



# PHYSIO PUNK

VOL 1

**VERDENS LUNGER**

*Theresa Sophia Becker*

OPENPHYSIO | JOURNAL

# VERDENS LUNGER

Theresa Sophia Becker, Bachelorprogrammet i fysioterapi, Institutt for helse- og omsorgsfag, UiT Norges arktiske universitet.

*‘Verdens lunger’ stiller spørsmål ved verdiene og handlingene som har ført verden der avskoging og karbonutslipp har skapt luftforurensning som er så alvorlig at den truer alt liv. Fortellingen beskriver et globalt skifte i verdier grådighet, maktmisbruk og jakt på profitt, mot ekte samarbeid og omsorg for mennesker, planter og dyr. Fortellingen minner oss om at miljøproblemer vil påvirke oss alle - både helsepersonell og pasienter – og vi må stå side om side for å snu utviklinga. Denne fortellingen gir oss ny energi gjennom økt forståelse og anerkjennelse av de sammenvevde forholdene mellom mennesker, anatomi, fysiologi og dagens sosiale og miljømessige problemer. Teksten gir en opplevelse av at å tenke og handle i større målestokk enn den individuelle kroppen gjør det mulig å håndtere kjente problemer på helt nye måter.*



Jeg er trøtt, det er tidlig på morgenen. Jeg går ut av rommet mitt og ned til frokostbordet der kollegaene mine sitter og spiser. I dag er det som vanlig frukt og grønnsaker på menyen. Det finnes så mange ulike, gode frukter. Søte, sure, bitre, alle er forfriskende og jeg gleder meg til å spise. Jeg setter meg ned med de andre og morgenmøtet er i gang. Sjefen går igjennom dagens plan. Vi er 10000 personer som i dag blir delt inn i to grupper med omtrent 5000 personer på hver, og videre inn i mindre grupper. De to hovedgruppene er dyr og planter, - jeg er plassert i plante-

gruppen. Vår jobb er å plante og beskytte det mangfoldige plantelivet i Amazonasregnskogen.

Dette prosjektet begynte i år 2090. Nå som året er 2120 har prosjektet altså 30-års jubileum. I disse 30- årene har det skjedd mye i regnskogen. Det hele startet med at hele verden samlet seg og måtte ta tak. Verden var en dyster plass, der det ikke var noe ren og frisk luft igjen å puste inn.

La meg ta deg tilbake til år 2085. Året regnskogen ble borte, året der de siste kvadratkilometerne med urørt skog var

blitt ødelagt eller helt avskoget. Takket være verdenspolitikken og grådige mennesker som kjemper om å ha mest makt og rikdom. Men hva betyr egentlig makt og penger når jorden vi alle lever på holder på å dø? Riktig, absolutt ingenting. Heldigvis var det en gruppe mennesker som innså dette og tok tak. De bygde hemmelige plantasjer der dyr og planteliv fra regnskogen kunne leve beskyttet, og dermed ikke bli drept eller ulovlig solgt av mennesker. Mange av disse menneskene som startet prosjektet var forskere som forsket på hvordan man kunne bevare ulike plantearter og dyr, slik at de forhåpentligvis en gang kunne være med å bygge opp regnskogen sitt mangfoldige og frodige liv igjen. Du kan nesten si at forskerne var datidens

klarte disse forskerne å samle menneskets befolkning til en samlet dugnad, altså å redde kloden.

Planen som ble laget og fortsatt følges den dag i dag er å plante tilbake og gjenbygge skogen. Dette tar selvfølgelig sin tid. Planen er å plante et område om gangen. I det utvalgte området får plantene og dyrene være i fred i minst 10 år før man ser de første resultatene av et mer frodig landskap. Fra område nummer 1 tar man så plantefrø og dyr som skal bygge opp område nummer 2. Dette område får da være i fred i 10 år. Dette har gitt gode resultater, og nå har dette prosjektet holdt på i 30 år, og man begynner virkelig å se resultatene og forholdene for kloden.

“ **INGEN IDEER ER DUMME, OG DETTE GJØR AT VI ALLE FØLER OSS TRYGG MED Å VÆRE KREATIVE. ... AT FYSIOTERAPIYRKET OG MANGE ANDRE YRKER ER I UTVIKLING SKAPER NYE ARBEIDSPASSER, DER NYE PERSONER KAN HA EN Plass Å VÆRE KREATIV OG KANSKJE FORANDRE VERDEN LITT.** ”

Noah's ark. I stedet for å bygge en stor ark, bygde de altså en diger plantasje. Når verdens ende ikke var langt unna,

På vei inn i regnskogen hører jeg fuglene kvitre i de tre avsperrende områdene som holder på å vokse. I forrige uke samlet vi frø og planter fra de tre områdene som vi nå skal plante i område nr. 4. Etter en times gåtur inn i regnskogen hører jeg de første lydene av vann. Desto mere vi går, desto høyere blir lyden, og desto fuktigere blir luften. I dag er oppgaven å plante frø og planter som hører til rundt elvebredden. Jeg gleder meg og er klar til å sette i gang å plante.

Huff, nå er jeg sliten, trøtt og sulten. De sju timene med planting gikk kjapt. Vi er nå på vei tilbake til camp for å spise og slappe av resten av kvelden. Til tross for den lange arbeidsdagen føler jeg meg ganske bra. Tanken på at jeg har gjort noe nyttig for hele verden i dag, selv om det ikke var noe stort, føles fint. Jeg

elsker at jobben min som fysioterapeut er å bidra til å forandre helsen til mange mennesker. For mange år siden var det mest vanlig at fysioterapeuter så på enkeltindividet sine problemer. Dette er fortsatt vanlig i dagens samfunn, men kalles for «tradisjonell fysioterapi». Jeg, og mange av mine kollegaer har valgt en annen retning innen fysioterapi, nemlig «folkehelse fysioterapi». Her handler det om hele samfunnet sine helseproblemer. Et av helseproblemene er blant annet at mange plages med lungene på grunn av forurenset luft. Dette har ført til en økning i ulike lungesykdommer.

