Röda Korsets 12 bud

Hans K:son Blomquist & Nils Bäckman 2021 02 07

I dagens Corona-tider finns all anledning att ta en titt i den medicinhistoriska backspegeln. Där framträder en bild av människans kamp under 1900-talet och även senare mot smittkoppor, spanska sjukan, tuberkulos, polio, kikhosta, mässling, röda hund, kolera, lunginflammation och andra allvarliga infektionssjukdomar. Framförallt vaccinationer har i hög grad minskat sjukdomsförekomst, funktionshinder, död och ojämlikhet i världen (1).

Hälsoproblemen var omfattande inte minst i norra Sverige. Den stora, unika Norrlandsundersökningen, 1929–31, visade på näringsbrister, som gav anemi och rakit (engelska sjukan). Spädbarnsdödligheten var hög, magtarmsproblem mycket vanliga. tandstatus katastrofalt dåligt. Samtidigt var det sällsynt med många av de sjukdomar som präglar dagens sjukdomspanorama: hjärtinfarkt, fetma och alkoholism (2,3).

Något måste göras.  Behandlingsmöjligheternas var begränsade, vaccin saknades alltså måste andra förebyggande hälsobefrämjande åtgärder prioriteras. Till Norrlandsundersökningen finns därför en bilaga med titeln ”Norrlandshusmodern hjälpreda”. Här ges mycket konkreta råd om graviditet, spädbarnens kost, barnuppfostran, bostadsvård, personlig hälsovård, kostkunskap samt råd om matlagning och konservering av framförallt bär och grönsaker. Dessutom finns ett stort antal recept på nyttig mat (4).

Röda korset\*, som genom åren spelat en viktig roll i otaliga krissituationer, utgav år 1936 tolv hälsobud (bild). Röda korset är inte någon myndighet med rätt att utfärda nationella föreskrifter. Valet att utge rekommendationerna som bud kanske därför skall ses som ett sätt att hänvisa till vårt religiösa arv med förhoppningen att detta skulle ge buden större tyngd och ökad efterlevnad.

Hälsobuden var tillägnade Sveriges ungdom, hem och skolor och understryker bl.a. betydelsen av handtvätt, allmän hygien, tandborstning, kost med grönsaker, regelbunden sömn och motion. Rökning illustreras men kritiseras inte men väl finns en uppmaning att inte spotta. Sannolikt beror den uppmaningen på risken för spridning av infektionssjukdomarna i första hand TBC.

Överlag framstår buden som rimliga och väl avvägda präglade av samma synsätt som Folkhälsomyndighetens aktuella rekommendationer för att minska Corona-virusets spridning. Röda korsets bud imponerar och står sig väl även om nästan 100 år förflutit sedan de utgavs.

* *Röda Korset grundades av den schweiziske bankmannen Henri Dunant, som 1859 såg krigets brutalitet och det mänskliga lidandet på ett slagfält i Solferino, Italien. Henri Dunant upplevde ekonomiska och andra motgångar men fortsatte sitt internationella arbete och delade år 1901 Nobels första fredspris med Frédéric Passy (en av grundarna av franska och europeiska fredsrörelser). Röda korset är idag en av världens största kris- och katastroforganisationer omfattande drygt 190 länder.*

Litteratur:

1. Cohen A. L., Patel M. K., Cherian T. Vaccines work: a reason for celebration and renewed commitment. The Lancet January 30, 2021, sid 398-408.
2. En socialhygienisk undersökning i Västerbottens och Norrbottens län utförd med stöd från Kungl. Medicinalstyrelsen under åren 1929–1931. Lund 1934.
3. Asplund K, Bäckman N. Ohälsa i Norrland på 30-talet. Västerbotten 3/2014.
4. Norrlandshusmoderns hjälpreda utarbetade av tillkallade sakkunniga och utgiven av Kungl. Medicinalstyrelsen. Lund 1934.