

KOBIETY ŻYJĄ DŁUŻEJ

Prawie na całym świecie kobiety żyją dłużej niż mężczyźni. Na przykład typowa Polka żyje dzisiaj ok. 82 lat, a Polak 74 (dane za rok 2019). Długość życia Polaków zwiększyła się znacząco od lat 90. Trzydzieści lat temu Polka żyła 75 lat, a Polak 66 i pół. Wzrost długości życia jest związany prawdopodobnie z lepszym odżywianiem, zamożnością i postępami medycyny.

W tym zakresie czekają nas dalsze zmiany. W krajach wysoko rozwiniętych (takich jak np. USA) różnica między długością życia kobiet i mężczyzn jest coraz mniejsza. Także w Unii Euro-

pejskiej wynosi ona przeciętnie ok. 5 lat. Nie zawsze tak było. Np. w czasach gdy umieralność podczas porodu była wysoka, przeciętna długość życia kobiet i mężczyzn była podobna, a nawet mniejsza u kobiet. Więcej kobiet umierało młodo.

Dlaczego dzisiaj kobiety żyją dłużej?

Wpływ biologii

Przyczyny są dwie: biologia i kultura, w której żyjemy. Kobięcy hormon płciowy, obecny przede wszystkim u kobiet (estrogen) istotnie zmniejsza ryzyko chorób serca. Wśród mężczyzn jest

cztery razy więcej zgonów z powodów nadciśnienia, zawału itp. niż wśród kobiet. Mężczyźni także częściej odziedziczają choroby genetyczne. Chłopcy więcej chorują i pojawiają się u nich więcej zaburzeń w okresie prenatalnym.

Biologia nie jest jednak w stanie wyjaśnić wszystkiego.

Ciemne strony emancypacji

Tam, gdzie podział na rolę męską i żeńską jest szczególnie wyraźnie zarysowany, przeciętna długość życia kobiet i mężczyzn znacznie się różni. Gdy role społeczne są wymieszane, długości

życia obu płci także stają się podobne.

Równouprawnienie jest korzystne dla kobiet ze względów zawodowych i zarobkowych. Powoduje jednak również o wiele więcej kłopotów zdrowotnych u kobiet!

Obecnie kobiety przejęły wiele zachowań dawniej typowych jedynie dla mężczyzn. Dotyczy to np. palenia i picia alkoholu. Moda na palenie u kobiet zaczęła się mniej więcej pięćdziesiąt lat temu. Gdy oglądaliśmy przedwojenne filmy, to obraz palącej kobiety oznaczał „kobietę wyzwoloną” lub wręcz kurtyzanę. Dzisiaj jest to norma.

Dzisiaj kobiety także o wiele więcej pracują niż dawniej. W dodatku częściej obsadzają stanowiska, które dawniej „nale-

żały” jedynie do mężczyzn - np. lekarza, polityka, menadżera. Wykonują również niebezpieczne zawody - policjanta, żołnierza, kierowcy itp.

Zmiana statusu zawodowego sprawia, że kobiety mają lepszą pozycję ekonomiczną niż dawniej, są bardziej niezależne, ale przeżywają także toksyczny stres. W związku z tym częściej cierpią na nerwice i zaburzenia afektywne (np. depresję), nowotwory płuc (palenie) i choroby serca (stres i palenie). W dodatku ilość chorujących kobiet przewyższa znacznie ilość cierpiących mężczyzn (w krajach wysoko rozwiniętych dawniej było odwrotnie).

Dokończenie na str. 7.

SONDA

Kobiety w życiu mężczyzny

Rozm. K. Przybysz,
S. Szmatuła



Konrad Wojcieszak
prowadzi kwaciarnię
Magnolia

Myślę, że dla każdego mężczyzny kobiety mają ogromne znaczenie. Bez nich życie byłoby bardzo trudne. Współczesne kobiety to nie tylko żony, matki czy osoby zajmujące się domem, ale także świetnie wykształcone pracownice. Są wielozadaniowe, z czym niejeden mężczyzna miałby problem - powinniśmy je za to szanować i doceniać.

Panie wnoszą do życia dużo miłości, radości i uśmiechu. Dzięki nim bardziej się staramy, stajemy się lepsi i przede wszystkim mamy dla kogo żyć.