Den skitne luften puster vi inn i lungene, som da fører til helseproblemer som går utover befolkningen hele verden, også dyrene. Min oppgave som fysioterapeut er å forsøke å gjøre luften renere igjen. Dette fører til at færre personer skal slite med lungene og leve et sunnere liv, der de kan være aktive og ute i naturen. Hvis vi tenker oss om, bruker vi lungene våre til alt. Så snart vi kommer til verden er det superviktig at lungene våre fungerer som de skal. Lungene lar oss puste inn oksygen, som vi trenger til mange prosesser i kroppen, samtidig som de fjerner avfallsstoffer som karbondioksid fra kroppen.

Når vi er tilbake på camp, setter vi oss ned ved middagsbordet. Alle er sultne etter den lange arbeidsdagen. Resten av dagen bruker jeg til å slappe av, snakke med venner og ringe hjem til familien før jeg til slutt sovner så snart hodet er rører puten min. Alarmen går, fuglene kvitrer og jeg er klar for en ny og meningsfull dag. Mange av sjefene mine er forskere og synes det er viktig

å forske på nye metoder og teknologi som kan forbedre verden på et bærekraftig vis. I dag skal vi ha en workshop for å finne fram til nye ideer på hvordan vi kan gjenoppbygge regnskogen fortere og mer effektivt. Vi diskuterer i grupper, tegner og skriver. Ingen ideer er dumme, og dette gjør at vi alle føler oss trygge med å være kreative. Hvis man tenker seg om så er det jo nettopp kreativitet som fikk oss menneskene fra såkalte huleboere til der vi er i dag. Kreativitet har skapt mye negativt i verden, slik som forurensing, men det har også skapt håp om å komme seg ut av forurensing og forsøpling.

“

**MÅLET MITT SOM FYSIOTERAPEUT, OG MÅLET ALLE ANDRE FYSIOTERAPEUTER FØR MEG HAR HATT, VIL ALLTID VÆRE DET SAMME; Å FORBEDRE OG FREMME HELSEN TIL MENNESKER. VED Å GJØRE DETTE MÅ MAN TENKE STORT...**

At fysioterapiyrket og mange andre yrker er i utvikling skaper nye arbeidsplasser, der nye personer kan ha en plass å være kreativ og kanskje forandre verden litt. Min arbeidsplass er ny. Det er ikke mange fysioterapeuter som har jobbet i naturen for å bedre menneskets helse. Et par generasjoner før meg satt fysioterapeuter og pratet til

enkeltindivider om hvor viktig det var å være ute i naturen, samtidig som terapeuten selv var inne i sju timer og stirret på de samme fire, hvite veggene. Fysioterapeuter burde være et forbilde og en inspirasjon på at ved å være ute i naturen og ta vare på den, føler man seg kanskje litt bedre. Derfor betyr jobben min spesielt mye for meg. Jeg håper at ved å være ute, og bry meg om klimaet kan jeg føre dette videre til andre mennesker og andre generasjoner som vil passe på vår fantastiske klode.

Arbeidsplassen har i tillegg enda flere fordeler enn å være ute i aktivitet, samtidig som man gjør noe meningsfylt. Den er nemlig også sosial. Det er godt å kunne være med så positive og håpefulle mennesker hver dag, selv om ikke sola skinner hver dag, så skinner alltid menneskene rundt meg. De gir meg energi, og jeg vil rett og slett kalle det får en slags terapi for meg, selv om jeg er fysioterapeut og den som egentlig burde gi terapi. Å være ute, gjøre noe som føles rett for meg, kunne være sosial med dem rundt meg, og i tillegg kalle dette for min jobb, hjelper meg mye mentalt.

Når verdens lederende endelig innså at vi måtte gjøre noe med regnskogen kom det masse forskjellige ideer fra ulike grupper og organisasjoner på

hvordan vi kunne redde den. Det ble anerkjent at det var nødvendig å jobbe i nære partnerskap med urfolk som hadde regnskogen som sitt hjem, siden de kan mye om plantene og dyrene som lever i regnskogen og har tatt vare på dem i lang tid. Nå har de jobbet tett sammen med forskere fra mange forskjellige land i mange år for å restaurere og bygge opp regnskogen på en rask og bærekraftig måte slik at kommende generasjoner kan bo i fred i regnskogen igjen.

I mange generasjoner har fysioterapiyrket hatt en enorm utvikling. Fra å bare se det enkelte individet sine plager, til å fokusere på hele folket sin helse. Hele verden har bidratt med å samarbeide og skape nye arbeidsplasser som fører til gode miljø og kreative tanker. Et samarbeid som dette viser tydelig at alt i verden henger sammen, og når man påvirker en ting som regnskogen, så påvirker vi hundre forskjellige ting som dyr, planter, urbefolkning og ikke minst helse.

Målet mitt som fysioterapeut, og målet alle andre fysioterapeuter før meg har hatt, vil alltid være det samme; å forbedre og fremme helsen til mennesker. Ved å gjøre dette må man tenke stort, og derfor begynner jeg, og mange andre med verdens sine lunger.

## SUGGESTED CITATION

Becker, T.S. (2021). The lungs of the world. In: Maric, F., Nikolaisen, L.J., & Bårdsen, Å. (Eds.). Physiopunk Vol 1. OpenPhysio Journal. <https://doi.org/10.14426/opj/202111pp14>