

ALYTAUS RAJONO SAVIVALDYBĖS TARYBA

**SPRENDIMAS
DĖL BIUDŽETINĖS ĮSTAIGOS ALYTAUS RAJONO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO DIREKTORIAUS 2016 METŲ ATASKAITOS
PATVIRTINIMO**

2017 m. balandžio d. Nr. K-
Alytus

Vadovaudamasi Lietuvos Respublikos vietos savivaldos įstatymo 16 straipsnio 2 dalies 19 punktu, įgyvendinama Alytaus rajono savivaldybės tarybos veiklos reglamento, patvirtinto Alytaus rajono savivaldybės tarybos 2007 m. gruodžio 14 d. sprendimu Nr. K-228 „Dėl Alytaus rajono savivaldybės tarybos veiklos reglamento patvirtinimo“, 214 punktą, Alytaus rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro nuostatų, patvirtintų Alytaus rajono savivaldybės tarybos 2008 m. balandžio 30 d. sprendimu Nr. K-108 „Dėl Alytaus rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro įsteigimo“, 21.8 papunkčiu, Alytaus rajono savivaldybės taryba **n u s p r e n d ž i a**:

Patvirtinti biudžetinės įstaigos Alytaus rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro direktoriaus 2016 metų ataskaitą (pridedama).

Savivaldybės meras

PATVIRTINTA
Alytaus rajono savivaldybės
tarybos 2017 m. balandžio d.
sprendimu Nr. K-

BIUDŽETINĖS ĮSTAIGOS ALYTAUS RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO DIREKTORIAUS 2016 METŲ ATASKAITA

Pagrindinis Alytaus rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro (toliau – biuras) veiklos tikslas – rūpintis savivaldybės gyventojų sveikata, vykdyti savivaldybės visuomenės sveikatos priežiūrą, siekiant mažinti gyventojų sergamumą ir mirtingumą, gerinti gyvenimo kokybę, teikiant kokybiškas visuomenės sveikatos priežiūros paslaugas.

Misija – gerinti Alytaus rajono gyventojų sveikatą, skatinant asmeninę ir bendruomeninę atsakomybę už ją.

Nuo 2014 metų Alytaus rajono savivaldybėje mokinių visuomenės sveikatos priežiūros, visuomenės sveikatos stiprinimo ir visuomenės sveikatos stebėsenos funkcijos yra finansuojamos valstybės biudžeto specialiosios tikslinės dotacijos lėšomis, skirtomis savivaldybės biudžetui Sveikatos apsaugos ministerijos kuruojamoms valstybinėms (valstybės perduotos savivaldybėms) funkcijoms vykdyti.

Visos 2016 m. iš šios dotacijos finansuotos priemonės vykdytos, vadovaujantis galiojančiais teisės aktais, atsakingų institucijų parengtomis metodinėmis rekomendacijomis, atsižvelgiant į paskutiniųjų metų savivaldybės sveikatos stebėsenos rodiklius, gyventojų gyvenimo tyrimų rezultatus, atsižvelgiant į gyventojų, bendruomenių pageidavimus.

Renkantis paslaugos teikimo formą, buvo atsižvelgiama į mokymo metodo efektyvumą, kuruojančių veiklą institucijų metodines rekomendacijas. Visuomenės sveikatos priežiūros funkcijoms ugdymo įstaigose įgyvendinti dažniausiai buvo naudojami užsiėmimai, papildyti aktyvaus mokymosi metodais (interaktyvi paskaita, praktiniai, praktiniai-demonstraciniai užsiėmimai, diskusijos, konkursai, masinės akcijos ir pan.). Vykdamas visuomenės sveikatos stiprinimo ir visuomenės sveikatos stebėsenos funkcijas, metodai ir mokymo priemonės buvo parenkamos, vadovaujantis kuruojančių institucijų metodinėmis rekomendacijomis ir atsižvelgiant į tikslinių grupių (darbingi (dirbantys) asmenys, senjorai ir t. t.) poreikius bei galimybes. Dažniausiai buvo naudojami tie metodai, kurie skatina aktyvų bendravimą, įtraukia gyventojus į veiklas (diskusijos, akcijos), didina motyvaciją keisti įgūdžius, patiems prisiimti atsakomybę už savo sveikatos išsaugojimą, skatina fizinį aktyvumą.

Pagrindinės biuro veiklos buvo vykdomos vadovaujantis išsikeltais 3 pagrindiniais uždaviniais:

1. Užtikrinti koordinuotą visuomenės sveikatos priežiūrą bendrojo ugdymo įstaigose, stiprinant vaikų sveikos gyvensenos įgūdžius ir formuojant teigiamą požiūrį į sveikatą.

2. Vykdyti Alytaus rajono savivaldybės visuomenės sveikatos stebėseną, analizuoti ir vertinti gyventojų sveikatą bei jos pokyčius, gyvensenos įpročius ir jų poveikį sveikatai, aplinką, planuoti ir įgyvendinti visuomenės sveikatos stiprinimo priemones.

