

PRITARTA
Rokiškio rajono savivaldybės tarybos
2012 m. vasario 24 d. sprendimu Nr. TS-3.56

2011 METŲ ROKIŠKIO RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO VEIKLOS ATASKAITA

I. BENDROSIOS NUOSTATOS

Visuomenės sveikatos biuro 2011 m. veiklos ataskaita (toliau – Atraskaita) parengta vadovaujantis Lietuvos Respublikos vietos savivaldos įstatymo (Žin., 2008, Nr.113-4290) 6 straipsnio 17 punktu, kuris reglamentuoja, kad savarankiškoji savivaldybių funkcija – pirminė asmens ir visuomenės sveikatos priežiūra. Lietuvos Respublikos sveikatos priežiūros įstaigų įstatymo (Žin., 1996, Nr.I-1367) 24 straipsnis 1 dalis nurodo, kad LNSS savivaldybių visuomenės sveikatos priežiūros biudžetinė įstaiga yra savivaldybės visuomenės sveikatos biuras. Ataskaita parengta vadovaujantis Rokiškio rajono savivaldybės tarybos 2008-04-25 sprendimu Nr.TS-4.70 „Dėl Rokiškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro steigimo“, Rokiškio rajono savivaldybės tarybos 2010-07-14 sprendimu Nr.TS-7.109 „Dėl Rokiškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro 2010 metų veiklos programos patvirtinimo“.

Vadovaujamosi Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2007-11-13 nutarimo Nr.1228 (Žin., 2007, Nr.122-5007) 33 punktu, Visuomenės sveikatos priežiūros įstatymo (Žin., 2002, Nr.56-2225; 2007, Nr.64-2455) 6 straipsnio 1 dalies nuostatomis ir Lietuvos Respublikos Vyriausybės patvirtintomis programomis ir kitais teisės aktais.

II. BIURO FINANSAVIMAS

Savivaldybės biudžetas tūkst. Lt	Valstybės biudžetas tūkst. Lt	TLK tūkst. Lt	Visuomenės sveikatos spec. rėmimo programa tūkst. Lt	Spec. lėšos tūkst. Lt
110.0	48.0	125.5	12.0	33.5

III. PRIEMONIŲ PLANAS

1. Tikslas - mažinti vaikų ir jaunimo sergamumą, rizikos veiksnių paplitimą, įgyvendinant sveikos gyvensenos įgūdžių formavimą ir ligų profilaktiką.

1.1. Suteikti žinių apie ligų profilaktiką ir sveikos gyvensenos įgūdžių formavimas ikimokyklinės įstaigos bendruomenei.

Praktiniai užsiėmimai „Mokomės valyti dantukus“ (8 mokymai, 158 dalyviai).

Paskaitos „Rūkymo žala“ (5 mokymai, 89 dalyviai).

Paskaita ikimokyklinukų tėvams „Imuniteto stiprinimas“ (45 dalyviai).

Paskaita ikimokyklinukų tėvams „Sveika mityba šiandien – sveikas žmogus rytoj“ (58 dalyviai).

Paskaita ikimokyklinukų tėvams „Užkrečiamos infekcinės ligos“ (69 dalyviai).

Burnos ertmės sveikatos gerinimas:

1.2. Informuoti tėvus apie vaikų dantų priežiūrą per žiniasklaidą ir kitomis priemonėmis.

Susirinkimų metu informuoti 425 tėvai apie vaikų dantų priežiūros mokymus. Buvo paruošta ir padalinta 650 lankstinukų.

1.3. Organizuoti ir vykdyti prevencinį darbą su vaikais ir tėvais.

Paskaitos „Dantukų sveikata ir priežiūra“ (dalyvavo 629 mokiniai).

Akcija „Tinkama burnos higiena – sveikas žmogus“ (dalyvavo 230 mokinių).

Vykdyti projektai „Perlo baltumo šypsena“ (298 mokiniai), „Pradinių klasių higienos ugdymas ir patyčių prevencija“ (24 užsiėmimai, dalyvavo 293 mokiniai). Jų metu buvo vykdomi praktiniai užsiėmimai, kaip valyti dantis, rodomi filmukai, dalijami dantų šepetukai, pastos, kontrolinės tabletės.

1.4. Organizuoti prevencinį konkursą „Sveiki dantys“.

Vykdytas konkursas „Džiaugiasi mano dantukai“ (dalyvavo 110 mokinių).

