

Klimatske promjene i mentalno zdravlje

Upravo sam pročitao kako je snježna oluja Nemo „okovala“ nekoliko država istoka Sjedinjenih Američkih Država, uključujući i grad New York. Za žitelje New Yorka opet izvanredno stanje nakon nedavne super oluje Sandy, čije posljedice ni približno nisu sanirane, a najmanje one na planu mentalnog zdravlja, premda su stručnjaci napisali dosta uputa i oglasili mjesta na kojima ljudi mogu potražiti pomoć. Još se ne zna ekonomska šteta te oluje (spominjani su iznosi između 50 i 100 milijardi dolara), a već je stigla nova, nazvana Nemo. Uz olujni vjetar i visoke valove Nemo je donio hladnoću i obilje snijega. Kuće se urušavaju pod snijegom, a očekuju se i poplave. Opet je otkazano oko 5 tisuća letova, što samo pokazuje da se putuje pretjerano, često i nepotrebno, uz istovremeno emitiranje dodatnih tona CO₂ u atmosferu. Ponovo je bez struje ostalo na stotine tisuća domaćinstava, a tu je i prometni kaos te mnogi drugi problemi. Ovog puta osim polica u trgovinama, ispražnjeni su i rezervoari na benzinskim crpkama. Uzimajući sa sobom nešto hrane i drugih stvari potrebnih u kriznim situacijama, ljudi donekle umanjuju neizvjesnost i strahove. Na sreću, ovog puta nisu naređene evakuacije određenih područja grada. Samo od sebe se nameće pitanje: hoće li New York i dalje ostati privlačno mjesto za život i neće li neki njegovi stanovnici potražiti neko sigurnije životno pribežište.



Super oluja Sandy i djevojčica. Kako se našla sama, odvojena od svojih, izložena snažnom stresu, nije poznato, ali se neke posljedice toga mogu pretpostaviti.

Manifestacije ekstremnog vremena zbivaju se sve češće i posvuda u svijetu pa ih je teško pripisati uobičajenim varijacijama. Nedavno smo u raznim područjima Australije pratili val vrućine s temperaturnim rekordima, brojne požare i skoro istovremene poplave, a nešto ranije, baš u vrijeme konferencije UN o klimi u Dohi, katastrofalne poplave na Filipinima. Nije teško zamisliti što sve osjećaju i proživljavaju ljudi čekajući da ih, nakon što im je poplavljena kuća, s krova netko pokupi helikopterom ili oni koji su se prethodno zadužili, a suša im je potom uništila sav napor i prinose. Vidjeli smo uplakane ljude, koji izjavljuju: „Izgubili smo sve!“ U svim takvim situacijama neke su skupine ljudi znatno ranjivije i njihovo je duševno zdravlje na većoj kušnji. Ako u takvu ranjiviju kategoriju uvrstimo starije osobe, djecu i mlade, nezaposlene i one s niskim primanjima te one koji već imaju određene psihičke probleme, onda samo u Sjedinjenim Američkim Državama takvih je osoba više od 100 milijuna.

Postoji znanstveni konsenzus, iz dana u dan sve pouzdaniji, da na planetarnoj pozornici „vode igru“ klimatske promjene (dalje u tekstu KP) s njihovim brojnim učincima, a da smo ih, nažalost, svojim energetski rastrošnim načinom života sami prouzročili. Kad su u pitanju brojni rizici, ljudi i smrtno stradavaju u ekstremnim vremenskim pojavama kao što su poplave, požari ili valovi vrućine. Uzmimo samo val vrućine, koji je u ljeto 2003. pogodio Zapadnu Europu i uzrokovao smrt više od pedeset tisuća ljudi.



Rujan 2011., poplave u Pakistanu pogodile su preko 5 milijuna ljudi i odnijele su nekoliko stotina života. Otac spašava dvoje djece. Mora li se vratiti po ostale članove obitelji? Što su proživjeli prije no što su krenuli? Što on osjeća sada, a što doživljavaju njegova djeca?

