

Šiandien - apie sveikatą

Svarbiausia - mokyti, kaip dera gyventi

Vasario 14 d. Plungėje, Mykalo Oginskio rūmuose, įvyko konferencija "Visuomenės sveikatos priežiūros plėtra savivaldybėje". Kalbėta apie visuomenės sveikatos priežiūros aktualijas; sveikatos sampratą ir plėtros galimybes; savivaldybių politikos svarbą visuomenės sveikatai gerinti; Lietuvos visuomenės psichikos sveikatos gerinimą Europos pakto kontekste ir t. t. Konferencijoje dalyvavo Skuodo rajono savivaldybės mero pavaduotoja Levutė Stanivienė, Tarybos narys Gėgiminas Anužis, Skuodo P. Zadeikio gimnazijos ir Bartuolio visuomenės sveikatos priežiūros specialistės Vilma Donielienė ir Sigitą Gedrimienė.

Konferencijos dalyviai pamatė teatrinę kompoziciją "Sveikas raudonas Jonas", kurios akcentas - asmens higiena, sveikata. Valentino dienos proga LR Sveikatos apsaugos ministerijos vyrai moterims dovanuoja gėlių.

Sveikatos apsaugos viceministras Audrius Klisonis teigė, kad požiūris į sveikatą turi būti aktyvesnis. Nacionalinėje sveikatos programoje numatyti punktai įgyvendinti, išskyrus problemas, susijusias su alkoholio, rūkymo, kitų priklausomybių mažinimu. Šiais metais bus rengiama išvažiuojamųjų konferencijų, dar daugiau bus bendradarbiaujama su kitomis žinybomis, institucijomis.

Visuomenės sveikatos departamento direktorius Audrius Ščeponavičius kalbėjo apie visuomenės sveikatos priežiūros aktualijas savivaldybėse. Daugelis jų turi visuomenės sveikatos biurus arba yra sudariusios su jais sutartis. Valstybės biudžeto asignavimai savivaldybėms bus pervedami pagal gyventojų skaičių. 30 proc. lėšų galima skirti darbo užmokesčiui.

Galima rengti renginius tikslinėms datoms paminėti - Sveikatos diena ir kt. Gyventojai daugiau dėmesio turi skirti savo sveikatai, profilaktikai. Juk anksčiau išaiškintas vėžys yra sėkmingiau gydomas. Informacija apie tai, kokie renginiai vyksta, teikiama ministerijos tinklalapyje. Dabar visuomenės sveikatos priežiūra finansuojama iš savarankiškomis funkcijoms skirtų lėšų; siekiama, kad ateityje tai būtų deleguotos funkcijos. 2014 m. finansavimas gali kisti - bus skiriamas tam tikras krepšelis.

A. Ščeponavičius patenkė daug informacijos apie europinius projektus. Iš ES lėšų bus galima atnaujinti biurų patalpas, nusipirkti naujos technikos ir kt. Taip pat bus atnaujinami ir sveikatos priežiūros kabinetai. Lėšų skiriama viešosioms paslaugoms tobulinti, sergamumo prevencijai. Bus įgyvendinami bendri projektai su Norvegija. Kaip akcentavo pranešėjas, pastebimi sveikatos netolygumai tarp miesto ir kaimo, atskirų savivaldybių.

Laikinaei elnanti Plungės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro direktorės pareigas Daiva Zablockienė kalbėjo apie sveikatą - išmintingųjų honorarą. Ji savo pranešimą iliustravo fotografijomis iš įvairių renginių mokyklose, akcijų ir t. t. Taip pat atlikti įvairūs tyrimai: kokia mano kuprinė ir kt.

Gana įdomiai apie sveikatos



Visuomenės sveikatos departamento direktorius A. Ščeponavičius kalbėjo apie visuomenės sveikatos priežiūros aktualijas.



Sveikatos apsaugos viceministras A. Klisonis teigė, kad požiūris į sveikatą turi būti aktyvesnis.

Sampratą ir jos plėtros galimybes kalbėjo Lietuvos kūno kultūros akademijos biomedicinos mokslų daktarė Rasa Bacevičienė. Pasak jos, kas yra sveikata, teisingai pasako tik 7 proc. suaugusiųjų ir 21 proc. moksleivių. Juk žmogus, jeigu jam nieko neskauda, sako, kad yra sveikas. O iš tikrųjų sveikas žmogus yra toks, kuris psichiškai, fiziškai, emociškai jaučiasi komfortabiliai. Stresas, įtampa, nerimas,

Kaip teigė R. Bacevičienė, jeigu žmogus nori geriau gyventi, turi išmesti televizorių. Vaikų psichikos sveikata prasta - beveik pusė turi problemų. Kas trečias mokinys yra pagalvojęs apie savijudybę. Dabar ir vaikai skundžiasi nugaros, stuburo skausmais, juos kankina išvaržos.