1.5. Parengti metodinę priemonę mokykloms apie burnos higieną

Parengtos 5 metodinės priemonės:

„Burnos higiena“,

standai „Dantų priežiūra“, „Mano dantukai“,

lankstinukai „Buteliuko kariesas“, „Perlo baltumo šypsena“.

Lėtinių neinfekcinių ligų profilaktika:

1.6. Vykdyti užsiėmimus vaikams mitybos, fizinio aktyvumo temomis.

Pasiruošimas ir dalyvavimas konkurse „Sveikatiada“. Dalyvavo 153 mokiniai.

Renginys „Sveiko maisto mugė“. Dalyvavo 164 mokiniai.

Plakatų konkursas „Sveika mityba ir fizinis aktyvumas“. Dalyvavo 110 mokinių.

Renginys „Linksmosios estafetės“. Dalyvavo 1110 mokinių.

Paskaita „Pusryčiai – jėgų šaltinis“. Dalyvavo 1130 mokinių.

Stovykla „Stiprinkime sveikatą kartu“. Dalyvavo 50 mokinių.

Diskusija „Maistą rinkitės atsakingai“. Dalyvavo 1210 mokinių.

Akcija „Sveiko maisto savaitė“. Dalyvavo 180 mokinių.

Akcija „Obuolys“. Dalyvavo 398 mokiniai.

Akcija „Vanduo“. Dalyvavo 548 mokiniai.

Akcija „Piramidės statymas“. Dalyvavo 654 mokiniai.

Arbatų, sveikuoliškų sriubų virimas. Dalyvavo 368 mokiniai.

Viktorina „Sveikas maistas“. Dalyvavo 840 mokinių.

Vanduo-gyvybės šaltinis. Dalyvavo 180 mokiniai.

Energetiniai gėrimai. Dalyvavo 930 mokinių.

Olimpinė diena. Dalyvavo 300 mokinių.

Turistinis žygis. Dalyvavo 250 mokinių.

Linksmoji pertrauka. Dalyvavo 100 mokinių.

Akcija „Kuprinė“. Dalyvavo 1004 mokiniai.

Akcija „Taisyklinga laikysena“. Dalyvavo 687 mokiniai.

1.7. Teikti konsultacijas mokiniams, tėvams mitybos, fizinio aktyvumo temomis.

Visose rajono mokyklose vyko pasitarimai „Mokinių maitinimo organizavimas mokykloje“.

Teiktos konsultacijos tėvams (84 dalyviai).

Konsultuoti 748 mokiniai mitybos, fizinio aktyvumo klausimais.

Individualios konsultacijos mokiniams teikiamos nuolat.

Užkrečiamų ligų profilaktika:

1.8. Vykdyti užsiėmimus mokiniams higienos ir užkrečiamų ligų profilaktikos temomis.

Akcija „Būk švarus ir sveikas“. Dalyvavo 1900 mokinių.

Paskaitos „Kaip gydyti pedikuliozę bei jos profilaktika“. Dalyvavo 689 mokiniai.

Švirių rankų pamokėlės. Dalyvavo 232 mokiniai.

Pravesta viktorina. Dalyvavo 24 mokiniai.

Lytinio ugdymo, lytiniu keliu plintančių ligų ir kartu asmens higienos renginiai „Aš tuoj vyras“,

„Mes mergaitės“, supratimo apie antibiotikus diena ir kita. Dalyvavo 500 vaikų.

Pamokėlės „Tarp mūsų mergaičių“. Dalyvavo 869 mokiniai.

1.9. Teikti konsultacijas mokiniams, tėvams higienos ir užkrečiamų ligų profilaktikos temomis.

Susirinkimų metu higienos ir užkrečiamų ligų profilaktikos klausimais informuojami tėvai. 763 dalyviai.

Teiktos individualios konsultacijos 79 tėvams.

Individualios konsultacijos mokiniams vykdomos tikrinant asmens higieną, arba kreipiantis individualiai su problema.

Per metus ta tema pabendraujama su visais vaikais, su kaikiuriais - po keletą kartų.

1.10. Vykdyti užkrečiamų ligų kontrolę mokyklose.

Akcija „Pedikuliozės prevencija“. Higienos (pedikuliozės, odos infekcinių ligų) tikrinimas po ilgųjų atostogų ir kilus įtarimams (patikrinta 4400 mokinių).

