur lëndët toksike prishin hormonet riprodhuese, ato mund të shkaktojnë çrregullime funksionale të menstruacioneve, sterilitet ose humbje të energjisë seksuale. Lëndët toksike, gjithashtu, mund të dëmtojnë drejtpërsëdrejti vezoret, duke çuar në fund të fundit në një menopauzë të hershme ose në sëmundje të vezoreve. Dhe, siç ndodh me qelizat e spermës, mutagjenet mjedisore mund të dëmtojnë materialin gjenetik të vezët e gruas, me të njëjtat efekte: abort spontan ose aftësi të kufizuara të foshnjës. Studimet e bëra kohët e fundit të kafshët tregojnë për dëmtim të vezoreve nga hidrokarburet me shumë cikle (që përdoren në industrinë petrokimike), agjentët alkilues (që përdoren për mjekimin e kancerit) dhe rrezatimi jodizues. Pambrojtja nga plumbi, PCB-të dhe kloruri i vinilit mund të shkaktojë ndryshime të menstruacioneve.

Veza e pllenuar dhe fetusin nganjëherë mund të reagojnë ndaj toksinave që s'duket të dëmtojnë të rriturit. Disa toksina ndikojnë gjatë tre muajve të parë të shtatzanisë, në një periudhë kaq të hershme sa që mund të dëmtoheni përpara se ta merrni vesh se jeni shtatzënë. Gjatë dy javëve të para, veza e pllenuar është aq e ndjeshme sa që një rrezik i mjedisit që ka forcën e mjaftueshme ta dëmtojë, mund edhe ta shkatërrojë fare. Nga dita e 15-të deri në ditën e 60-të të shtatzanisë, qelizat e fetusit shumëfishohen dhe ndahen në organe dhe sisteme të veçanta. Një toksinë mund ta prishë këtë proces dhe nuk ka mundësi të dytë që sistemi të rindërtohet. Nëse efekti është shumë i fuqishëm, shtatzania ndoshta përfundon në një abort spontan (dështim). Nëse fetusin mbijeton, fëmija mund të ketë peshë të vogël në lindje ose probleme fizike, të zhvillimit ose të sjelljes, disa prej të cilave mund të mos shfaqen pa kaluar disa vjet. Fetusin zakonisht ekspozohet ndaj toksinave që gjenden në mjedis ose në vendin e punës nëpërmjet kontaktit të drejtpërdrejtë të nënës. Sidoqoftë, toksinat mund të grumullohen edhe në spermë. Disa studime mendojnë se kryerja e marrëdhëniesh seksuale gjatë shtatzanisë me një burrë i cili ka qenë i pambrojtur nga toksinat në vendin e punës, mund të shkaktojë gjithashtu aftësi të kufizuara të foshnjës. Në këtë situatë gratë shtatzëna mund të mendojnë për rrugë të tjera që të bëjnë dashuri, përveç marrëdhëniesh seksuale.

8. *Fetusi në zhvillim dhe fëmijët e vegjël* janë veçanërisht të ndjeshëm ndaj disa rreziqeve të mjedisit, sepse qelizat e tyre ndahen dhe rriten me shpejtësi. Megjithatë qeveria ende i cakton normat e niveleve të "sigurisë" së toksinave në bazë të efekteve të tyre të rriturit.

9. *Ndotja e qumështit të gjirit*

Gjatë vitit të parë të jetës foshnjat rrezikojnë të jenë të pambrojtura nga ndotësit e depozituar te dhjami, që mobilizohen nëpërmjet ushqyerjes me gjë, në nivele që e tejkalojnë "dozën e sigurt" të përcaktuar nga EPA. Disa studiues gjurmojnë nivelet e ndotësive të qumështit të gjirit sepse ai është një "bio-shënjes" i rëndësishëm në lidhje me pambrojtjen e njerëzve, në përgjithësi. Profesionistët e shëndetit publik, mbrojtësit e mjedisit dhe prindërit e ineresuar të gjithë debatojnë nëse duhet përdorur ushqyerja me gjë dhe për sa kohë. Meqenëse qumështi i gjirit u siguron foshnjave mbrojtje të rëndësishme imunologjike, shumica e veprimtareve të interesuara ambientaliste i këshillojnë gratë që ta vazhdojnë ushqyerjen me gjë nëse dëshirojnë. Ushqyerja me shishe, gjithashtu, mbart rreziqet e veta: ndotësit e ujit që përdoret për të siguruar formulën, lëndët kimike dhe hormonale shpesh në formulat tregtare dhe estrogenët bimore që përfshihen në disa formula me bazë soje. Për kufizimin e dëmit, nënat me fëmijë në gjë mund të përpiqen të hanë më pak yndyrna me origjinë shtazore, të shmangin burimet e përcaktuara të ndotësive (si perimet e trajtuara ose peshkun e disa zonave) dhe të shmangin rënien e shpejtë në peshë (që mobilizon ndotësit e depozituar te dhjami).