Značajne nepovoljne učinke na mentalno zdravlje osobito imaju: ljetni valovi vrućine (provociraju porast raznih oblika nasilja, upotrebu alkohola i droga, smanjeni radni učinak, porast prometnih nezgoda, psihijatrijskih posjeta i intervencija i sl.); jake i produžene suše s oskudicom vode i hrane (uzrokuju strahove, osjećanje bespomoćnosti, obiteljske probleme, rizik suicida osobito među farmerima, stres, žalost, usporen razvoj djece uz smetnje u ponašanju, zlostavljanje žena i djece itd.); poplave, oluje i uragani, požari koji zahvaćaju veće prostore i slična kataklizmička događanja (izazivaju sukobe, posebno pri evakuacijama, kratkoročne emocionalne reakcije kao što su strah, gnjev, potištenost i sl., a posttraumatski stres redoviti je pratilac takvih događanja. Oko 40% evakuiranih nakon uragana Katrina (koji je 2005. potopio i razorio New Orleans) imalo je umjerene simptome posttraumatskog stresnog poremećaja, a 25% njih pokazivalo je ozbiljnije simptome tog poremećaja. U kasnijim reakcijama znatno češće su se javljale depresije, recidivi duševnih bolesti, obiteljske i profesionalne poteškoće itd. Djeca koja su doživjela Katrinu, godinu dana kasnije, bila su četiri puta češće depresivna i anksiozna i znatno sklonija poremećajima ponašanja.

KP nose i nove vrste duševnih poteškoća pa se npr. *Solastalgia* opisuje kao opipljivi dojam izmještenosti i gubitka, a imaju ga ljudi koji opažaju uznemirujuće promjene u svojoj životnoj sredini. Nastale su i brojne fobije vezane za KP. Navodimo sam tri od većeg broja novonastalih: *antlophobia* je povezna s poplavama, *thermophobia* s valovima vrućine, a *lilapsophobia* s uraganjima, olujama ili tornadima.

Utjecaj KP na mentalno zdravlje zbiva se na manje ili više kompleksan način i na više razina. Prije svega ekstremni vremenski događaji imaju direktne i neposredne učinke i implikacije na duševno zdravlje. Proizvedeni učinci, kao što smo već istakli, mogu trajati duže ili kraće, a mogu ostati i trajno obilježje neke osobe. Nadalje, KP utječu na ekonomske, socijalne i ekološke odrednice mentalnog zdravlja, odnosno stvaraju manje ili više nepovoljan kontekst za život zajednice te proizvode određenu mjeru materijalne oskudice, nelagode, napetosti i nesigurnosti. Napokon, KP kao globalna prijetnja ostaju konstanta, s kojom valja živjeti, stvaraju manje ili više osviještenu neugodu i bojazni u svezi s budućnošću. Jednostavnije rečeno, neku vrstu utega na našim predodžbama budućnosti.

Budući da ekstremne vremenske pojave obično dolaze iznenada, one nerijetko znaju zateći nedovoljno pripremljene ne samo žitelje nekog područja, već i službe koje su odgovorne za pružanje psihološke podrške i tretmana ljudima koji imaju različite simptome duševnih poteškoća. Stoga u njihovu odgovornost spada da se na vrijeme educiraju, planiraju i pripreme mjere i postupke kako bi bili što efikasniji u onom što se od njih očekuje. Napokon, od političara se očekuje ono za što su ih građani ovlastili, a posebno od onih na globalnoj razini, da donesu odgovorne i potrebne odluke o očuvanju što povoljnije klime na planetu, da iniciraju argumentirano uvjeravanje i odgajanje ljudi o potrebi i načinu drugačijeg življenja na Zemlji kao jedinoj istinskoj domovini. U tome bi im trebali pomoći znanstvenici, stručnjaci, državne institucije (posebice školski sustav), civilno društvo, vjerske institucije i sl.



Slon u sobi je metafora za poricanje KP. Znamo da su tu, zamjećujemo ih ovako ili onako, ali se pravimo da ne postoje i da ih ne opažamo.

Ako se pokaže da nisu na razini odgovornog zadatka, da kalkuliraju s biračima ili da su korumpirani od moćnih *status quo* lobija i nastave se ponašati kao da ne vide slona u sobi, KP će bar kad je u pitanju mentalno zdravlje, u godinama koje slijede, kako kažu *Kevin J. Coyle i Lise Van Susteren*, „sve više traumatizirati ljude, pridonositi depresiji, nasilju, otuđenju, zlouporabi alkohola i droga, provocirati samoubojstva, psihotične epizode, posttraumatske stresne poremećaje i druge poteškoće mentalnog zdravlja.“(1) Dakako, to ne bi bila jedina cijena kojom bi se platila neaktivnost i odgađanje.

Citirana literatura:

1. Kevin J. Coyle i Lise Van Susteren (2011): *The Psychological Effects of Global Warming on the United States*, National Wildlife Federation.