3. Stiprinti visuomenės sveikatą Alytaus rajono savivaldybės bendruomenėse, pasitelkiant novatoriškas priemones gyventojų psichinei sveikatai gerinti, fiziniam aktyvumui skatinti, didinti gyventojų informuotumą apie sveikatą ir ligų prevenciją.

Žemiau pateiktoje lentelėje 2016 m. vykdyti uždaviniai parodomi pateikiant veiklas, kurių įgyvendinimas įvertintas kriterijais ir jų vertėmis, įvykdymas išreikštas procentais.

Lentelė

1. Uždavinys		UŽTIKRINTI KOORDINUOTĄ VISUOMENĖS SVEIKATOS PRIEŽIŪRĄ RAJONO UGDYMO ĮSTAIGOSE, STIPRINANT VAIKŲ SVEIKOS GYVENSENOS ĮGŪDŽIUS IR FORMUOJANT TEIGIAMĄ POŽIŪRĮ Į SVEIKATĄ											
Laukiami rezultatai		Alytaus rajono savivaldybės ugdymo įstaigose nuolat vykdoma koordinuota sveikatą stiprinanti veikla, į kurią įtraukiami ne tik vaikai ir mokiniai, bet ir jų tėvai, ugdymo įstaigos bendruomenė. Organizuojami užsiėmimai įvairiomis sveikatą stiprinančiomis temomis, didės ugdymo įstaigų bendruomenių susidomėjimas sveikatos išsaugojimo galimybėmis											
Eil. Nr.	Vertinimo kriterijai	Vertinimo kriterijaus reikšmė											
		Planas				Įvykdyta				Įvykdymo procentas			
		Sveikatos ugdymo ir mokymo renginių (paskaitose, pamokose, diskusijose, debatuose, konkursuose, viktorinose, varžybose ir kituose viešuose renginiuose) dalyvių skaičius (vnt.)	Žodinė, rašytinė ar vaizdinė informacija		Leidiniai (stendai, plakatai), (vnt.)	Sveikatos ugdymo ir mokymo renginių (paskaitose, pamokose, diskusijose, debatuose, konkursuose, viktorinose, varžybose ir kituose viešuose renginiuose) dalyvių skaičius (vnt.)	Žodinė, rašytinė ar vaizdinė informacija		Leidiniai (stendai, plakatai), (vnt.)	Sveikatos ugdymo ir mokymo renginių (paskaitose, pamokose, diskusijose, debatuose, konkursuose, viktorinose, varžybose ir kituose viešuose renginiuose) dalyvių skaičius	Žodinė, rašytinė ar vaizdinė informacija		Leidiniai (stendai, plakatai)
TV ir radijo laidos, video- ir audiosiužetai, (vnt.)	Straipsniai, informaciniai pranešimai, publikacijos periodiniuose leidiniuose ir internete (vnt.)		TV ir radijo laidos, video- ir audiosiužetai, (vnt.)	Straipsniai, informaciniai pranešimai, publikacijos periodiniuose leidiniuose ir internete (vnt.)			TV ir radijo laidos, video- ir audiosiužetai	Straipsniai, informaciniai pranešimai, publikacijos periodiniuose leidiniuose ir internete					
1.	Informavimo veiksmai, iš viso (1.1.–1.2.):	8233	x	29	1060	12032	x	30	1068	146	x	103	100
1.1.	Skirti mokinių, ugdomų pagal ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programas, visuomenės sveikatos priežiūrai, iš viso: (1.1.1.–1.1.5.)	583	x	3	9	674	x	3	12	116	x	100	133
1.1.1.	Sveikatos sauga ir stiprinimas, bendrieji sveikos	153	x	3	3	206	x	3	6	135	x	100	200

	gyvensenos ir ligų prevencijos klausimai												
1.1.2.	Sveika mityba ir nutukimo prevencija	100	x	x	x	111	x	x	x	111	x	x	x
1.1.3.	Užkrečiamųjų ligų profilaktika, asmens higiena	230	x	x	x	287	x	x	x	125	x	x	x
1.1.4.	Ėduonies profilaktika ir burnos higiena	100	x	x	3	71	x	x	3	71	x	x	x
1.1.5.	Traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencija	x	x	x	3	110	x	x	3	100	x	x	x
1.2.	Skirti mokinių, ugdomų pagal pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo programas, visuomenės sveikatos priežiūrai (1.2.1.–1.2.10.)	7650	x	26	1051	11358	x	27	1056	148	x	104	100
1.2.1.	Sveikatos sauga ir stiprinimas, bendrieji sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos klausimai	720	x	11	1013	3248	x	10	1014	451	x	91	100
1.2.2.	Sveika mityba ir nutukimo prevencija	1100	x	1	x	1232	x	1	x	112	x	100	x
1.2.3.	Fizinis aktyvumas	50	x	x	x	64	x		x	128	x	x	x
1.2.4.	Psichikos sveikata (smurto, savižudybių prevencija, streso kontrolė ir kt.)	900	x	3	x	1115	x	3	x	124	x	100	x
1.2.5.	Aplinkos sveikata	840	x	1	x	614	x	1	x	73	x	100	x