Kobiety cenię za empatię - panie bardzo mocno wczuwają się i przejmują problemami innych. Bez względu na to, jak bardzo mają ciężko w życiu, nie zapominają o innych, współczują i wspierają.

Dla bliskich mi kobiet staram się być zawsze oparciem, mówię im, że je kocham, uśmiecham się, komplementuję. Nie zapominam o otwieraniu drzwi czy wyręczaniu w cięższych pracach.

Życie bez kobiet byłoby czymś niemożliwym - świat bez nich nie ma racji bytu.

Uważam, że kobiety są godne zaufania i można powierzyć im nawet te najszybsze tajemnice, jednak nie wierzę w przyjaźń damsko-męską. Myślę, że w dzisiejszych czasach takie relacje szybko przeradzają się w coś więcej niż bezinteresowna, niewinna przyjaźń.

Z okazji zbliżającego się Dnia Kobiet chciałbym wszystkim paniom życzyć przede wszystkim dużo zdrowia, uśmiechu i jeszcze większej cierpliwości do mężczyzn.



Piotr Dochniak
fotograf

W moim życiu kobiety mają ogromne znaczenie - nie dość, że są płcią piękniejszą, to często można znaleźć w nich oparcie. To one sprawiają, że człowiek się śmieje, wraca do domu, z poczuciem, że mimo gorszego dnia, one zawsze przytulą i wesprą dobrym słowem. To kobiety najbardziej cieszą się z naszych sukcesów i wspierają, kiedy idzie nam nieco gorzej.

Do mojego życia bliskie mi kobiety wnoszą dużo uśmiechu i poczucie bezpieczeństwa. Mama zawsze słusznie radzi, a babcia często wspomnieniami wywołuje uśmiech, który długo utrzymuje się na mojej twarzy.

Płeć piękną cenię za spokój, delikatność, obdarzanie nas zaufaniem i opiekę, której często bardzo potrzebujemy. Jeśli my, mężczyźni, je doceniamy, to one potrafią odwdziżyć się po stokroć.

Otarzając mnie kobiecy doceniają, pokazując im, że zawsze o nich pamiętam. Stoję za moją rodziną murem, aby wnieść poczucie bezpieczeństwa i pewność, że ma we mnie oparcie. Staram się być najlepszym przyjacielem dla bliskich mi kobiet, od czasu do czasu podarować drobny upominek lub kwiatek, by namacalnie pokazać moją wdzięczność za ich obecność.

Życie bez kobiet nie ma sensu, doskonałym przykładem i zobrazowaniem tego jest jakże prawdziwe przysłowie „Z kobietami nieraz źle, ale bez nich jeszcze gorzej”.

Z okazji zbliżającego się Dnia Kobiet chciałbym życzyć nie tylko „moim” kobietom przede wszystkim zdrowia. Aby kolejny rok wytrzymały z nami i znosiły nasze fochy i złe humorki, aby nadal wносиły w każdy dzień odrobinę uśmiechu i szczęścia.



Dawid Przybysz
pracownik firmy
Kut-Konstrukcje

Każdy z nas, mężczyzn, potrzebuje w swoim życiu kobiet - w dzieciństwie najważniejsza jest dla nas mama, babcia i siostra, a w dorosłym życiu żona i córka. Doceniam wszystkie kobiety, które są lub były obecne w moim życiu. Od każdej się czegoś nauczyłem i każda wniosła coś do mojego życia.

Mama nauczyła mnie szacunku do innych, ciężkiej pracy i odwagi do spełniania swoich marzeń. Babcia pokazała mi, jak radzić sobie z życiem i wniosła do niego dużo śmiechu. Dzięki starszej siostrze, która stała za mną murem, nauczyłem się bronić swojego zdania i walki o siebie.

Moja żona, choć często wkurza mnie jak nikt inny, wprowadza do mojego życia ogrom uśmiechu i szczęścia. Doceniam to, w jaki sposób dba o mnie i o naszego synka. Podziwiam ją za niespożyte pokłady energii, gdy po nieprzespanej nocy cały dzień spędza na zabawach i opiece nad naszym dzieckiem.