Mokyklose yra sudarytos komisijos, kurios kontroliuoja higienos normų vykdymą. Visuomenės sveikatos priežiūros specialistės kontrolę vykdo kasdien.

1.11. Rengti pokalbius, su rizikos susirgti tuberkulioze grupės gyventojais (mokyklų VSPS ir kiti).

Pokalbiai apie tuberkuliozę - 3, (dalyvavo 36 gyventojai).

Pagaminti ir padalinti lankstinukai -100 vnt.

Stendas „Tuberkuliozė, kaip ją įveikti“.

Psichoaktyvių medžiagų vartojimo, ŽIV prevencija:

1.12. Organizuoti paskaitas-diskusijas, pokalbius tėvams ir moksleiviams Rokiškio rajono mokyklose.

Paskaitų ciklas „Psichoaktyvios medžiagos ir jų vartojimo prevencija“ (652)

Filmų peržiūra ir aptarimas (230).

Viktorina „Sveikata mūsų rankose“ (60).

Mokymai – stovykla „Sniego gniūžtė“ (60).

Seminaras „Kaip atsispirti žalingiems įpročiams?“ (30).

Paskaitos „Kas ta priklausomybė“ – (487).

Vykdytas projektas „Alkoholio, nikotino ir psichotropinių medžiagų prevencija“ (apie 500 mokinių).

Vykdytas projektas „Mylėk save“ (apie 300 mokyklos bendruomenės narių).

Renginiai AIDS dienai paminėti (apie 280 mokyklos bendruomenės narių).

Paskaitos „Alkoholio žala“, „Rūkymo žala“, „Rūkai-save žudai“, „Pasyvus rūkymas“ (489 mokiniai).

Pagaminti ir padalinti lankstinukai (100 vnt.).

Atmintinė apie ŽIV/AIDS (40).
Stendas „Apie ŽIV/AIDS“.

1.13. Teikti individualias konsultacijas mokyklose psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo temomis moksleiviams, tėvams, pedagogams.

Teiktos individualios konsultacijos 29 tėvams.
25 individualios konsultacijos pedagogams, 776 individualios konsultacijos mokiniams.

1.14. Organizuoti Pasaulinės dienos be tabako paminėjimą.

Akcija „Pūsk muilo burbulus“. Dalyvavo 350 mokinių.
Piešinių ant asfalto konkursas „nerūkymo dienai“. Dalyvavo 289 mokiniai.
Renginys „Tu nerūkyk – ir aš nepradėsiu“. Dalyvavo 300 mokinių.
Diskusijos „Paskutinis cigarečių pakelis“. Dalyvavo 400 mokinių.
Stendas „Rūkymas kenkia“.

Psichinės sveikatos gerinimas:

**1.15. Organizuoti Pasaulinės psichikos sveikatos dienos minėjimą (spalio 10 d.).
Organizuoti pokalbius mokyklose su mokiniais.**

Akcija „Šypsenos diena“ (350).
1 stendas
Tolerancijos diena (365 dalyviai).
„Savaitė be patyčių“ (430 gimnazijos bendruomenės dalyvių).
21 pokalbis-konsultacija.
Pradėtas vykdyti tarptautinis projektas prieš patyčias „Olweus“.
Filmo apie patyčias stebėjimas ir aptarimas. (dalyvavo 489 mokiniai).

Profilaktinių sveikatos patikrinimų skatinimas:

1.16. Informuoti visuomenę apie vaikų profilaktinių pasitikrinimų svarbą

Mokslo metų gale tėvai informuojami, kad jų vaikai pasitikrintų sveikatą.
Skelbimai tėvams interneto svetainėje, informaciniai stendai, individualūs pokalbiai su tėvais, mokytojais, posėdžiai su mokyklos administracija (96).

Jaunimui priimtinių sveikatos paslaugų teikimas:

1.17. Organizuoti jaunimo judėjimo savaitę.

Renginys „Augsiu aktyvus 2011“. Dalyvavo 180 mokinių.
Visuotinė mankšta. Dalyvavo 972 mokiniai.
„Beždžioniukų diskoteka“ Dalyvavo 487 mokiniai.
Mankštos ir šokio savaitė. Dalyvavo 480 mokinių.
Mankšta, judrūs žaidimai, šokiai, aerobika pradedantiems. Dalyvavo 530 mokinių.
Pagaminti ir padalinti 272 lankstinukai.