10. *Prishja e sistemit endokrin*

A jemi ne të pambrojtura nga një numër i gjerë kimikatesh industriale dhe farmaceutike që imitojnë dhe prishin funksionimin e sistemit tonë endokrin? Sistemi endokrin është rreshtimi kompleks i mesazheve hormonale të trupit që ndikojnë jo vetëm te shëndeti ynë riprodhues, por edhe te gjëndra e tiroides dhe te sistemet tona neurologjike dhe imunologjike. Kërkimet e reja për ndotësit që prishin sistemin endokrin (EDC), të quajtura gjithashtu ekoestrogjene ose estrogjene eksogjene, po ndihmojnë që njerëzit të kuptojnë rreziqet e mjedisit për shëndetin e grave. Kanceri i gjirit dhe kanceret e tjera të gratë, ndotja e qumështit të gjirit dhe problemet e tjera riprodhuese (si endometroza, dështimi dhe shtatzania gypore) mund të lidhen me praninë e EDC-ve në ushqimet tona, në ajër dhe në ujë; në derdhjet industriale; dhe në disa produkte siç janë lëndët plastike. Këto EDC imitojnë, bllokojnë ose ndryshojnë funksionimin normal të estrogjenëve në trup, duke i përballur kështu gratë me rrezikun e marrjes së ndonjë sëmundjeje. Pavarësisht nga debatet për shkaqet që kontribuojnë te kanceri i gjirit, shumica e studiuesve ndajnë të njëjtin mendim se ajo çka përcakton rrezikun e kancerit të gjirit është gjatësia dhe intensiteti i "jetës me estrogjene" që bën gruaja.

11. *Kanceri i gjirit*

Kërkimet e kohëve të fundit kanë konstatuar se disa kimikate, sidomos DDT-ja, DDE-ja, PCB-të, klori metilen (një tretësirë e zakonshme) dhe atrazina (një herbicid me përdorim të gjerë) bashkëlidhen me kancerin të kafshët në laborator dhe/ose te njerëzit. Dietat me sasi të lartë yndyrnash shtazore mund të rrisin ndotjen me organoklor te njeriu. Me kalimin e kohës, këta përbërës mund të shkaktojnë kancerin e gjirit, duke shkatërruar

proceset normale të rregullimit të qelizave në indin e ndjeshëm të gjirit. Numrin në rritje të grave me kancer të gjirit mund ta shpjegojë modeli historik i grumbullimit të mbetjeve të organoklorit në mjedis.¹⁹ Studiues të tjerë kanë konstatuar se përqindja e kancerit të gjirit është rritur ndjeshëm te gratë punëtore të pambrojtura nga dioksina.

