

NGUY CƠ BỆNH TẬT RÌNH RẬP DÂN THÀNH THỊ

Có thể nói dân thành thị có cuộc sống tốt hơn hẳn so với dân nông thôn, như sống sung túc hơn, nhiều triển vọng trong công việc, đồ ăn thức uống phong phú, có hệ thống chăm sóc sức khỏe và điều kiện vệ sinh tốt hơn. Song, cuộc sống thành thị cũng làm

Có thể nói dân thành thị có cuộc sống tốt hơn hẳn so với dân nông thôn, như sống sung túc hơn, nhiều triển vọng trong công việc, đồ ăn thức uống phong phú, có hệ thống chăm sóc sức khỏe và điều kiện vệ sinh tốt hơn. Song, cuộc sống thành thị cũng làm tăng nguy cơ mắc nhiều bệnh mãn tính, bao gồm các bệnh về tâm thần, miễn dịch, viêm khớp, tim mạch, ung thư và hiếm muộn.

Liên Hiệp Quốc cho biết cách đây 3 năm, 50% dân số thế giới tập trung ở các đô thị và dự báo đến năm 2050, tỷ lệ này sẽ tăng lên 70%. Khi các thành phố trở nên đông đúc hơn, những nguy cơ đe dọa sức khỏe thị dân cũng tăng lên.

Ảnh hưởng đến người trưởng thành

Nghiên cứu của Tiến sĩ Glyn Lewis ở Viện Tâm thần học tại Luân Đôn (Anh) cho thấy nam giới sinh trưởng tại các đô thị có tỷ lệ mắc bệnh tâm thần phân liệt cao gấp đôi đàn ông nông thôn. Người thành phố cũng có nguy cơ mắc chứng trầm cảm và rối loạn lưỡng cực hoặc rối loạn lo âu lần lượt cao hơn 39% và 21% so với đối tượng còn lại. Trong khi đó, thiếu nữ lớn lên ở thành phố có nguy cơ mắc chứng ăn uống vô độ cao gấp 5 lần bạn bè ở miền quê. Ăn uống đầy đủ nhưng ít vận động dễ dẫn đến thừa cân, béo phì – nguyên nhân hàng đầu gây ra các bệnh: tăng huyết áp, tim mạch, tiểu đường, xương khớp, ung thư.

Đầu năm nay, các nhà khoa học Đức cho biết não của người sinh ở thành thị thực sự hoạt động khác với não của người nông thôn. Ảnh chụp não cho thấy hai vùng não điều khiển cảm xúc và lo lắng của người thành thị hoạt động quá mức khi đương đầu với những yếu tố gây căng thẳng tinh thần (stress) như kẹt xe, áp lực cuộc sống, công việc..., trong khi phản ứng trong não của người nông thôn ôn hòa hơn.

Trẻ em đối mặt với nhiều nguy cơ sức khỏe

Ngày càng có nhiều bằng chứng khoa học cho thấy trẻ em sinh ra và lớn lên ở đô thị đối mặt với nhiều vấn đề về sức khỏe cả thể chất lẫn tinh thần.

Các nghiên cứu mới nhất cho thấy việc tiếp xúc hằng ngày với ô nhiễm đô thị có thể ảnh hưởng đến chúng ta từ khi chưa chào đời, khiến chúng ta dễ bệnh tật về sau. Theo các chuyên gia thuộc Đại học Granada (Tây Ban Nha), mặc dù các bà mẹ ở thành thị lớn tuổi và nhẹ cân hơn các bà mẹ ở nông thôn nhưng họ sinh ra những em bé "lớn con" hơn. Khi so sánh nhau thai của các bà bầu, nhóm nghiên cứu nhận thấy thai phụ ở thành thị và em bé trong bụng có nồng độ chất ô nhiễm xenoestrogen trong máu cao hơn thai phụ và thai nhi ở nông thôn.

Xenoestrogen là hóa chất công nghiệp ảnh hưởng đến cơ thể chúng ta giống như hoóc - môn sinh dục nữ oestrogen. Chúng có rất nhiều trong khói xe và môi trường sống quanh các khu công nghiệp. Không chỉ khiến thai nhi phát triển bất thường, chúng còn có thể gây ra các bệnh như béo phì, rối loạn nội tiết tố, dậy thì sớm, các vấn đề về sinh sản và các bệnh ung thư ở phổi, vú và tiền liệt tuyến. Tiến sĩ Maria Marcos, trưởng nhóm nghiên cứu, cho rằng xenoestrogen tác động đáng kể đến sự phát triển của thai nhi. Đây là bằng chứng mới nhất cho thấy không khí thành thị có thể ảnh hưởng nghiêm trọng đến sự phát triển bình thường của em bé.

Không dừng lại ở đó, các thí nghiệm của Đại học Bang Ohio (Mỹ) hồi năm ngoái cho thấy các

chất ô nhiễm có thể thay đổi sự chuyển hóa ở trẻ nhỏ, làm gia tăng lượng đường trong máu và tình trạng kháng insulin, chất giúp cơ thể chuyển hóa đường và tinh bột thành năng lượng. Tiến sĩ Qinghua Sun cho biết các hóa chất gây ô nhiễm trực tiếp gây viêm và thay đổi các tế bào mỡ, làm tăng nguy cơ mắc bệnh tiểu đường tuýp 2. Cuộc sống thành thị còn buộc trẻ nhỏ thường xuyên ở trong nhà và vì vậy mà có hại cho sức khỏe, trước hết là đôi mắt. Theo các nhà khoa học Úc, trẻ em suốt ngày ở trong nhà có nguy cơ cao bị cận thị và một nửa trong số đó dễ bị mù ở tuổi trung niên. Trái lại, những trẻ thường xuyên chơi đùa ngoài trời có thể giảm 20% nguy cơ cận thị. Các chuyên gia cho rằng việc tiếp xúc với ánh sáng Mặt trời giúp võng mạc giải phóng dopamine, một hoóc - môn ức chế sự phát triển quá mức của cầu mắt - nguyên nhân chính gây cận thị.

Không chỉ vậy, trẻ con thành thị cũng dễ mắc chứng hen suyễn và dị ứng hơn so với trẻ ở miền quê. Theo giả thuyết vệ sinh, trẻ thành thị thường không được chơi đùa với bùn, đất hoặc lặn lội trên cỏ nên không được tiếp xúc với các vi khuẩn tương đối vô hại trong đất, khiến hệ miễn dịch non nớt của chúng mất cơ hội phát triển sức đề kháng với vi khuẩn. Ngoài ra, thị dân nhỏ tuổi cũng có xu hướng phát triển các vấn đề về hành vi, đặc biệt là chứng tăng động - thiếu tập trung (ADHD) – theo nghiên cứu của các chuyên gia ở Đại học Illinois (Mỹ). Giả thuyết đưa ra là trong mấy nghìn năm tiến hóa, con người đã quen sống với thiên nhiên, nên chúng ta trở nên bất an khi tách rời khỏi chúng. Theo chuyên gia tâm lý học môi trường Frances Kuo, tản bộ trong công viên 20 phút mỗi ngày có thể cải thiện đáng kể tình trạng của trẻ vì cách này có tác dụng giống như dùng Ritalin, một loại thuốc chữa rối loạn hành vi thường được chỉ định cho trẻ ADHD.