2 tikslas – teikti kokybiškas Rokiškio rajono bendruonenei priimtinas ir prieinamas visuomenės sveikatos paslaugas

Visuomenės informavimas apie vykdomas valstybines profilaktines programas ir lėtinių neinfekcinių ligų profilaktika.

2.1. Vykdyti mokymų sveikos gyvensenos temomis pagal bendruomenių poreikius (organizuoti tikslines diskusijas LNL profilaktikos temomis bendruomenėse, atlikti gliukozės, cholesterolio kiekio kraujyje nustatymus nevyriausybinėse organizacijose pagal jų pageidaujamus rizikos veiksnius ir jų mažinimą).

Pandėlio bendruomenė, renginys Pagurių kaime „Geroji patirtis“, psichinės sveikatos įtaka benrdai savijautai, fizinio aktyvumo svarba vyresnio amžiaus žmonėms. „Vaistinė iš gamtos“, šaltalankių ir erškėtuogių rinkimas, nauda sveikatai, paruošimo ir vartojimo būdai.

Kamajų, Juodupės, Laibgalių, Jūžintų, Žiobiškio bendruomenėse, renginys „Siekiu sveikatos“, sveikos mitybos pagrindai ir principai: nuosaikumas, įvairumas, subalansuotumas. Maisto priedų žala, kodėl verta skaityti produktų etiketes. Fizinio aktyvumo stokos pasekmės, nutukimo sukeltos ligos. Kūno masės indekso skaičiavimas.

Visuomenės sveikatos biuro specialistės kartu su Rokiškio diabeto klubo nariais lapkričio mėnesį aplankė Čivylių, Lailūnų ir Pakriaunos bendruomenes, kur buvo atliekami gliukozės ir cholesterolio kiekio kraujyje tyrimai, nustatomas kūno masės indeksas, kūno riebalų, raumenų ir skysčių analizė, pristatytos sveikos mitybos pagrindinės taisyklės. **Dalyvavo 95 žmonės.**

Lapkričio 18 d. Europos supratimo apie antibiotikus diena. Straipsnis „Gimtojo Rokiškio“ laikraštyje, gydytojos infektologės Filomenos Čerškuvienės patarimai, gyventojų apklausa dienos temai „Ką žinote apie antibiotikus“, straipsnis internetiniame biuro puslapyje „Kam skirti antibiotikai“.

Išviso 9 renginiai, 275 dalyviai.

2.2. Skatinti Rokiškio rajone gyvenančius vyrus dalyvauti prostatos vėžio prevencijos programoje.

Rokiškio PASC 2011 metais dėl prostatos vėžio pasitikrino **1573 vyrai**, tai sudaro **73,9 proc. planuotų** tyrimų.

Kasmet Lietuvoje prostatos vėžys diagnozuojamas 3000-iams vyrų – kas trečias iš jų diagnozę išgirsta per vėlavai, kai ligos gydymas būna labai kompliktuotas. Ši onkologinė liga kiekvienais metais pareikalauja bent pusės tūkstančio gyvybių. Skaičiai būtų daug mažesni, jei visuomenė būtų pakankamai informuojama apie ankstyvosios diagnostikos svarbą.

Kaimo vietovėse vyrai labai mažai žino apie šį onkologinį susirgimą bei galimybę nemokamai pasitikrinti sveikatą, todėl visų renginių metu skleidžiame žinią, kad visi vyrai, vyresni nei 50 m., turi reguliariai atlikti PSA (prostatos specifinis antigenas) tyrimą, kuris visiškai paprastas ir neskausmingas – tiesiog paimamas kraujo mėginys.

Pagaminta **150 informacinių skrajučių** apie prostatos vėžio prevencinę programą, kurios išdalintos gyventojams renginių metu.

