

Evelin Ilves

Kas eesti naised on hakanud välismaa mehi kodumaistele eelistama, arutleti äsja lehes. Nii võib paista, kuid mina sellesse ei usu. Eesti mees on sama atraktiivne ja osav kui paljukiidetud eesti nainegi. Heitkem vaid pilk viimasele 16 aastale – seda, mis Eestis korda saadetud, ei suuda luuser ega loll, vaid silmapaistavalt nutikas, andekas ja töökas.

Paraku saime mehe tervisele pühendatud nädalal mõjuva annuse süngeid uudiseid. Kas saame eesti mehe päästmiseks midagi teha või võtame ta kohe looduskaitse alla?

Õige mees ju teeb ja teenib ning sureb auga otse lahinguväljal. Noorelt. Kuid miks nüüd, 16 aastat pärast taasiseseisvumist, käsitleme igapäevaelu ikka veel pigem sõjaseisukorrana, kus elu ja surma piiril rühmamine ongi ülim eneseteostus? Pole olnud mahti aduda, et surm lahinguväljal, kus vastasleer juba mõnda aega puudub, polegi kangelastegu? Loodame.

## Uhke auto ei päästa

Mehed, tegelikult peaks avaldatud must statistika ka teid ennast raputama. Palun mõistke, et näiteks õllekõht pole mingi mehe suuruse näitaja. Et selle näol on tegemist kurja ja aktiivse nn sisesekreetsiooninäärmega, mis toodab naissuguhormoone ja mõjutab seega otseselt teie mehelikkust.

Ei aita tõsiasi, et loodus on meest õnnistanud naistest palju parema hormoonipaketiga, mis kõigiti toetab luustiku ja lihaste harmoonilist arengut ning pärsib rasva ladestumist. «Õlu ja naissuguhormoonid?! Parema, kui ma seda kunagi kuulnud poleks!» ohkas nii mõnigi mees.

Tohtritega rääkides just ses viimases öhkamises mehe kehva tervise põhjus seisnebki. Eesti

mees justkui pelgab teada, mis on tervis. Arsti juurde minnakse eelviimasel tunnil ja naise sunnil.

Arstid aga räägivad, et tavaline on pilt, kus mees tuleb eriarsti konsultatsioonile ning küsimusele võetavate ravimite kohta vastab: on ühed roosad tabletid. Mille jaoks? – see on juba kõrgem pilotaaž, edasi ei tasu küsidagi.

Tõsi, mõni teab, et tal on kõrge kolesterool. Aga mis see on ja miks see halb peaks olema? «Ah, see on doktor Punabi rida.» Selle eest vastutab arst, mitte mina!

Veresoonte lupjumise ja kolesterooli ainevahetuse seos tungib mehe ajju enamasti siis, kui talle jõuab kohale teadmine, et tema mehetunnuse näol ongi sisuliselt tegu ühe suure veresoonega. Kuid selle asemel, et asuda end mehelikult ratsionaalselt oma toitumis- ja liikumisharjumusi ümber kujundades impotentsusest päästma, otsustab enamik eesti mehi põgeneda. Näiteks uhkemasse autosse või õllega teleri ette.

Nii olemegi jõudnud paradoksaalsesse olukorda, kus meie mehed kuni 40. eluaastani annavad meditsiiniliste, seksuaalset võimekust näitavate parameetrite järgi silmad ette pea kõigile teistele Euroopa meestele, kuid pärast seda eapiiri hakkab kõik kiiresti allamäge kukkuma.

Kuni selleni, et 60ndates meeste hulgas huvitub füüsilisest lähedusest tervelt kümme korda vähem eesti mehi kui näiteks samaealiste ameeriklaste hulgas. Meie mees on selleks ajaks juba lootusetult pudelisse põgenenud, ütles üks tuttav poliitik ehmatava avameelsusega.

Tervis pole haiguste puudumine. See on tegelikult kehalise, vaimse ja sotsiaalse heaolu seisund. Muuseas, tänapäeva õnneuurijad defineerivad samade sõnadega ka õnne. Tervis võrdub Õnn? Ja iseenda kätes!

Millest sõltub tervis? Lisaks eluviisile, keskkonnale, arstiabi kättesaadavusele, geenidele – ka sotsiaalsest sidususest. Seega suhetest: perekond, sõbrad, klubidesse või ka kirikusse kuulumine. Lihtsamalt: armastav ja armastatud mees elab kauem ja õnnelikumalt.

## Naise võimalus

Kui asi läheb isiklikuks, käitume me – naised ja mehed – diametraalselt erinevalt. Naised loovad väga lähedasi suhteid (nn sotsiaalse tugiisiku tasemel) võrdselt nii abikaasa, sugulaste kui sõpradega.

Mehed nimetavad pea 70 protsenti juhtudel ainsaks lähedaseks abikaasat või elukaaslast, vaid kümnendikul juhtudel tulevad mängu sugulased või sõbrad. Seega – neil on kogu mäng ühel kaardil, samas kui naised oma riskid hoolega hajutavad.

Maailma Tervishoiuorganisatsioon (WHO) käis mõni aasta tagasi välja mõtte, et mehe tervis ongi tegelikult naiste kätes. Mitte et meestel oleks õigus kogu vastutusest loobuda, vaid igapäevaelus teevad tervist puudutavad valikud just naised. Mida me sööme ja joome, kas spordime, kuidas vaba aega sisustame?

Ja kui me kurdame, et mees pole piisavalt romantiline ega räägi meie kõrvade vajadustele vastavas koguses õrnusi siis – kas me ise oleme paremad? Millal te ütlesite oma mehele, et armastate teda? Oma meessoost kolleegile, et ta näeb hea välja? Kiitsite oma isa tema vanuse kohta hea füüsilise vormi eest? Kardetavasti on sest möödunud hulk aega...

## Olla hoitud tähendab jõudu

Kui miski on pahasti, ei aita põgenemine. Nagu ühiskonna moodustavad mehed ja naised, sõltub ka sootsiumi tervis meist mõlemast. Tõsi on fakt, et mehe organism kohaneb muudatustega raskemalt. Täna seda näeme, et meesteski leidub see miski, mis on õrnem kui naistel.

Õnneks lubab isegi tervisestatistika tunneli lõpus valgust. Eesti mehe keskmine eluiga on küll Euroopa madalamaid, kuid tõusma hakkas see juba mõned head aastad tagasi. Tõus on terav, kindel ja jätkuv. Äsja möödusid meie mehed leedulastest.

Eesti mehed pole kunagi nii kaua elanud kui praegu. Meil abiellutakse jälle ning peredesse sünnib üha rohkem lapsi. Isad nõuavad õigust lapsepuhkusele. Ja tegelikult ei põgene välismaale tööle mehed, vaid hoopis naised.

Veel lähiminekus oli mehe tähtsaim roll ürgmehe omaga sarnane – võidelda ja tuua koju võimalikult priskem saak. Nüüd on salvedes nii mõndagi ja võitlusest tähtsamaks on saamas turvatunne. Hoidmine. Saavutatu hoidmine. Üksteise hoidmine. Meid ümbritseva hoidmine.

Ka meie rahvusspordis kõieveos on vahel taktikaliselt kõige targem see pool, kes õigel hetkel endale hüüab: «Hoia!» Eesti vajab praegu rohkem kui midagi muud, et me hoiaksime.