

ALYTAUS RAJONO SAVIVALDYBĖS TARYBA

**SPRENDIMAS
DĖL BIUDŽETINĖS ĮSTAIGOS ALYTAUS RAJONO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO DIREKTORIAUS 2017 METŲ ATASKAITOS
PATVIRTINIMO**

2018 m. balandžio d. Nr. K-
Alytus

Vadovaudamasi Lietuvos Respublikos vietos savivaldos įstatymo 16 straipsnio 2 dalies 19 punktu, įgyvendindama 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 papunktį, 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 2017 metų ataskaitą (pridedama).

Savivaldybės meras

PATVIRTINTA
Alytaus rajono savivaldybės
tarybos 2018 m. balandžio d.
sprendimu Nr. K-

BIUDŽETINĖS ĮSTAIGOS ALYTAUS RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO DIREKTORIAUS 2017 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 2017 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, kuriojančių 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 kuriojančių 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 4 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.

4. Teikti psichosocialinę pagalbą Alytaus rajono gyventojams.

Žemiau pateiktoje lentelėje 2017 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.):	8510	2	59	2265	10578	2	60	2438	124,30	100,00	101,69	107,64
1.1.	Skirti mokinių, ugdomų pagal ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programas, visuomenės sveikatos priežiūrai, iš viso: (1.1.1.–1.1.5.)	210	x	6	15	386	x	6	15	183,81	x	100,00	100,00
1.1.1.	Sveikatos sauga ir stiprinimas, bendrieji sveikos	x	x	2	3	x	x	2	3	x	x	100	100

	gyvensenos ir ligų prevencijos klausimai												
1.1.2.	Sveika mityba ir nutukimo prevencija	70	x	1	3	107	x	1	3	152,86	x	100,00	100,00
1.1.3.	Užkrečiamųjų ligų profilaktika, asmens higiena	70	x	1	6	168	x	1	6	240,00	x	100,00	100,00
1.1.4.	Ėduonies profilaktika ir burnos higiena	70	x	2	3	111	x	2	3	158,57	x	100,00	100,00
1.2.	Skirti mokinių, ugdomų pagal pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo programas, visuomenės sveikatos priežiūrai (1.2.1.–1.2.10.)	8300	2	53	2250	10192	2	54	2423	122,80	100,00	101,89	107,69
1.2.1.	Sveikatos sauga ir stiprinimas, bendrieji sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos klausimai	1800	2	6	1020	2028	2	7	1050	112,67	100,00	116,67	102,94
1.2.2.	Sveika mityba ir nutukimo prevencija	1300	x	6	15	1269	x	6	15	97,62	x	100,00	100,00
1.2.3.	Fizinis aktyvumas	700	x	3	x	703	x	3	x	100,43	x	100,00	x
1.2.4.	Psichikos sveikata (smurto, savižudybių prevencija, streso kontrolė ir kt.)	1300	x	6	500	1237	x	6	605	95,15	x	100,00	121,00
1.2.5.	Aplinkos sveikata	300	x	6	x	350	x	5	x	116,67	x	83,33	x
1.2.6.	Rūkymo, alkoholio ir narkotikų vartojimo prevencija	1300	x	6	15	1272	x	6	15	97,85	x	100,00	100,00

1.2.7.	Lytiškumo ugdymas, AIDS ir lytiškai plintančių ligų prevencija	700	x	3	x	935	x	1	x	133,57	x	33,33	x
1.2.8.	Užkrečiamųjų ligų profilaktika, asmens higiena	2000	x	10	500	2128	x	7	546	106,40	x	70,00	109,20
1.2.9.	Ėduonies profilaktika ir burnos higiena	200	x	5	200	270	x	8	192	135,00	x	160,00	96,00
1.2.10	Kitos	x	x	2	x	x	x	5	x	x	x	250,00	x

„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 (2011–2017 m.), pastebima teigiama nešiojamų kuprinių svorio tendencija, t. y. vis mažiau vaikų nešioja per sunkias kuprines.