Si ndikojnë rreziqet për sistemin riprodhues te Burrat

Lëndët toksike të mjedisit mund ta prishin prodhimin e hormoneve mashkullore te testikulat, duke shkaktuar uljen e energjisë për marrëdhënie seksuale dhe impotencën. Ato, gjithashtu, mund të shkaktojnë probleme përsa i përket prodhimit të spermës. Një lëndë toksike mund t'i prishë qelizat e spermës në çdonjërin prej fazave të ndryshme të rritjes së shpejtë, duke shkaktuar probleme përsa i përket pjellorisë nëpërmjet mungesës së plotë të spermës, prodhimit të paktë të spermës ose spermës së keqformuar. Lëndët toksike mund të shkaktojnë një rënie të përgjithshme të sasisë së përgjithshme të spermës te burrat amerikanë. Burrat e pambrojtur nga plumbi kanë rënie të pjellorisë dhe spermë të keqformuar. Më shumë se 50 pesticidet që janë aktualisht në përdorim, përfshirë këtu shumë prodhime që përdoren në familjet amerikane, lidhen me shterpësinë mashkullore, siç tregojnë studimet laboratorike dhe klinike. Përveç kësaj, duket se në shumë pjesë të botës sasia e përgjithshme e spermës te burrat po ulet. Kjo është shqetësuese sepse kjo mund të shkaktohet nga pambrojtja nga kimikatet, veçanërisht nga ndotësit që shkatërrojnë sistemin endokrin, siç u shpjegua më sipër. Një tjetër problem për shëndetin e gjithsecilit është se disa nga rreziqet që kanë efekt të riprodhimit, janë mutagjene. Kur në qelizat e spermës ndodh një mutacion, burrat mund t'u përcjellin gjene të dëmtuara brezave të ardhshëm. Gjenet me të meta mund të shkaktojnë aborte spontane ose aftësi të kufizuara të fëmijët. Mutagjenet mjedisore, gjithashtu, paraqesin rreziqe për të gjitha speciet njerëzore. Materiali i dëmtuar gjenetik, pavarësisht nëse shkakton ose jo dëme të dukshme, sjell ndryshime të përhershme te grupi i përgjithshëm i gjeneve të njeriut. Bimët dhe kafshët e ndryshuara gjenetikisht, që prodhon industria e re e bioteknologjisë, mund të ndikojnë te shëndeti i njeriut në mënyra ende të panjohura ndërsa ato bëhen pjesë e mjedisit tonë "të natyreshëm", e sasisë së ushqimeve dhe e produkteve të konsumit. Shkalla e mutacionit, që rritet nga efektet e toksinave kimike dhe radioaktive, jo vetëm që mund të sjellë një rënie të përgjithshme të shëndetit gjenetik te njeriu, por ajo mund të rrezikojë ekzistencën njerëzore.

MARRJA E MASAVE KUNDËR RREZIQEVE TË MJEDISIT

Si gra, ne po mësojmë që të jemi më të vetëdijshme për problemet që shkakton mjedisi dhe më të sigurt për forcën e kësaj vetëdijeje. Shpeshherë në të kaluarën ne thjesht e kemi "pranuar" një dështim ose shterpësinë ose një fëmijë me sëmundje kronike. Tani, në vend që ta pranojmë, ne po hulumtojmë. Dhe kur e bëjmë këtë, shpeshherë konstatojmë se problemet janë të lidhura me mjedisin. Është e rëndësishme që thjesht të mos i pranosh thëniet e mjekëve se "kjo është normale" apo se ne "flasim me emocione". Dëmi që sjell mjedisi shpeshherë është i vështirë për t'u provuar. Ngulni këmbë. Thjesht mos rrini të zhgënjyera nga mjeku juaj. Kërkoni një tjetër. Kërkoni një njeri me të cilin mund të bisedoni për këtë. Dhe vazhdoni të mësoni të tregoheni më vigjilente ndaj gjërave që mund të shkojnë keq në trupin tuaj për shkak të pambrojtjes nga mjedisi. Mos i zhvlerësoni njohuritë tuaja për veten apo forcën tuaj. Ne mund të fillojmë t'i zvogëlojmë efektet e disa rreziqeve të mjedisit duke shmangur pambrojtjen e vullnetshme

dhe duke qëndruar sa më të shëndetshme që të jetë e mundur. Marrja e masave shpeshherë duket e ndërlikuar - duhet luftuar burokracia, duhet mësuar kimia dhe biologjia, i duhet kundërvënë pushtetit të atyre që shkaktojnë ndotjen - por nuk është e pamundur. Efektet e mjedisit të shëndeti janë në thelb një problem i të gjithë bashkësisë, një problem për të cilin nuk mund të luftohet vetëm. Fatmirësisht, ne nuk kemi pse të luftojmë vetëm. Sondazhet e kohëve të fundit kanë treguar se shumica dërrmuese e amerikanëve po shqetësohen gjithnjë e më shumë për sa i përket kushteve të mjedisit - duke filluar nga uji i ndotur deri te grumbujt toksikë - dhe thonë se janë të gatshëm të bëjnë sakrificë (psh të paguajnë taksa më të larta) për të pasur një mjedis më të sigurt. Dëshmi e kësaj vendosmërie të re janë grupet që po formohen në bazë dhe që numërohen me mijëra në mbarë vendin. Meqenëse prodhuesit dhe interesat e agrobiznesit nuk do të disiplinohen, ne kemi nevojë për një epokë të re të demokracisë ambientaliste, me përfshirjen e madhe të qytetarëve.

Strategjitë

Veprimi qytetar kundër rreziqeve të mjedisit për shëndetin mund të ndjekë shumë rrugë. (Për më shumë informacion shih Burimet). Veprimtaret me përvojë pajtohen në lidhje me disa pika bazë:

1. Jini konsumatore e kujdesshme.
2. Analizoni kushtet e mjedisit ku jetoni dhe punoni.
3. Bisedoni me fqinjët.
4. Dokumentojeni shëndetin tuaj dhe atë të familjes suaj.
5. Zbuloni kush pagoi për studimin kur ju ose grupi juaj merrni informacion, statistika ose të dhëna.
6. Punoni në koalicion me organizatat dhe lëvizjet e tjera.
7. Përdorni bojkotin e konsumatorit.

