

MUỐN SỐNG LÂU, HÃY ĐẾN NEW YORK!

Hiện nay, tuổi thọ trung bình tại 5 quận thuộc thành phố New York là 80,6; cao nhất là Manhattan (82 tuổi).

Trong khi tuổi thọ trung bình ở nhiều khu vực thuộc nước Mỹ đang có xu hướng giảm dần thì tại quận Manhattan (New York), con số đó đã tăng lên với mức kỷ lục trong vòng 10 năm kể từ năm 1987.

Thành công đó là kết quả nỗ lực của Sở Y tế thành phố New York trong việc siết chặt và xử lý rất quyết liệt đối với các hành vi không lành mạnh.

Một góc quận Manhattan (New York).

Tại sao New York có thể làm được như vậy?

Theo tạp chí y học Anh The Lancet, trong những năm 1990, tuổi thọ tăng lên một phần nhờ vào các biện pháp mạnh tay nhằm kiểm chế tỷ lệ giết người và những ca tử vong liên quan đến HIV/AIDS - 2 trong những nguyên nhân hàng đầu kéo lùi số tuổi trung bình vào hồi đầu thập kỷ.

Nhóm nghiên cứu tại Viện Đo lường và đánh giá sức khỏe (IHME) nhận định rằng sự gia tăng tuổi thọ cho người dân New York đã tăng hơn 60% kể từ năm 2000 là do giảm được bệnh tim, ung thư, tiểu đường và đột quỵ.

Đặc biệt, công lớn nhất là thuộc về những nỗ lực tích cực của các quan chức y tế thành phố trong việc nghiêm cấm nhiều thói quen ăn uống không lành mạnh của cư dân như: cấm chất béo trans (loại chất béo nguy hiểm nhất trong nhóm chất béo gây hại thường có ở thực phẩm chế biến sẵn như mì ăn liền, bánh kẹo, khoai tây chiên, gà rán...); cấm hút thuốc ở nơi công cộng và tăng thuế lên mức cao đối với thuốc lá; bắt buộc công khai lượng calo mỗi món ăn trên thực đơn. Ngoài ra, chính quyền còn cho nâng cấp hàng trăm km đường dành cho xe đạp, dán áp phích với những thông tin về rủi ro của bệnh béo phì và lợi ích của các dịch vụ y tế dự phòng.

Bên cạnh đó, tại thời điểm này, thành phố cũng đang xem xét lệnh cấm các loại đồ uống có đường, dự kiến sẽ có hiệu lực vào năm tới.

Đối với kết quả mà New York đạt được, không ít chuyên gia đã đưa ra lời gợi ý về việc nhân rộng mô hình này trên quy mô lớn.