1.2.6.	Rūkymo, alkoholio ir narkotikų vartojimo prevencija	60	x	1	11	111	x	1	14	185	x	100	127
1.2.7.	Lytiškumo ugdymas, AIDS ir lytiškai plintančių ligų prevencija	780	x	x	x	825	x	x	x	106	x	x	x
1.2.8.	Užkrečiamųjų ligų profilaktika, asmens higiena	2200	x	6	x	4023	x	7	x	183	x	116	x
1.2.9.	Ėduonies profilaktika ir burnos higiena	550	x	3	13	269	x	4	14	49	x	133	100
1.2.10	Traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencija	450	x	x	14	471	x	x	14	105	x	x	100

„X“ - vertinimo kriterijus nebuvo planuotas.

Papildoma informacija apie 1 uždavinio tikslams pasiekti naudotas priemones:

- Kuprinių svėrimo akcija „Ar ne per sunki mokinio kuprinė?“

Gera vaiko savijauta bei sveikata yra vienas svarbiausių jo normalaus vystymosi aspektų. Tik sveikai besijaučiantis vaikas gali būti aktyvus, gebėti lengvai prisitaikyti prie besikeičiančios aplinkos ir sėkmingai įveikti gyvenimo sunkumus. Deja, pastaruoju metu mokinių sergamumas tik didėja, o daugiametė mokinių sveikatos duomenų analizė rodo didelį vaikų stuburo ir laikysenos sutrikimą. Pastaraisiais metais ydinga kūno laikysena yra viena pagrindinių griaučių bei raumenų sistemos vystymosi problemų. Jau penkerius metus iš eilės kiekvieną rugsėjį Alytaus rajono mokyklose vykdoma kuprinių svėrimo akcija „Ką kuprinėje neši?“.

Šios akcijos tikslas – įvertinti mokinių nešiojamų kuprinių svorį, siekiant išvengti vaikų laikysenos sutrikimų dėl per didelio kuprinių svorio. Analizuojant jau vykdytų kuprinių svėrimų duomenis (2011–2016 m.), pastebima teigiama nešiojamų kuprinių svorio tendencija, t. y. vis mažiau vaikų nešioja per sunkias kuprines.

- Projektas „Gardumiada“

Tęsiant paskutiniųjų septynerių metų tradiciją, pavasaris Alytaus rajone skelbiamas pavasariu prieš patyčias mokyklose. Patyčių problema yra

globalus antisocialinis reiškinys, kurio mastus, kaip rodo įvairūs atlikti moksliniai tyrimai, nėra lengva sumažinti.

Šios netradicinio ugdymo dienos pagrindinė mintis ir tikslas išlieka tęstiniai, nekintantys – formuojant mokinių vertybines nuostatas, akcentuojant bendruomeniškumo ir savitarpio pagalbos svarbą, skatinant šiltus tarpusavio santykius ir bendradarbiavimą, didinti mokyklos bendruomenėje saugumo pojūtį, tuo pačiu mažinant polinkį patyčioms ir smurtui.

- **Pedikuliozės profilaktika**

Pedikuliozė (utėlėtumas) – tai užsikrėtimas utėlėmis. Užsikrėsti gali visų socialinių grupių asmenys, invazijai neturi įtakos nei plaukų ilgis, nei plaukų šukavimo ar trinkimo dažnis. Dažniausiai utėlėmis užsikrečiama sąlyčio su utėlėtais žmonėmis metu vaikų kolektyvuose, perpildytame transporte, keičiantis drabužiais, patalyne, šukomis, šepetiais, ausinėmis.

Patikrinimai dėl pedikuliozės atliekami po rudens, žiemos ir pavasario atostogų ir pagal epidemiologines reikmes. Reguliariai ir atsakingai vykdydami pedikuliozės prevenciją, visuomenės sveikatos priežiūros specialistai užkerta kelią epideminėms situacijoms ugdymo įstaigose. Prieš kiekvieną patikrinimą mokiniai informuojami apie tai, kas bus daroma ir kodėl tai reikia daryti.

2016 m. buvo nustatomi pavieniai užsikrėtimai utėlėmis, epideminių situacijų išvengta.