2.3. Parengti informacinę medžiagą internete apie valstybines profilaktines programas.

Parengta medžiaga apie valstybines profilaktines programas visuomenės sveikatos biuro internetiniame puslapyje. Nurodyta kokio amžiaus grupei, kokios srities, koku periodiškumu priklauso valstybės finansuojami profilaktiniai patikrinimai (1 lentelė)

1 lentelė

Nr.	Programos pavadinimas	Kompensuojamos sritys	Pacientų amžiaus grupė	Periodiškumas
-----	-----------------------	-----------------------	------------------------	---------------

1.	Gimdos kaklelio piktybinių navikų prevencinių priemonių programa	Gimdos kaklelio citologinio tepinėlio ištyrimas, rezultatų įvertinimas. Gimdos kaklelio biopsinės medžiagos tyrimas	Moterims nuo 25 iki 60 metų	Vieną kartą per trejus metus
2.	Atrankinės mamografijos patikros dėl krūties vėžio programa	Krūčių rentgenologinis tyrimo – mamogramos- atlikimas, rezultatų įvertinimas.	Moterims nuo 50 iki 69 metų	Vieną kartą per dvejus metus.
3.	Priešinės liaukos vėžio ankstyvosios diagnostikos programa	Prostatos specifinio antigeno (PSA) tyrimas, nustatomas PSA kiekis kraujo serume. Priešinės liaukos biopsija	Vyrams nuo 50 iki 75 metų ir nuo 45 metų, jei jų tėvai ar broliai sirgo priešinės liaukos vėžiu	Vieną kartą per dvejus metus
4.	Asmenų priskirtų širdies ir kraujagyslių ligų didelės rizikos grupei, atrankos ir prevencijos priemonių programa	Gliukozės koncentracijos kapiliariniame kraujyje nustatymas. Bendrojo cholesterolio, didelio ir mažo tankio lipoproteinų cholesterolio, trigliceridų koncentracijos kraujo serume nustatymas. Elektrokardiografija.	Moterims nuo 50 iki 65 metų Vyrams nuo 40 iki 55 metų	Vieną kartą per metus

2.4. Skatinti Rokiškio rajone gyvenančias moteris dalyvauti valstybinėje ankstyvosios krūties vėžio diagnostikos ir profilaktikos programoje. Informacijos sklaidimas apie vykdomą programą (straipsniai, plakatai).

2011 metais Rokiškio PASPC dėl krūties vėžio profilaktiškai patikrino 668 moteris, tai sudaro 33,4 proc. planuotų tyrimų.

Krūčių mamografinis tyrimas skirtas ankstyvajai krūčių vėžio diagnostikai. Nemokamai atliekamas vieną kartą per 2 metus 50-68 metų moterims.

Parašytas straipsnis biuro internetiniame puslapyje, atspausdinta 150 informacinių skrajučių, kurios išdalintos renginių metu.

2.5. Skatinti Rokiškio rajone gyvenančias moteris dalyvauti valstybinėje ankstyvosios krūties vėžio diagnostikos ir profilaktikos programoje. Diskusijų, konsultacijų organizavimas moterims.

Organizuoti 4 renginiai, kurių metu pristatyta ankstyvosios krūties vėžio diagnostikos ir profilaktikos programa. Dalyvavo 75 moteris. Renginių metu vyko mokymai kaip atlikti krūčių savityrą. Reguliarus savęs apžiūrėjimas yra vienintelis būdas pajusti pasikeitimus. Savityros esmė – kuo anksčiau kreiptis į gydytojus atsiradus pirmiems pasikeitimams.

2.6. Skatinti Rokiškio rajone gyvenančias moteris dalyvauti valstybinėje gimdos kaklelio prevencijos programoje. Informacijos skleidimas apie vykdomą programą (straipsniai, plakatai).

Straipsnis internetiniame puslapyje „Susirgti gali kiekviena“, pagaminta 150 informacinių skrajučių.

Susirgti gimdos kaklelio vėžiu gali kiekviena moteris, nepriklausomai nuo amžiaus ar paveldimumo.

Kas didina gimdos kaklelio vėžio riziką? Pagrindiniai gimdos kaklelio vėžio rizikos veiksniai yra susiję su lytiniu gyvenimu: ankstyvi lytiniai santykiai (iki 20 m.), didelis lytinių partnerių skaičius, dažnas gimdymas, lytiniu būdu plintančios ligos, taip pat rūkymas, alkoholis, netinkama mityba, vitaminų stoka, nusilpęs imunitetas.

Pats geriausias būdas išvengti gimdos kaklelio vėžio – profilaktinis patikrinimas, leidžiantis laiku nustatyti ikivėžinius gimdos kaklelio pakitimus, kuriuos galima išgydyti ir jie niekuomet nevirs vėžiniais.