- Projektas „**Tinkliada**“

Tešiant paskutiniųjų aštuonerių 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. Ši daugiametė iniciatyva 2015 metais Vidaus reikalų ministerijos organizuotame konkurse „Nusikaltimų prieš vaikus ir pagyvenusius žmones prevencinės iniciatyvos“, buvo apdovanota ir paminėta tarp geriausių pristatytų projektų.

- **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, šepečiais, 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.

2017 m. nustatytų pedikuliozių atvejų skaičius padidėjo. Didžioji dalis atvejų buvo pakartotiniai užsikrėtimai. Bendradarbiaujant su ugdymo įstaigų administracija, vaiko teisių skyriaus, seniūnijų darbuotojais epideminių situacijų buvo išvengta.

- **„Kūrybinės dirbtuvės“**

Biuras penktus metus iš eilės kvietė į sveikatos išsaugojimo dalykus žvilgtelėti kūrybiškai ir tapti metų kalendoriaus bendraautoriumi. Mokiniam reikėjo „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, 2017 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 krypčių.

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 įgyvendinta valstybinė Vaikų krūminių dantų dengimo silantinėmis medžiagomis programa (toliau – Programa), lauktų rezultatų kol kas nedavė, nors 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 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. Vaikų, kuriems silantinėmis medžiagomis buvo padengti dantys padaugėjo trigubai.

- **Pirmoji mokinių konferencija „Išgirskite mus“**

Sveikatos specialistams itin svarbu žinoti, kaip jauni žmonės supranta žalingų įpročių grėsmes, kiek jos arti jų ir, svarbiausia, kokios, jų nuomone, galėtų būti veiksmingiausios kontrolės ir žalingų įpročių mažinimo priemonės. Siekiant išklausti jaunų žmonių balsą ir mintis apie žalingų įpročių mažinimą, Alytaus rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras organizavo pirmąją mokinių konferenciją „Išgirskite mus“. Vyreniųjų klasių mokiniai iš visų Alytaus rajono ugdymo įstaigų pristatė pačių ruoštus pranešimus, video ir audio siužetus alkoholio prieinamumo, žalingų įpročių paplitimo temomis. Dalis konferencijos dalyvių savo mokyklose ir miesteliuose buvo atlikę anonimines apklausas, kurios, deja, bet patvirtino didesnių apimčių Lietuvoje atliktų tyrimų rezultatus. Praėjusiais metais, įvertinus Lietuvos vaikų gyvenimo tyrimo rezultatus, paaiškėjo, kad net 1 iš 5 vaikų Lietuvoje per pastaruosius 12 mėnesių rūkė. Trečdalis vaikų per pastaruosius 12 mėnesių vartojo alkoholį. Ieškant galimų sprendimo būdų, dauguma pranešėjų buvo įsitikinę, kad įdomus ir įtraukiantis laisvalaikis gali būti puiki alternatyva norui išbandyti tabako ir alkoholio gaminius, taip pat naudoti galėtų duoti didesni kontrolės mechanizmai suaugusiems, kurie nuperka alkoholio,

duoda išgerti arba net gi girdo nepilnamečius, realios baudos jiems.

Mokinių konferencija sulaukė daug gerų atsiliepimų tiek iš mokinių, tiek iš sveikatos stiprinimo bei švietimo srities specialistų, todėl būtų tikslinga padaryti šią konferenciją tęstinę ir organizuoti kasmet.

- **Pasiektas didžiausios išlankstytos kepurės rekordas Lietuvoje**

Alytaus rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras drauge su Pivašiūnų gimnazijos bendruomene pasiekė didžiausios Lietuvoje lankstytinės kepurės rekordą. Praktinio užsiėmimo saugios vasaros klausimais metu kepurė buvo išlankstyta iš 55,5 m² dydžio popieriaus lapo.