- **„Kūrybinės dirbtuvės sveikatos tema“**

Biuras ketvirtus metus iš eilės kvietė į sveikatos išsaugojimo dalykus žvilgtelėti kūrybiškai ir tapti metų kalendoriaus bendraautoriumi. Mokiniais tereikėjo prakalbinti dailininko nupieštos istorijos herojus, sukuriant jiems vardus, istorijas ar dialogus. Tai viena iš daugiausiai vaikų dėmesio sulaukusi sveikatos ugdymo priemonė. Alytaus rajono visuomenės sveikatos biuro specialistai yra įsitikinę, kad sveikatos ugdymas privalo būti novatoriškas, vaikams patrauklus ir įtraukiantis. Įrodyta, kad teorinių užsiėmimų metu įsisavinama tik iki 5-10 proc. informacijos, kuri labai greit yra pamirštama. Prevencinėse veiklose rekomenduojama naudoti praktinius, kūrybinius, bendradarbiavimą skatinančius užsiėmimus, novatoriškas veiklas. Aktyvus ir netradiciniai metodai yra efektyvesni, jie verčia mokinius kritiškai mastyti, spręsti problemas, savarankiškai ieškoti informacijos.

- Ieškant novatoriškų sveikatos ugdymo priemonių, siekiama didinti asmens higienos (ypač rankų) įgūdžius tarp mokyklos bendruomenės narių, taip mažinant sergamumą infekcinėmis ligomis, 2016 metais buvo tęsiama vykdyti priemonė **„Ant mūsų rankų bakterijoms ir virusams vietos nėra“**, kuri dar 2015 metais tarptautinėje užkrečiamų ligų konferencijoje buvo apdovanota kaip geriausia.

- **Vaikų krūminių dantų dengimo silantinėmis medžiagomis programos skatinimas**

Burnos higiena ir burnos ligų (ypač dantų ligų) prevencija – viena iš prioritetinių visuomenės sveikatos biuro kryptių.

Lietuvos sveikatos mokslų universiteto (LSMU) specialistų prieš keletą metų atlikti išsamūs tyrimai parodė, kad daugiau negu 90 proc. kai kurių amžiaus grupių vaikų dantys yra pažeisti ėduonies. Pasak dantų priežiūros specialistų, nuo tada padėtis nepasikeitė. Labiausiai liūdina tai, kad nuo 2005 metų Lietuvoje yra įgyvendinama valstybinė Vaikų krūminių dantų dengimo silantinėmis medžiagomis programa (toliau – Programa), kuri lauktų rezultatų kol kas nedavė. Specialistai teigia, jog laiku ir tinkamai padengus vaikų dantis silantais, karieso atsiradimo tikimybė sumažėja 80–90 procentų.

Pagrindinis siekis – skatinant valstybinės Vaikų krūminių dantų dengimo silantinėmis medžiagomis programos vykdymą, mažinti dantų ėduonies paplitimą tarp savivaldybės tikslinės grupės vaikų (6–14 m.).

Visuomenės sveikatos priežiūros specialistai skelbė konkursą, kurio metu pagal poreikį ir galimybes vyko programos skatinimas ir tikslinės grupės vaikų dantų padengimas silantais. Konkurse dalyvavo ir moksleivių tėvai savarankiškai, bet su paskatinimu, palydėję vaikus pas odontologą arba organizuotai pasitelkus biuro ir mokyklos komandą, tėvams (globėjams) pasirašius sutikimus vaikai buvo palydėti tam, kad jų dantys būtų padengti silantinėmis medžiagomis. Priemonė, kurios metu informacijos srautas pasiekia visus: vaikus, mokytojus, tėvus, pasirodė veiksminga. Jau pirmaisiais akcijos vykdymo metais įvyko tai, ką buvo sunku prognozuoti. Vaikų, kuriems silantinėmis medžiagomis buvo padengti dantukai padaugėjo trigubai. Antrais ir trečiais metais vykdyta akcija įnešė stabilumo - nemokama programa pasinaudojo virš trisdešimt procentų savivaldybės tikslinės grupės vaikų. Apibendrinant 2016 metų programos rezultatus galima pasidžiaugti, kad šiais mokslo metais savivaldybės ugdymo įstaigose yra net keturios pirmokų klasės „šimtukininkės“, kuriose silantinėmis medžiagomis padengti visų mokinukų dantys. Tai Daugų Vlado Mirono ir Simno gimnazijų I a klasių mokinukai bei Butrimonių gimnazijos ir Punios pagrindinės mokyklos-daugiafuncio centro pirmokai.