Beje, gyvensena lemia 53 proc. žmogaus sveikatos, 10 proc. - medicina, 18 proc. - paveldimumas, 21 proc. - aplinka. Anot R. Bacevičienės, visos ligos - iš nervų. Labai svarbi mytyba, fizinis aktyvumas, ar turime žalingų įpročių. Žmonės daugiau serga lėtiniais susirgimais. Lietuvoje pirmą vietą užima kraujotakos sistemos ligos, antrąje - onkologinės. Daug moterų miršta dėl gimdos kaklelio vėžio, piktybinių krūties navikų. Onkologinės ligos diagnozuojamos per vėlai. Vis dėlto moteris per mažai dėmesio skiria savo sveikatai: jos verčiau skuba į susitikimą dėl darbo nei profilaktikai pasitikrinti į polikliniką. "Liga - Dievo dovana, kad pabustumė, suprastume, jog ką nors darome ne taip", - teigė pranešėja. Būtina pakeisti gyvenseną - tai padėtų išspręsti daugelį problemų. Jeigu žmogus nesijaučia sveikas, kas už tai yra atsakingas, kas turi tuo rūpintis? Žmogus turi suvokti, kad už savo sveikatą atsakingas yra tik pats.

Klaipėdos universiteto Sveikatos mokslų fakulteto Visuomenės sveikatos katedros vedėjas, dr. profesorius Arnoldas Jurgutis kalbėjo apie savivaldybių politikos svarbą visuomenės sveikatai gerinti. Anot jo, jeigu visuomenė gyventų sveikai, 80 proc. sumažėtų širdies, kraujotakos, diabeto, trečdaliu - onkologinių susirgimų. Pranešėjas akcentavo fizinio aktyvumo svarbą. Būtina didinti visuomeninę ir asmeninę atsakomybę už sveikatą. Aukščiausio lygio parama - bendras sutarimas dėl prioritetinių sveikatos problemų, įsiklausymas į bendruomenės poreikius.

Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro direktoriaus pavaduotoja Ingrida Zurytė teigė, kad žmonės reikia mokyti, kaip jiems pridėra gyventi, ir tai yra svarbiau-



L. Stanivienė, G. Anužis, V. Donielienė ir S. Gedrimienė.

nesaugumas išveda žmogų iš pusiausvyros, o tai leidžia atsirasti įvairiems sveikatos sutrikimams. Jeigu namuose, darbe nuolat patiriamas stresas, tai išbalansuoja organizmą. Sveikatai įtakos turi ir tai, ar žmogus darbo vietoje jaučiasi saugiai. Pasak biomedicinos mokslų daktarės, nemokame bendrauti, išklausti kito žmogaus. Sakoma, kad dabar - krizė, bet iš tikrųjų ji yra galvoje. Vyrai beveik šešis kartus dažniau žudosi nei moterys. Rizikos grupė - kaimo vyrai.

tingumą, sergamumą.

Valstybinio psichikos sveikatos centro direktorė Ona Davidonienė kalbėjo apie Lietuvos visuomenės psichikos sveikatos gerinimą Europos pakto kontekste. Pranešėja akcentavo, kad tėvai tarpusavyje bendrauja nedaug, su vaikais bendraujama irgi labai mažai.

Higienos instituto direktorius Remigijus Jankauskas kalbėjo apie instituto ir savivaldybių visuomenės sveikatos priežiūros veiklą - dabartį ir perspektyvas. Anot jo, 42 proc. mirčių yra nuo to vėžio, kurio niekas nenustato - nuo asbesto. Taip pat reikia kalbėti apie savijautos rodiklius, o ne apie mir-

liu laiką, atstumą nuo ugdymo įstaigų iki alkoholio prekybos vietų ir t. t. 33 proc. benturių ir 18 proc. mergaičių bent kartą vartojo narkotinių medžiagų.

Užkrečiamųjų ligų ir AIDS centro Imunoprofilaktikos skyriaus vedėja Daiva Razmuvienė kalbėjo apie vakcinacijos naudą, aktualijas. Tyrimų duomenimis, daugiau nei pusė gyventojų - 64 proc. - pritaria, kad skiepai yra veiksminga priemonė. Beje, 52 proc. apklaustųjų niekada nesiskiepijo: 48 proc. iš jų netiki, kad skiepai gali apsaugoti nuo sezoninio gripo.

Rūta RONKAUSKIENĖ
Nuotraukos autorės

