

**132. löggjafarþing 2005- 2006.**  
**Þskj. 814 – 560. mál.**

**Fyrirspurn**

til heilbrigðis- og tryggingamálaráðherra um hreyfingu sem valkost í heilbrigðisþjónustu.

Frá Ástu Ragnheiði Jóhannesdóttur.

**Munnlegt svar.**

Virðulegi forseti.

Háttvirtur þingmaður 4. þingmaður í Reykjavík suður, hefur beint til mín fyrirspurn um hreyfingu sem valkost í heilbrigðisþjónustu. Hún spyr hvort uppi séu áform um að taka upp útgáfu hreyfiseðla eða grænna seðla og ef svo sé, hvar málið sé stítt í undirbúningi.

Á undanförunum árum hafa komið fram sífellt áreiðanlegri upplýsingar um gildi hreyfingar til að fyrirbyggja sjúkdóma og bæta líðan vegna fjölmargra sjúkdóma og kvilla. Í ljós hefur komið að hreyfing hefur góð áhrif á þunglyndi, hjarta og æðakerfi og stoðkerfissjúkdóma svo fátt eitt sé talið. Þá er óumdeilt að kyrrseta eykur hættu á offitu en offita er einmitt gríðarlega vaxandi vandamál í öllum vestrænum löndum. Því er mikilvægt að fá fólk til að hreyfa sig reglulega, bæði meðan það er við góða heilsu og eins þegar ýmsir langvinnir sjúkdómar sækja að.

Í nágrannalöndum okkar hafa verið gerðar tilraunir til að fá lækna til að gefa út svo kallaða hreyfiseðla í staðinn fyrir eða ásamt lyfseðlum.

Talsverð umræða hefur farið fram um hvort rétt sé að taka upp slíka seðla almennt í heilbrigðisþjónustu hér á landi en það mál hefur ekki verið til lykta leitt ennþá. Það er í skoðun innan ráðuneytisins og verður unnið áfram.

Á heilsugæslustöðinni í Garðabæ er hafinn undirbúningur að því að innleiða notkun á hreyfiseðli. Það er að segja, lækna munu vísa völdum hópi sjúklinga á hreyfingu sem meðferðarúrræði. Undirbúningur að því verkefni hófst síðast liðið haust og samstarf er hafið milli heilsugæslunnar og bæjarfélagsins. Stefnt er að samvinnu við sjúkrahjálfa, almenningiþróttadeild íþróttfélagsins Stjörunnar, sundstaði bæjarins og fleiri. Stefnt er að því að bjóða upp á Hreyfiseðilinn sem meðferðarúrræði í Garðabæ strax haustið 2006. Heilbrigðis- og tryggingamálaráðuneytið mun fylgjast náið með framgangi þessa verkefnis.

Einnig hafa Lýðheilsustöð og Íþróttasamband Íslands tekið upp samstarf og undirbúa verkefni sem hefur það að markmiði að auka þátttöku almennings í hreyfingu. Það samstarf er nýhafið og ekki enn ljóst hvernig verkefninu verður háttáð í smáatriðum en markhópurinn verður fyrst og fremst almenningur, frekar en fólk með langvinn veikindi. Verði ákvörðun tekin um að þróa frekar hugmyndina um hreyfiseðil, mun þetta verkefni geta verið einn af þeim valkostum sem boðið yrði uppá sem langtíma eftirfylgd.

Að mínu mati er mjög mikilvægt að samfélagið í heild stuðli að aukinni hreyfingu almennings einnig áður en veikindi steðja að, því betra er heilt en vel gróið. Því er æskilegt að umhverfið sé þannig úr garði gert að það hvetji til hreyfingar, til dæmis með því að skipuleggja samgöngumannvirki þannig að auðvelt og öruggt sé að ferðast gangandi eða hjólandi milli staða. Einnig felst hvati til hreyfingar í því að hafa góða göngustíga og hjólastíga sem víðast í og við þéttbýli, sem nýtast einstaklingum og fjölskyldum til útivistar í frítíma.

*(Talað orð gildir)*