2. Uždavinys	VYKDYTI ALYTAUS RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS STEBĖSENĄ, ANALIZUOTI IR VERTINTI GYVENTOJŲ SVEIKATĄ BEI JOS POKYČIUS, GYVENSENOS ĮPROČIUS IR JŲ POVEIKĮ SVEIKATAI, APLINKĄ, PLANUOTI IR ĮGYVENDINTI VISUOMENĖS SVEIKATOS STIPRINIMO PRIEMONES		
Laukiami rezultatai	Sistemiškai renkami ir analizuojami visuomenės sveikatos stebėsenos duomenys apie gyventojų sveikatos būklę, demografinę situaciją, gyvensenos įpročius, aplinkos veiksnius. Įvertinama mokinių sveikata bei jos pokyčiai. Remiantis stebėsenos duomenimis, numatytos ateinančių metų sveikatos stiprinimo kryptys. Pateikta informacija ir rekomendacijos visuomenei ir sveikatos politikos formuotojams apie Alytaus rajono savivaldybės gyventojų sveikatos gerinimą. Didės gyventojų informuotumas sveikatos išsaugojimo klausimais bei apie valstybės finansuojamas prevencines programas		
	Priemonės	Vertinimo kriterijų reikšmės	Vertinimo kriterijai
Bendruomenės sveikatos būklės duomenų rinkimas, analizė ir pokyčių vertinimas per trejus metus		Surenkama ne mažiau 90 proc. pagrindinių ir ne mažiau 70 proc. papildomų stebėsenos programoje numatytų duomenų	100
Visuomenės sveikatos stebėsenos 2015 m. duomenų analizės ir ataskaitos parengimas bei pateikimas tvirtinti		Laiku pateikta 1 kasmetinė stebėsenos ataskaita	100
Moksleivių sveikatos stebėseną		1 ataskaita apie moksleivių sveikatą iš vaiko sveikatos pažymėjimo,	100
Informacinių pranešimų parengimas apie rajono gyventojų sveikatos būklę, atliktus tyrimus ir jų rezultatus savivaldybės administracijai, mokykloms, visuomenei internete, spaudoje		2 pranešimai apie gyventojų sveikatos būklę, 2 pranešimai apie moksleivių sergamumą	100 100

3. Uždavinys		STIPRINTI VISUOMENĖS SVEIKATĄ ALYTAUS RAJONO SAVIVALDYBĖS BENDRUOMENĖSE, PASITELKIANČIAS NOVATORIŠKAS PRIEMONES DIDINANT GYVENTOJŲ FIZINĮ AKTYVUMĄ, STIPRINANT PSICHINĘ SVEIKATĄ, BEI DIDINTI GYVENTOJŲ INFORMUOTUMĄ APIE SVEIKĄ GYVENIMO BŪDĄ IR LIGŲ PREVENCIJĄ											
Laukiami rezultatai		Padidėjęs gyventojų informuotumas sveikos gyvensenos klausimais bei informuotumas apie lėtinių neinfekcinių ir užkrečiamų ligų profilaktiką. Dalyvavimas patraukliose gyventojams visuomenės sveikatos veiklose didina gyventojų fizinį aktyvumą, sveikos mitybos įgūdžius ir didina kitas aktualias žinias sveikatos išsaugojimo srityje											
Eil. Nr.	Vertinimo kriterijai	Vertinimo kriterijaus reikšmė											
		Planas				Įvykdyta				Įvykdymo procentas			
		Sveikatos ugdymo ir mokymo renginių (paskaitose, pamokose, diskusijose, debatuose, konkursuose, viktorinose, varžybose ir kituose viešuose renginiuose) dalyvių skaičius (vnt.)	Žodinė, rašytinė ar vaizdinė informacija		Leidiniai (stendai, plakatai, (vnt.)	Sveikatos ugdymo ir mokymo renginių (paskaitose, pamokose, diskusijose, debatuose, konkursuose, viktorinose, varžybose ir kituose viešuose renginiuose) dalyvių skaičius (vnt.)	Žodinė, rašytinė ar vaizdinė informacija		Leidiniai (stendai, plakatai), (vnt.)	Sveikatos ugdymo ir mokymo renginių (paskaitose, pamokose, diskusijose, debatuose, konkursuose, viktorinose, varžybose ir kituose viešuose renginiuose) dalyvių skaičius	Žodinė, rašytinė ar vaizdinė informacija		Leidiniai (stendai, plakatai)
TV ir radijo laidos, video- ir audiosiužetai, (vnt.)	Straipsniai, informaciniai pranešimai, publikacijos periodiniuose leidiniuose ir internete (vnt.)		TV ir radijo laidos, video- ir audiosiužetai, (vnt.)	Straipsniai, informaciniai pranešimai, publikacijos periodiniuose leidiniuose ir internete (vnt.)			TV ir radijo laidos, video- ir audiosiužetai	Straipsniai, informaciniai pranešimai, publikacijos periodiniuose leidiniuose ir internete					
7.	Informavimo veiksmai, iš viso: (7.1.–7.9.)	1695	3	20	2300	3374	3	56	2300	199	100	280	100
7.1.	Sveikatos sauga ir stiprinimas, bendrieji sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos klausimai	215	1	3	x	871	1	4	200	405	100	133	100
7.2.	Sveika mityba ir nutukimo prevencija	260	x	1	x	404	x	1	x	155	x	100	x
7.3.	Fizinis aktyvumas	850	x	3	x	1617	x	4	x	190	x	133	x