2.7. Skatinti Rokiškio rajone gyvenančias moteris dalyvauti valstybinėje gimdos kaklelio prevencijos programoje. Diskusijų, konsultacijų organizavimas moterims.

2011 metais Rokiškio PASPC profilaktiškai dėl gimdos kaklelio vėžio pasitirino **784 moterys**, tai sudaro **41,9 proc.**, įteikta 1335 pakvietimai tyrimui.

Organizuoti 4 renginiai „Pasirūpink savimi“. Dalyvavo 75 moterys.

Motinos ir vaiko sveikatos gerinimas

2.8. Organizuoti nėščiųjų mokymus vykdant projektą „Sveiko gyvenimo pradžia“.

Mokymai nėščiosioms „Sveiko gyvenimo pradžia“:

10 psichologo paskaitų - diskusijų apie prisitaikymą prie esamos situacijos, besilaukiančios moters ir vyro psichologinį ryšį, bendravimą, šeimos palaikymą; apie prisitaikymą prie esamos situacijos, besilaukiančios moters ir vyro psichologinį ryšį, bendravimą, šeimos palaikymą;

9 kineziterapeuto vedami mankštos užsiėmimai nėščiosioms „Mankštinkimies dviese“;

9 akušerės užsiėmimai apie nėštumo pradžią ir eigą (periodus, pokyčius, savijautą, negalavimus), nėščiosios režimą, aplinkos veiksnių (medikamentų) įtaką, vaisiaus vystymąsi skirtingomis augimo savaitėmis, komplikacijų profilaktiką. Ilgo ir sėkmingo žindymo paslaptys Žindymo taisyklės. Dažniausiai pasitaikantys žindymo sunkumai, krūtų priežiūra. Naujagimio ir kūdikio priežiūra, reikalingos priemonės. Prisitaikymas prie aplinkos, kasdieniniai poreikiai.

Kas gali pakenkti naujagymio vystymuisi. Kvaišalų naudojimo žala, bei pasekmės nėščiosios sveikatai ir vaisiui. Nėščios moters mityba, dienos režimas ir higiena.

Psichinės sveikatos stiprinimas, smurto prevencija

2.9. Renginys savižudybių prevencijai „Nebijok kalbėti“.

Jaunimo psichologinės pagalbos linijos ir A.Mamontovo renginys „Nebijok kalbėti“ Rokiškio kultūros centro salėje.

Rugsėjo 17 d., Rokiškio kultūros centre (Respublikos g. 96) iniciatyvos „Nebijok kalbėti“ autoriai – „Jaunimo linijos“ savanoriai, Vilniaus jaunimo psichologinės paramos centro psichologai ir muzikantas Andrius Mamontovas – susitiko su Rokiškio gyventojais. Susitikime buvo kalbama

apie tai, kaip padėti žmonėms, galvojantiems apie savižudybę, kaip atpažinti užuominas, kurias siunčia nusižudyti ketinantis žmogus ir kas tai yra emocinė parama.

Atėjusieji galėjo užduoti klausimus ir diskutuoti kartu su „Jaunimo linijos“ savanoriais ir Andriumi Mamontovu. Susitikimo metu ir dar dvi valandas po jo „Jaunimo linijos“ savanoriai asmeniškai kalbėjo su renginio dalyviais, turinčiais klausimų, kuriuos galbūt ne visada drąsu užduoti viešai. Vienas iš idėjos autorių - muzikantas ir aktorius Andrius Mamontovas sako, kad ši iniciatyva pasiteisins, jei leis išsaugoti bent vieną gyvybę. „Mažiausia, ką mes galime padaryti, tai suteikti informaciją, kaip padėti žmogui, galvojančiam apie savižudybę,“ – sakė A. Mamontovas.

Stebint, kiek daug klausimų buvo užduota raštu, kiek daug jaunimo norėjo asmeninių konsultacijų, manome, kad renginys buvo labai naudingas. **Renginyje dalyvavo 106 jaunuoliai.**

2.10. Pasaulinės psichikos sveikatos dienos minėjimas (spalio 10d.). Vykdyti užsiėmimus senjorams psichinės sveikatos temomis.