PUNA MUND TË JETË E RREZIKSHME PËR SHËNDETIN TONË

Numri gjithnjë e më i madh i grave të punësuar në industrinë e rëndë dhe në ndërtim, përgjithësisht, përballen me të njëjtat kushte të rrezikshme si dhe burrat. Por ne gratë shpeshherë ndiejmë presionin se duhet të provojmë që jemi po aq të mira sa dhe burrat me të cilët punojmë dhe kur flasim për shëndetin e sigurinë shpeshherë na shohin si tepër të dobëta "për ta përballuar punën". Megjithatë, problemet që na shqetësojnë ndikojnë edhe te burrat dhe prania e fuqishme e grave në këto vende pune tradicionalisht mashkullore po sjell një ndryshim të mënyra si mendojnë njerëzit për problemet e shëndetit dhe të sigurimit. Ne gratë kemi shqetësime të veçanta për shkak të gjendjes sonë shoqërore dhe ekonomike. Diskriminimi në punë për shkak të seksit bën që një shumicë e madhe grash të vendosen në profesione pak të paguara dhe stresante. Shumë gra përballojnë detyrën e dyfishtë të punës së paguar dhe të përgjegjësive në shtëpi, që e bën më të vështirë të angazhohemi në mbledhje pas pune për të diskutuar për kushtet e punës.

PROBLEME TË SHËNDETIT PARËSOR NË PUNË

1. Humbja e dëgjimit

Humbja e dëgjimit është sëmundja më e zakonshme profesionale në Shtetet e Bashkuara. Kjo sëmundje shpeshherë pranohet si normale në vendin e punës, por nuk është normale.

Ajo mund të ulë vigjilencën ndaj paralajmërimeve për sigurinë dhe mund të dëmtojë rëndë cilësinë e jetës së një punëtori. Ndërsa humbja e dëgjimit mund të ndodhë nga një dëmtim akut, ajo ka më shumë gjasa të vijë gradualisht me kalimin e kohës, si rezultat i pambrojtjes nga zhurma, tretësat, metalet, asfiksuesit apo nxehtësia. Humbja e dëgjimit zakonisht ndodh pa dhimbje ose pa vetëdijen e punëtorit. Kur ndodh, humbja e dëgjimit zakonisht është e pakthyeshme.

2. Shqetësimet e kurrizit

Dhimbja e kurrizit është tejet e zakonshme dhe shqetësimet e kurrizit përbëjnë 27% të të gjitha dëmtimeve dhe sëmundjeve profesionale jovekdejeprurëse që janë regjistruar, gjë që nënkupton largime me ditë të tëra nga puna. Afro 30% e punëtorëve kryejnë detyra që rrisin gjasat që ata të kenë probleme me kurrizin. Shumë prej këtyre punëtorëve janë gra, sidomos gra me ngjyrë.

3. Shqetësimet e këmbëve dhe shputave të këmbëve

Nga qëndrimi gjithë ditën në këmbë shumë gra vuajnë nga dhimbjet e fundit të kurrizit dhe të këmbëve. Këto dhimbje janë të zakonshme për personelin që pret përpara tavolinave, shitësat, infermierët, ndihmësinfermierët dhe pastrueset e shtëpive dhe të zyrave. Nganjëherë këto punë kombinojnë gjithashtu kërrusjen dhe ngritjen e peshave. Gjaku ka prirjen të grumbullohet te këmbët dhe ekziston tendenca e krijimit të variceve. Këto punë janë posaçërisht të vështira për punëtorët shtatzëna. Përveç kësaj, shumë prej punëve janë veçanërisht stresante.