7.4.	Psichikos sveikata (smurto, savižudybių prevencija, streso kontrolė ir kt.)	50	x	1	x	211	x	4	x	422	x	400	x
7.5.	Aplinkos sveikata	x	x	1	x	30	x	29	x	100	x	290	x
7.6.	Rūkymo, alkoholio ir narkotikų vartojimo prevencija	50	2	2	1000	72	2	2	1000	144	100	100	100
7.7.	Užkrečiamųjų ligų profilaktika, asmens higiena	x	x	3	x	x	x	6	x	x	x	200	x
7.8.	Kraujotakos sistemos ligų profilaktika	270	x	3	1000	311	x	2	800	115	x	67	80
7.9.	Onkologinių ligų profilaktika	x	x	3	300	x	x	4	300	x	x	133	100

Papildoma informacija apie 3 uždavinio tikslams pasiekti naudotas priemones:

- **Fizinio aktyvumo skatinimas – sveikatingumo mankštos, šiaurietiškojo ėjimo užsiėmimai**

Fizinis aktyvumas stiprina sveikatą ir bet kokia jo aktyvumo forma lavina funkcinis gebėjimus teikdama naudą žmogaus organizmui. Mankštos metu privertus dirbti raumenis, jie perduoda šilumą sąnariams, kurie sušilę lengviau juda. Pats judėjimas skatina širdies veiklą, kuri į smegenis siunčia daugiau deguonies, o jis būtinas gerai smegenų veiklai. Šiaurietiškas ėjimas – ne tik raumenis sutvirtinantis ir sąnarius pramankštinantis užsiėmimas, bet ir širdies darbą gerinanti mankšta. Jis ypač tinka vyresnio amžiaus žmonėms, kurie dėl sveikatos negalavimų negali bėgioti ar užsiimti kitu sportu. Ėjimas, atsispiriant lazdomis, „įdarbina“ daugiau nei 90 proc. viso kūno raumenų, tačiau neapsunkina nugaros ir sąnarių.. Šiaurietiško ėjimo entuziastai teigia, kad tai suteikia žvalumo, praskaidrina mintis ir pakelia nuotaiką. Visuomenės sveikatos biuro specialistai nuolat vykdo fizinį aktyvumą skatinančias veiklas bendruomenėse, 2016 metais makštintis su įvairiu sportiniu inventoriumi (svareliais, mažais ir dideliais kamuoliais, lazdomis, gumomis) ir šiaurietišškai vaikščioti buvo įtraukta 12 aktyvių Alytaus r. bendruomenių. Šiaurietišškai vaikščiojo: Butrimonių, Šimno, Luksnėnų, Genių, Radžiūnų, Verebiejų gyventojai, mankštinosi: Santaikos, Krokialaukio, Vaisodžių, Daugų ir Kumečių, Parėčėnų gyventojai.

- **Akcija „Nespėliok. Geriau susiskaičiuok“**

Alytaus rajono sveikatos biuras jau trečią kartą kvietė gyventojus didinti fizinį aktyvumą bent einant, skelbė akciją „Nespėliok. Geriau susiskaičiuok“, kurioje kvietė dalyvauti visus: ir fiziškai aktyvius, ir įsitikinusių savo pakankamu judrumu, tiek ir tuos, kurie dar tik ketina gyventi aktyviau. Siekiant vaikščiojimu pasiekti teigiamų sveikatos pasikeitimų, reiktų skaičiuoti žingsnius: kiek nueinama ir koku greičiu. Įsitikinusiems savo kasdieniu judrumu žingsnių skaičiavimas padėtų išsiaiškinti tiesą, galbūt nužingsniuojama ne tiek daug, kiek įsivaizduojama. Be abejo, žingsnius galima skaičiuoti ir mintyse arba net pusbalsiu. Tokia savotiška meditacija net rekomenduojama į nerimą, baimes linkusiems, pervargusiems žmonėms, tačiau geriausias būdas sužinoti kasdien nueitą kelią ir jį įvertinti žingsniais arba kilometrais – žingsniamatis – mažas prietaisas, nešiojamas su savimi, gana tiksliai padės įvertinti fizinį aktyvumą. 2016 metais akcijos metu atsirado galimybė išsinuomoti ne tik žingsniamatį, bet ir kur kas šiuolaikiškesnį prietaisą – aktyvumo asistentą (apyrankę).