Pasaulinė psichinės sveikatos diena, renginys Juozo Keliuočio bibliotekos jaunimo skyriuje „Laimę lemia sielos sveikata“. Renginyje gausiai dalyvavo socialinės darbuotojos, dirbančios su priežiūros reikalaujančiais ligoniais. Sveikata yra fizinė, dvasinė ir socialinė žmonių gerovė, taigi gera sveikata neįmanoma be psichinės sveikatos.

Psichologei Gražinai Navickienei buvo užduota daug klausimų: kaip elgtis su ligoniu, kad nepakenkti jam ir sau, kaip pastebėti siunčiamus signalus apie pagalbos poreikį. Renginį užbaigėme diskusijomis prie arbatos.

Renginys „Fizinės ir psichinės sveikatos ryšys“ Kazliškio, Lailūnų, Lukštų, Pakriaunių, Kavoliškio, Aleknu, Juodupės, Antanašės bendruomenėse. Paskaita „Depresija“, susirgimo simptomai, priežastys, patarimai, kaip stiprinti psichinę sveikatą. Liaudies medicinos receptai, žolelių gydymosi savybės.

Renginys Žiobiškio bendruomenėje „Sveika siela – sveikas kūnas“. Paskaita apie depresiją, susirgimo priežastis, požymius, pagalbą. Kodėl skausmas neskęsta alkoholyje? Koks ryšys tarp kūno ir sielos sveikatos? Artrito klubo ansamblio „Šypsena“ kocertas.

Suaugusių mokymo centre renginys „Savivertė ir pasitikėjimas savimi“. Savivertė ypač svarbi, nes nuo jos priklauso asmens veiksmas. Kai savivertė stiprėja, gerėja ir žmogaus gyvenimo kokybė. Savivertė svarbi kiekvienam, ir nepriklauso nuo socialinės ar finansinės padėties. Savęs vertinimas daro tiesioginę įtaką asmens veiksmams, o nuo to priklauso ir žmogaus gyvenimas.

Iš viso 11 renginių, 165 dalyviai.

Fizinio aktyvumo skatinimas, pagal amžiaus grupes

2.11. Vykdyti fizinio aktyvumą skatinančius užsiėmimus senjorams.

Šiaurietiškojo vaikščiojimo mokymai senjorams Kamajų ir Juodupės, Žiobiškio, Lukštų bendruomenėse. Supažindinimas su šiaurietiško ėjimo istorija, ėjimo privalumai, poveikis sveikatai. Šiaurietiško ėjimo technikos teorija ir bazinių ėjimo įgūdžių mokymai.

„Dviračių ralis“ trasa „Rokiškis – Lukštai – Juodupė – Rokiškis“ 50 kilometrų. Startas iš Rokiškio, Juodupėje dalyviai vaišinosi kareiviška koše ir arbata, vyko rungčių varžybos (stiklinės su vandeniu vežimas, lėčiausio važiavimo rungtis, figūrinis važiavimas). Nugalėtojai buvo apdovanoti.

Iš viso 5 renginiai, 70 dalyvių.

Infekcinių ligų prevencijos vykdymas

2.12. Informuoti gyventojus apie pasiutligę per žiniasklaidą ir kitomis priemonėmis.

Informacinis straipsnis internetiniame puslapyje „Rugsėjo 28-oji – Pasaulinė pasiutligės diena“.

Rugsėjo 28 dieną skelbiama Pasaulinė pasiutligės diena. Tai – pasaulinio masto akcija, kurios tikslas – atkreipti visuomenės dėmesį į šios žmonėms ir gyvūnams pavojingos ligos grėsmę ir galimybes jos išvengti.

Išplatinta informacija apie vykdomą naminių gyvūnėlių vakcinaciją Petro Šeškaus klinikoje 2011 09 28 visą darbo dieną.

2.13. Rengti paskaitas pasiutligės prevencijos temomis gyventojams, medžiotojams.

Paskaitos Kriaunų ir Čivylių bendruomenėse, „Sartų“ būrelio medžiotojams „Kas yra pasiutligė?“.

Kaip pasiutligė plinta? Kuo pasireiškia pasiutligė? Kaip išvengti pasiutligės? Skiepai – vienintelis pasiutligės profilaktikos būdas apkančiojus sergančiam ar nežinomam gyvūnui.

2 renginiai, 40 dalyvių.

2.14. Informuoti visuomenę apie gripo prevencines priemones.

Straipsniai „Gimtajame Rokiškyje“ ir visuomenės sveikatos biuro intrnetiniame puslapyje „Gripas ar peršalimas“, „Peršalimo ligos –kova ir prevencija“.