Tai jau nebe pirmas Alytaus rajono visuomenės sveikatos biuro inicijuotas ir drauge su pagalbininkais pasiektas Lietuvos rekordas. 2010 metais praūžęs renginys „Draugai lyg tylūs angelai...“, padovanojo pirmąjį rekordą – ilgiausią Lietuvoje diržą, kuris yra 193,8 m ilgio, 11–18 cm pločio. Jam tuo metu ištiesti prireikė viso Daugų Vlodo Mirono gimnazijos stadiono ir 86 mokinių. 2014 metais Alytaus rajono visuomenės sveikatos biuro organizuojamų gražių tarpusavio santykių skatinimui bei patyčių, smurto prevencijai skirtų renginių „Tangramiada“ metu rajono mokyklų bendruomenės sukūrė storią – 5 cm storio, 20 cm ilgio 14,8 cm pločio, 375 lapų „Atminimų sąsiuvinį“.

Biuro specialistai yra įsitikinę, kad paskaitomis ir teoriniais užsiėmimais šiais laikais sudominti nėra galimybių, todėl sveikatos ugdymui ir mokymui pasitelkia įvairiausias priemones.

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 2016 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
		2 ataskaitos apie vaikų sergamumą	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,	100
		2 pranešimai apie moksleivių sergamumą	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.)	2450	3	73	3200	2873	3	137	3413	117,27	100,00	187,67	118,80
7.1.	Sveikatos sauga ir stiprinimas, bendrieji sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos klausimai	100	1	10	1000	143	2	27	1000	143,00	200,00	270,00	100,00
7.2.	Sveika mityba ir nutukimo prevencija	100	x	10	800	130	x	31	855	130,00	x	310,00	106,88
7.3.	Fizinis aktyvumas	1500	x	10	x	1685	x	17	x	112,33	x	170,00	x
7.4.	Psichikos sveikata (smurto, savižudybių prevencija, streso kontrolė ir kt.)	150	1	6	200	165	1	8	245	110,00	100,00	133,33	122,50
7.5.	Aplinkos sveikata	x	x	10	x	x	x	17	x	x	x	170,00	x

7.6.	Rūkymo, alkoholio ir narkotikų vartojimo prevencija	60	x	6	x	107	x	10	x	178,33	x	166,67	x
7.7.	Tuberkuliozės profilaktika	30	1	3	500	96	0	7	456	320,00	0	233,33	91,20
7.8.	Užkrečiamųjų ligų profilaktika, asmens higiena	60	x	6	x	59	x	8	x	98,33	x	133,33	x
7.8.	Kraujotakos sistemos ligų profilaktika	150	x	6	200	173	x	6	233	115,33	x	100,00	116,50
7.9.	Onkologinių ligų profilaktika	150	x	3	500	194	x	3	624	129,33	x	100,00	124,80
7.10.	Kitos	150	x	3	x	121	x	3	x	80,67	x	100,00	x

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 funkcinius 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, 2017 metais makštintis su įvairiu sportiniu inventoriumi (svareliais, mažais ir dideliais kamuoliais, lazdomis, gumomis) ir šiaurietišškai vaikščioti buvo įtraukta 9 aktyvių Alytaus r. bendruomenių. Šiaurietišškai vaikščiojo: Butrimonių, Verebiejų, Juncionių gyventojai. Mankštinosi: Santaikos, Krokialaukio, Ažuolinių, Daugų, Kumečių, Parėčėnų gyventojai.

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

Alytaus rajono sveikatos biuras jau ketvirtą 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. 2017 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 lietuvių 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 2017 metais šeštą 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 – pradžioje buvo naujas reiškinys, tačiau 2017 metais bendri biuro ir bibliotekos renginiai, kviečiantys ir skatinantys keisti gyvenimo būdą, kontroliuoti rizikos veiksnius, nulemiančius ligų vystymąsi, įvyko

daugiau nei pusėje visų bibliotekos filialų.