- **Sveikos mitybos varžytuvės**

Tyrimų duomenimis, gyventojai nepakankamai dažnai vartoja šviežias daržoves ir vaisius, tačiau gausiai lėkštes pripildo riebios mėsos ir tokių pat padažų, be saiko mėgaujasi saldumynais. Nereto lietuvio dienos racioną 40 proc. ir daugiau sudaro riebalinės kilmės kalorijos, ne tik didinančios antsvorio tikimybę, bet ir tiesiu keliu nukreipiančios širdies ir kraujagyslių sistemos sutrikimų link. Sveikatos specialistai ragina vartoti kuo įvairesnį, daugiausia augalinės kilmės maistą, pasižymintį vitaminų ir mineralinių medžiagų gausa. Alytaus rajono visuomenės sveikatos biuras vadovaujasi taisykle, jog ne kalbėti apie sveiką maistą reikia, o mokytis jį gaminti, todėl 2016 metais penktą kartą rajono gyventojus kvietė į maisto gamybos varžytuves, kurių metu buvo diskutuojama sveikatos mitybos tema bei mokomasi gaminti sveikiau.

- Reguliarūs (tęstiniai) sveikatinimo renginiai (teoriniai / praktiniai) Daugų III-iojo amžiaus universitete ir Alovės bendruomenėje „Susiedai“ sudaro geresnes sąlygas sutvirtinti sveikos gyvensenos nuostatas bei įgūdžius nei atsitiktiniai, pavieniai renginiai, todėl biuras jau 2015 metų pabaigos stengiasi susocialiniais partneriais susitarti dėl reguliarių, tęstinių veiklų.

- **„Dvi „B“ sveikatos labui“.**

Biuras ir biblioteka. Dvi „B“ sveikatos labui. 2014 metais prasidėję projektas, kurio esmė glaudus biuro ir rajono viešosios bibliotekos bendradarbiavimas. Kad biblioteka – puiki vieta rinktis bendruomenei, žinomas dalykas, tačiau, kad biblioteka – puiki vieta sveikatinančio

pobūdžio renginiams ir net gi fizinio aktyvumo užsiėmimams – pradėioje buvo naujas reiškinys, taėiau 2016 metais bendri biuro ir bibliotekos renginiai, kvieėiantys ir skatinantys keisti gyvenimo bėdą, kontroliuoti rizikos veiksnius, nulemianėius ligų vystymąsi, įvyko 70 procentų visų bibliotekos filialų.

- **„Keliaujanti sveikatos palapinė“.**

Alytaus rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras 2016 metų vasarą jau aštuntus metus naujam vasaros sezonui prikėlė įstaigos vizitine kortele tapusią „Keliaujanėią sveikatos palapinę“. Per septynerius metus palapinėje apsilankė ne vienas tūkstantis gyventojų. Kiekvienais metais ji tokia pat ir tuo paėiu kitokia. Vienoje ar kitoje Alytaus rajono gyvenvietėje ryte „išdygsta“ palapinė - „Keliaujanti sveikatos palapinė“, kurioje iki vėlyvos popietės laukiami visi: tiek vaikai , tiek vyresnio amėiaus žmonės. Dėiugu, kad rajono gyventojai jau puikiai žino, kad palapinėje negydo, nerašo receptų, o palapinėje perspėja ir įspėja, pataria ir kartais pabara. Gliukozės, cholesterolio ir trigliceridų tyrimai-testai kraujyje. Kad ir kaip biuro specialistai norėtų šią procedūrą palikti praeiėiai ir skatina gyventojus tai reguliariai atlikti stacionariose asmens sveikatos prieėiūros įstaigose, taėiau nepavyksta. Saugodami paskutinių ketverių–penkerių metų apsilankymų palapinėje „įrodymus“ – šių tyrimų rezultatus, lankytojai pageidauja tęsti šių rodiklių dinamikos stebėjimą ir „palapinėje“. Ilgiausia eilė nusidriekia prie bene įdomiausio tyrimo atliekamo kūno sudėties svarstyklių pagalba. Šio tyrimo metu galima suėinoti ne vien svorį, taėiau ir kūno riebalų, skysėių kiekį, raumenų bei kaulų masę ir, netgi, metabolinį organizmo amėių. 2016 metais palapinėje, kaip naujovės buvo pristatyti jėgos bei plauėių tūrio matavimai. Vienas paprasėiausių ir greiėiausių tyrimų – rankos ir pirštų jėgos matavimas dinamometru. Šiuo paprastu metodu galima pastebėti pirmuosius rankos silpnumo požymius bei įtarti tokius negalavimus kaip riešo kanalo sindromą, sausgyslių suėalojimą, nervų ar raumenų sutrikimus. Plauėių tūrio matavimas, padedantis įspėti bronėų astmą, diagnozuoti plauėių ligas. Iškvėpimo metu yra pamatuojama gyvybinė plauėių talpa po maksimalaus įkvėpimo.

- **„Galvotos morkos“.**

Suprasdamas, kad sveikatos propagavimas turi bėti inovatyvus, įdomus ir pateikiamas adekvaėiai pagal gyventojų amėiaus grupes ir gyvenimo bėdo ypatybes, 2016 m. didesnis nei pastaraisiais metais dėmesys buvo skiriamas priemonėms internete, ypaė socialiniame tinkle „Facebook“. Proto makėstomis paremtas tėtstinis žaidimas „Galvotos morkos“ jau nuo pirmųjų savaiėių sulaukė didelio socialinio tinklapio naudotojų dėmesio.