Kobiety często mają zupełnie inne spojrzenie na otaczający nas świat. Potrafią znaleźć rozwiązanie w sytuacji, która wydaje się bez wyjścia. Zachowują zimną krew, gdy my tracimy głowę. Uważam, że każdej kobiecie należy się szacunek i podziw - za poświęcenie, chęć niesienia pomocy, wrażliwość, ale również siłę i chęć do walki o siebie, swoją rodzinę i wszystkich tych, którzy sami nie potrafią o siebie zawalczyć.

Moim zdaniem Dzień Kobiet jest codziennie - każdego dnia powinniśmy dbać i wspierać kobiety, nawet drobnymi gestami. Paniom chciałbym życzyć cierpliwości, szczęścia i jeszcze więcej energii do działania.



Adam Juszcak
policjant

O tym, co dla mnie i, przypuszczam, dla wszystkich mężczyzn, znaczą kobiety, można by napisać obszerną książkę. Są inspiracją, motywacją, motorem napędowym - dzięki nim, dla nich, chce się działać, rozwijać i żyć.

Zostałem wychowany tak, by szanować drugiego człowieka, a szacunek to przecież podstawa każdej dobrej relacji. Doceniam i szanuję otaczające mnie panie. Jednak chyba rzeczą niemożliwą jest docenienie w pełni. Bo jak tu odpowiednio pokazać wdzięczność i docenić mamę, która po dwunastogodzinnej zmianie znajdowała jeszcze czas i siłę, by poświęcić energię na mnie i na brata?

Prawie każdy mężczyzna, myśląc o kobietach, ma przed oczami te, z którymi łączą go więzy rodzinne - matka, córka, siostra. Moim zdaniem warto też pamiętać o tej drugiej rodzinie, którą wybraliśmy sami.

Mam to szczęście, że na swojej drodze spotkałem kilka fantastycznych kobiet, które mam zaszczyt i przyjemność nazywać przyjaciółkami. Kobiety są niemal zawsze bardziej empatyczne od mężczyzn, potrafią spojrzeć na problem z punktu dla nas niewyobraźnego. Tak właśnie kojarzę moje przyjaciółki - wnikliwość, empatia. Wsparcie i zrozumienie wtedy, kiedy każdy inny bezradnie rozkładał ręce.

Wszystkim szanownym paniom życzę z okazji ich święta tego, czego życzę im na co dzień: żeby pozostały piękne duchem i znajdowały iskierkę radości w drobnych rzeczach.



Jan Zieliński
emerytowany nauczyciel,
trener karate

„Gdy jesteś dobry dla innych, to inni są dobrzy dla ciebie” - to jest zasada, którą wpoili mi kobiety, a zwłaszcza moja mama. I tym starałem kierować się w życiu. Kobiety miały ogromny wpływ na moją drogę życia, począwszy od mojej mamy, babci, a później żony. Dzięki kobietom jestem taki, jaki jestem, bo mężczyźni - mój tata i dziadek - ciężko pracowali i nie mieli czasu na moje wychowanie.

Gdy byłem uczniem, do wychowania przyczynili się też nauczyciele. Tak się złożyło, że w 90 procentach były to panie, które były wrażliwe na szacunek do drugiego człowieka, za co im dziś, jako dojrzały facet, bardzo dziękuję.

A kto bardziej zajmował się naszymi dziećmi? Oczywiście moja żona. Dziś jestem z nich dumny, ale to, jakie są, to przede wszystkim zasługa żony. Uważam, że jestem szczęściarzem, że mam tak wspierającą i wyrozumiałą żonę. To dzięki niej mogłem bez problemu realizować swoje pasje, zainteresowania, marzenia...

Do wszystkich podchodzę z wielkim szacunkiem, ale do kobiet szczególnie, bo wiem, że bez nich świat przestałby istnieć. Tak się złożyło, że z kobietami, które spotkałem na mojej drodze, miałem bardzo dobre relacje, czy to z moimi dwoma siostrami, czy uczennicami, studentkami karate, koleżankami z pracy, moją córką, a nawet z moimi wnuczkami - małą Zosią i jeszcze młodszą Jagusią. Myślę, że kluczem do tych dobrych relacji, był i jest szacunek oraz zrozumienie.