- **„Galvotos morkos“.**

Suprasdamas, kad sveikatos propagavimas turi būti inovatyvus, įdomus ir pateikiamas adekvačiai pagal gyventojų amžiaus grupes ir gyvenimo būdo ypatybes, nuo 2016 m. didesnis nei pastaraisiais metais dėmesys buvo skiriamas priemonėms internete, ypač socialiniame tinkle „Facebook“. Proto makštomis paremtas tęstinis žaidimas „Galvotos morkos“ jau nuo pirmųjų savaitių sulaukė didelio socialinio tinklapio naudotojų dėmesio. „Galvotos morkos“ – personažus, kurios jau antrus metus socialinio tinklo erdvėje kviečia pasidomėti proto treniruotėmis, pasirūpinti atminties, pojūčių išsaugojimo galimybėmis. Kiekvieną savaitę „Galvotos morkos“ pateikia vis naujas logines ar atidumo reikalaujančias užduotis ir kviečia galvas „sukti“ kartu. Pastebima, kad antrus metus „Galvotų morkų“ publikuotos užduotys sulaukia vis daugiau susidomėjusių, kurių noras įveikti pateiktas užduotis neretai tampa penktadieniu įpročiu. Džiugu ir tai, kad pradžioje dalyviai buvo skaičiuojami šimtais, o dabar - tūkstančiais.

- **Akcija „Prisimink išleistuvių suknelę...“**

Suprasdamas, kaip siekiant keisti gyvenimo būdą, kartais pritrūksta valios pastangų, ryžto ir ilgalaikės motyvacijos Alytaus rajono visuomenės sveikatos biuras pavasarį moteris pakvietė kartu spręsti antsvorio problemas ir pradėjo akciją „Prisimink išleistuvių suknelę...“. Akcijoje panoro dalyvauti daugiau nei pusšimtis moterų, tačiau pilotinėje akcijoje, kaip ir buvo planuota, buvo pakviesta dalyvauti 11 moterų. Akcijos finišą pasiekė devynios.

Daugiau nei pusmetį trukusios akcijos metu, vadovaudamosios dietologės patarimais, dalyvės daugiausiai dėmesio skyrė mitybos koregavimui, vedė mitybos dienoraščius, dėliojo individualius mitybos planus. Be mitybos korekcijos, moterys didino ir fizinį aktyvumą. Džiugina tai, kad didžioji dalis akcijos dalyvių ieškojo papildomų galimybių didinti fizinį aktyvumą ir sporto bei treniruoklių salėse savo iniciatyva lankėsi net gi dažniau nei planuota.

Visų pasiryžusių pokyčiams laukė reguliarūs patikrinimai kūno sudėties analizatoriumi, kurio dėka buvo galima stebėti pokyčius ne tik kilogramais, bet sekti riebalinio ir raumeninio audinio pasikeitimus. Akcijos metu gauti rezultatai pranoko lūkesčius: daugiau nei pusei dalyvių pavyko sumažinti savo kūno apimtį, o akcijos favoritei pavyko atsikratyti net 21 kilogramą nereikalingo svorio.

4. Uždavinys	TEIKTI PSICHOSOCIALINĘ PAGALBĄ ALYTAUS RAJONO GYVENTOJAMS
Laukiami rezultatai	Alytaus rajono savivaldybės gyventojams teikiama kokybiška, lengvai prieinama psichologinė pagalba, siekiant stiprinti gyventojų psichinę sveikatą, gerinti psichosocialinę aplinką.

Eil. Nr.	Vertinimo kriterijai	Vertinimo kriterijaus reikšmės		
		Planuota	Įvykdyta	Įvykdymo procentas
1.	Individualių konsultacijų skaičius	Individualių konsultacijų skaičius ne mažiau 400 vnt.	486 vnt.	121,50 proc.
2.	Konsultacijų teikimas tikslinės grupės gyvenamojoje aplinkoje, t. y. mokyklose, seniūnijoje ir pan.	Ne mažiau kaip 160 vnt. (40 proc.) konsultacijų suteikimas tikslinės grupės gyvenamojoje aplinkoje (seniūnijose, ugdymo įstaigose ir pan.)	164 vnt. (daugiau nei 40 proc.) visų teiktų individualių konsultacijų suteiktos asmenų gyvenamojoje aplinkoje	102,50 proc.

- **Psichologo konsultacijos**

Nors situacija gerėja ir profesija psichiatras ar psichologas vis daugiau žmonių asocijuojasi su pagalba ir būtinybe, bet ne su gėda ir nuo senų laikų stigmatizuotu požiūriu, jog šios srities specialistų pagalba reikalinga tik žmonėms, turintiems rimtų psichikos problemų, tačiau vis dar pasitaiko situacijų, kuomet patariama psichologo pagalba sutinkama priešišškai bei kategoriškai atmetama.