Projektinė veikla

1. Alytaus rajono visuomenės sveikatos biuras kaip partneris kartu su Lazdijų rajono ir Druskininkų sveikatos biurais bei Kalvarijos savivaldybės administracija 2016 m. baigė vykdyti projektą „Sveikatos priežiūros paslaugų teikimo mokyklose ir ikimokyklinio ugdymo įstaigose gerinimas Lazdijų rajono, Druskininkų, Alytaus rajono ir Kalvarijos savivaldybėse“, finansuojamą iš 2009–2014 m. Norvegijos finansinio mechanizmo programos Nr. LT11 „Visuomenės sveikatai skirtos iniciatyvos“.

Igyvendinus projektą Alytaus rajone atnaujinti ir visomis būtinausiomis priemonėmis aprūpinti 7 bendrojo lavinimo mokyklų sveikatos kabinetai, 4 kabinetuose atlikti remonto darbai. Projekto nauda Alytaus rajonui – 45837,47 Eur.

2. Biuras kaip partneris dalyvavo bendruomenių (Luksnėnų kaimo bendruomenė „Drūtas dzūkas“, Bendruomeninė organizacija „Dainavos kaukas“, Žagarių ir Mikalavo kaimų bendruomenės) vykdytuose projektuose, finansuotuose Kūno kultūros ir sporto departamento, Socialinės apsaugos ir darbo bei Žemės ūkio ministerijų projektams skirtomis lėšomis.

3. Biuras pats įgyvendino ir kaip partneris prisidėjo prie savivaldybės Visuomenės sveikatos specialiosios programos lėšomis finansuotų projektų.

Kita svarbi informacija

1. Biuro projektas „Balioniada“ buvo įvertintas ir apdovanotas kaip vienas geriausių Vidaus reikalų ministerijos organizuojamame Nusikaltimų ir kitų teisės pažeidimų prevencijos projektų konkurse.

2. Alytaus rajono visuomenės sveikatos biuro direktorę Dalią Kitavičienę 2016 m. pabaigoje padėka apdovanojo Lietuvos Respublikos Prezidentė. Prezidentės globojamos kampanijos „Už saugią Lietuvą“ veiklos metu biuro vadovė, dalindamasi savivaldybės gerąja patirtimi apie priklausomybių programos vykdymą ir pavyzdžiais, aplankė ne vieną savivaldybę ir ne vieną įstaigą, kuri taip ketina padėti priklausomiems asmenims.

3. Respublikiniame seminare „Tabako kontrolė... atsakas į pasaulinę tabako pandemiją“ (Trakai, Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras) biuro direktorė skaitė pranešimą „Tabako kontrolė ir rūkymo prevencija pasaulyje. Įvairių šalių patirtis: nuo radikalių draudimų iki neįprastų akcijų“.

Laukiami rezultatai

Šioje ataskaitoje įgyvendintos priemonės duos tokių rezultatų:

- Padidės Alytaus rajono savivaldybės gyventojų domėjimasis savo sveikata ir jos išsaugojimo galimybėmis.
- Didės lėtinių neinfekcinių ligų ir traumų prevencijos galimybės.
- Mažės gyventojų sergamumas užkrečiamomis ligomis.
- Bus metodiškai koordinuojama visuomenės sveikatos priežiūra mokyklose.
- Atsižvelgiant į sveikatos stebėsenos rodiklius, bus išskiriamos prioritetingos rajono sveikatos sritys.

Alytaus rajono savivaldybės
visuomenės sveikatos biuro direktorė

Dalia Kitavičienė

AIŠKINAMASIS RAŠTAS
DĖL ALYTAUS RAJONO SAVIVALDYBĖS TARYBOS SPRENDIMO PROJEKTO „DĖL
BIUDŽETINĖS ĮSTAIGOS ALYTAUS RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS
SVEIKATOS BIURO DIREKTORIAUS 2016 METŲ ATASKAITOS PATVIRTINIMO“

2017 m. kovo 27 d.

Alytus

Alytaus rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro nuostatų, patvirtintų Alytaus rajono savivaldybės tarybos 2008 m. balandžio 30 d. sprendimu Nr. K-108, 21.8 papunktyje numatyta, kad Alytaus rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras teikia steigėjui tvirtinti metines ataskaitas, todėl teikiama tvirtinti biudžetinės įstaigos Alytaus rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro direktoriaus 2016 metų ataskaita.

Ataskaitoje pateikiama visa Alytaus rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro 2016 metų veiklos santrauka pagal atskiras veiklos sritis, pateikiama statistika, įvykdyti darbai, laukiami rezultatai.

Alytaus rajono visuomenės
sveikatos biuro direktorė

Dalia Kitavičienė