

|  |
| --- |
| Климатски промени и здравје |

Повеќето луѓе сметаат дека климатските промени се само еколошки проблем.

Но, Светската организација за здравје изјави дека тие се најголемата закана за здравјето во 21 век.

Климатските промени претставуваат итен проблем што влијае врз нашето здравје на многу начини, сега и во иднина. Сè почесто забележуваме екстремни временски појави, како на пример, топлотни бранови, поплави и пожари.

Овие настани влијаат врз нашето здравје, му се закануваат на снабдувањето со храна и вода за пиење и го загадуваат воздухот што го дишеме. Сите овие проблеми влијаат врз нашето физичко и ментално здравје.

Но, не е сè така страшно. Постојат едноставни нешта што сите можеме да ги правиме за да се заштитиме себеси и лицата што ги сакаме од влијанијата на климатските промени.

И најдобро е тоа што тие ни помагаат да бидеме здрави и истовремено, да заштедиме пари!

На пример, ако се движиме пешки или ако возиме велосипед наместо да возиме автомобил, ако се храниме со овошје, зеленчук и житарици, ако јадеме помалку преработена или пакувана храна, и ако пиеме вода од чешма наместо вода од шишиња и засладени пијалаци, не само што ќе помогнеме да се намали влијанието врз животната средина, туку исто така, ќе ја подобриме нашата ментална и физичка добросостојба.

Исто така, важно е да внимаваме на оние што се во најголема опасност од директните влијанија на климатските промени, како постарите лица, децата, трудниците и луѓето со хронични заболувања.

За да се адаптираме на променливата клима, и за да обезбедиме дека ги намалуваме опасностите за понатамошни проблеми, треба сите за работиме заедно. Од владата до индустријата, заедниците, дури и до поединците.

Сите имаме некаква улога.

Климатски проблеми и здравје — дејствувајте денес за поздрава утрешнина.

|  |
| --- |
| To receive this publication in an accessible format phone 1300 761 874 using the National Relay Service 13 36 77 if required, or email environmental.healthunit@health.vic.gov.auAuthorised and published by the Victorian Government, 1 Treasury Place, Melbourne.© State of Victoria, Department of Health, October 2021.Available from the [Climate change and health (video) page](https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/Videos/Climate-Change-and-health) <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/Videos/Climate-Change-and-health> on the Better Health Channel website. |