4. Dëmtimet e qafës, të shpatullave dhe të duarve

Gratë gjithmonë kanë pasur njohuri për tendosjen ose dëmtimin që shkaktohet nga lëvizjet e përsëritura ose nga qëndrimet e pavolitshme. Tani, rritja shumë e madhe e numrit të grave punëtoresh që vuajnë nga dëmtimi i tendosjes së përsëritur (RSI) ose çrregullimi funksional nga traumat e grumbulluara (CTD) ka çuar në rritjen e interesit për shkencën e ergonomisë: projektimi i pajisjeve për të përmbushur nevojat e trupit të njeriut. Çrregullimet funksionale muskulore-skeletore të ekstremiteteve të sipërme - përfshirë këtu dhimbje të tilla si ngrirja e qafës dhe sindroma e tunelit të kockës së karpit - ndeshen në përpunimin e ushqimeve, në montimin e automobilave dhe të pajisjeve elektronike, në zdrukhtari, në futjen e të dhënave kompjuterike, në nxjerrjen e mallrave nga magazinat, në qepjen e veshjeve dhe shumë profesione të tjera ku puna me lëvizje të përsëritura dhe energjike ndikon te indet e buta të qafës, shpatullave, bërrylit, dorës, kyçit të dorës dhe gishtave të dorës. Sipas Byrosë së Statistikave të Punës, dëmtime të tilla përbëjnë thuhetse 65% të të gjitha sëmundjeve që njoftohen në punë.

Cilësia e mjedisit të brendshëm

Shumë punonjës zyrash dhe punëtorë fabrikash vuajnë nga dhimbja e kokës, lodhja e pazakontë, kruarja ose djegia e syve, acarimi i lëkurës, dalja e gjakut nga hundët, tharja ose acarimi i fytyrës dhe nga të përzierët, që shkaktohen nga mjedisi në vendin e tyre të punës. Unë bëj rezervimet te një linjë ajrore. Në ndërtesë jemi 800 veta, por kemi vetëm gjashtë a tetë banja. Dritaret nuk hapen, kështu që ajri nuk është kurrë i freskët. Vendi ku punoj unë mendohet të jetë pa parfume, por njerëzit vazhdojnë të përdorin llak për flokët dhe locion pas rrojes. Çdo ditë u përgjigjemi 90-120 telefonatave, duke punuar tetë orë e gjysmë dhe bëjmë vetëm gjysmë ore pushim në drekë. Të gjitha telefonatat janë të programuara. Nëse ngrihesh dhe vjen rrotull, drejtuesi të ulëret. Madje nuk të del koha të mbarosh hedhjen në kompjuter të të dhënave të klientit të fundit sepse sakaq ka mbërritur

telefonata tjetër. Gjithashtu, ne nuk kemi një vend pune të caktuar, kështu që gjithmonë të bie të ulesh përpara një tastiere të ndryshme, duke marrë mikrobet e gjithkujt.

Puna dhe stresi

Stresi mund të shkaktohet nga faktorë fizikë, si lëvizja e përsëritur e duarve, kushtet e këqija ku rrimë ulur, zhurma e tepërt, nxehtësia ose i ftohti, tendosja e syve ose mbingarkesa e përgjithshme e punës. Shkaqe të tjera të stresit shkojnë nga marrëdhëniet me shefin dhe kolegët e punës deri te ngacmimi seksual dhe shqetësimi në lidhje me rreziqet për mbrojtjen dhe shëndetin.

Puna me turne

Puna me ndërrim turnesh mund të shkaktojë vështirësi fizike dhe psikologjike ose mund t'i përkeqësojë problemet ekzistuese të shëndetit. Tretja, sistemi imunitar, gjumi, vigjilenca, reflekset motore, motivimi dhe fuqitë e përqendrimit - të gjitha dëmtohen. Punëtorët që punojnë me turne, mesatarisht, pijnë më shumë duhan, kanë më shumë gjasa të jenë të ngjallur, hanë më pak ushqime me lëndë ushqyese, kanë nivele më të larta të kolesterolit dhe triglicerinës (faktorë rreziku për sëmundje të zemrës), marrin pjesë në më pak veprimtari argëtuese dhe janë më pak të angazhuar në rrjete shoqërore se punëtorët që kanë një ditë pune të caktuar tetëorëshe.

Ngacmimi dhe dhuna

Dhuna në vendin e punës është një problem serioz për shëndetin, ndonëse shumë punëdhënës dhe punonjës duket se nuk e kuptojnë këtë. Dhuna në punë mund të përkufizohet në shumë mënyra. Veprimet e sindikatave tani trajtojnë sjellje të tilla si ngacmimin seksual dhe racial dhe keqpërdorimin me fjalë, që gjithashtu mund të shkaktojnë dëmtim fizik por edhe psikologjik.

Distributor for Albania:

Aleanca Gjinore për Zhvillim

P.O. Box 2418

Rruga "Abdyl Frashëri" P. 10 Shkalla 1 Apt. 3

Tiranë, Shqipëri

Tel/Fax 355.42.55514/55515

www.gadc-al.org