Žmonių baimė dažniausiai kyla iš nežinojimo, todėl padaršinus žmogų, paaiškinus, kaip vyksta konsultacija, pasipriešinimas sumažėja. Kintanti gyventojų požiūrį gali paliudyti ir Alytaus rajono visuomenės sveikatos biure praėjusiais metais vykusių psichologo konsultacijų kreivė.

Jeigu praėjusių metų pradžioje, tik pradėjus biure teikti psichologo konsultacijas, daugiausiai gyventojų joms būdavo nukreipiami mokyklų

bei seniūnijų socialinių darbuotojų, tai besibaigiant metams ypač padaugėjo asmenų, kurie pagalbos ir atsakymų ieško patys.

Per ne pilnus metus konsultacijos buvo suteiktos daugiau nei 150 žmonių, absoliuti dauguma konsultacijų – tęstinės. Dauguma žmonių, susiduriančių su problemomis, supranta, jog pokyčių kelias – ilgas, kad atsakymų, išeičių paieškos užtrunka. Vieno kliento susitikimų skaičius vidutiniškai siekia 10-15 kartų.

Dažniausios besikreipusiųjų pagalbos priežastys – bendravimo ir tarpasmeninių santykių sunkumai, kuomet komplikuojuose situacijose, vaikų-tėvų santykiuose glūdi stiprios įtampos, keliančios nerimo, nevilties, kaltės jausmus, išprovokuojančios pykčius, patyčias, agresiją ir konfliktus.

Nemažai konsultuotų asmenų turėjo emocinių ir asmenybinių sunkumų, išreikštų suicidinių minčių, nekontroliuojamo pykčio, irzlumo, depresinių epizodų ar problemų priklausomybių srityje.

Pagalba rajono žmonėms tapo lengviau prieinama, kadangi didžioji dalis konsultacijų vyksta seniūnijose, mokyklose, bendruomenių namuose.

Nuo metų pabaigos psichologo konsultacijoms registruotis arba tiesiog specialistui užduoti rūpimą klausimą galima ne tik rašant tradicinį elektroninį laišką, bet ir tiesiogiai Alytaus rajono visuomenės sveikatos biuro internetinėje svetainėje www.alytausrajonovsb.lt. Netrukus ketinama pradėti ir gyvas konsultacijas internetu.

Projektinė veikla

1. Biuras kaip partneris dalyvavo bendruomenių (Junčionių kaimo bendruomenė „Gyventi sveikai ir sportuoti gali kiekvienas“, 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.

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

Kita svarbi informacija

1. Alytaus rajono visuomenės sveikatos biuras nuo 2012 m. koordinuoja savivaldybės vykdomą priklausomybių mažinimo programą. Kovoiant su priklausomybe reikalingas kompleksinis gydymas, kuris paruoštų žmogų sugrįžti į normalų gyvenimą. Remiantis gera Alytaus rajono savivaldybės patirtimi taikant priklausomybių mažinimo programą ir kitos rajono savivaldybės pradėjo taikyti šią programą. Tačiau ne visose savivaldybėse rezultatai patenkina lūkesčius, todėl 2017 m. buvo organizuojamas idėjų ir patirties forumas „Priklausomybės netoliese“, kuriame profesine patirtimi, rezultatais, idėjomis dalijosi prezidentūros, ministerijų, ministerijoms pavaldžių įstaigų specialistai, savivaldybių, nevyriausybinių organizacijų atstovai.

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.
- Pagerės psichologinės pagalbos prieinamumas Alytaus rajono gyventojams.

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 2017 METŲ ATASKAITOS PATVIRTINIMO“

2018 m. balandžio 5 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 2017 metų ataskaita.

Ataskaitoje pateikiama visa Alytaus rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro 2017 metų veiklos santrauka pagal atskiras veiklos sritis, pateikiama statistika, įvykdyti darbai, laukiami rezultatai.

Alytaus rajono visuomenės
sveikatos biuro direktorė

Dalia Kitavičienė