2.15. Parengti ir paskelbti spaudoje straipsnių apie tuberkuliozės profilaktiką.

Kovo 24 d. Pasaulio sveikatos apsaugos organizacijos sprendimu minima Tarptautinė tuberkuliozės diena. Ši diena skirta plačiau informuoti žmones apie pavojingą ligą. **Straipsnis „Labiausia pasaulyje išplitusi užkrečiama liga – tuberkuliozė“.**

2.16. Organizuoti mokymus seniūnijų, mokyklų socialiniams darbuotojams tuberkuliozės profilaktikos ir kontrolės tema.

Renginys mokyklose dirbantiems visuomenės sveikatos priežiūros specialistams, mokyklų socialiniams darbuotojams, socialinės paramos centro darbuotojams „Kovokime prieš tuberkuliozę aktyviai ir pažangiai“. Pateikta informacija, kaip darbuotojui dirbančiam sveikatos, socialinio ar švietimo sektoriuje apsisaugoti nuo tuberkuliozės, kaip puoselėti ir stiprinti komandinį darbą tarp socialinio, sveikatos ir švietimo sektorių, savivaldybės institucijų.

Skleisti informaciją žmonėms apie apsisaugojimo nuo tuberkuliozės priemones.

1 renginys, 35 dalyviai.

Priklausomybių prevencija

2.17. Organizuoti ir teikti konsultacijas psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos klausimais Rokiškio rajono gyventojams.

Psichotropinių medžiagų vartojimo prevencija, paskaita - diskusija „Teisė rinktis“. Renginys Rokiškio jaunimo mokykloje, Obelių vaikų globos namuose, Obelių gimnazijoje filmo „Tavo pasirinkimas“ peržiūra, aptarimas ir diskusijos. Psichotropinių medžiagų vartojimo priežastys ir pasekmės, socialinių ir kultūrinių veiksnių įtaka, į priklausomybę linkusios asmenybės ypatumai. Atsakymai į klausytojų klausimus.

Obelių savarankiško gyvenimo namai, renginys „Noriu keistis“, alkoholio ir psichotropinių medžiagų sukeltos priklausomybės, kur ieškoti pagalbos, kaip padėti sau ir artimam žmogui, turinčiam problemų. **4 renginiai, 120 dalyvių.**

2.18. Organizuoti ir vykdyti prevencinį darbą su rizikos grupėmis seniūnijose.

Obelių savarankiško gyvenimo namai, Juodupės bendruomenėje renginys „Paprastos tiesos“ , paskaita apie užkrečiamas ligas (pedikukiozė, niežai, blusos, helmintozės), kaip to išvengti, atsakomybė už save ir gyvenačius šalia. **2 renginiai, 35 dalyviai.**

2.19. Vykdyti mokymus bendruomenėse „Alkoholio poveikis šeimos santykiams“.

Lailūnų, Žiobiškio bendruomenėse, Rokiškio jaunimo mokykloje renginys „Gyvenimas šalia geriančio“.

Alkoholiką turinčios šeimos vadinamos disfunkcinėmis. Be alkoholizmo ligos, jas griauna neigiamos emocijos, tylėjimas, problemos ignoravimas ir gėdos jausmas. Problemos kyla dėl geriančiojo neprognozuojamo, asocialaus, destruktivaus elgesio, kasdienių darbų neatlikimo, pajamų sumažėjimo, pasitikėjimo vienas kitu stigimo, susvetimėjimo. Reikia išmokyti priimti situaciją ir atrasti racionalų elgesio modelį joje. Išėiti iš geriančiojo žaidimo – pagalbos, gailėsčio ir gėdos uždaro rato. **3 renginiai, 70 dalyvių.**

2.20. Pateikti informaciją apie alkoholio vartojimo daromą socialinę ir ekonominę žalą žmogaus sveikatai bei visuomenei (informacija internetiniame puslapyje).

Lietuvos statistikos departamentas praneša, kad, išankstiniais duomenimis, 2010 m. vienam gyventojui teko vidutiniškai 11,3 litro absoliutaus (100 proc.) alkoholio, o vienam 15 metų ir vyresniam gyventojui – 13,3 litro, tai atitinkamai 0,4 ir 0,5 litro daugiau nei 2009 m. (2 lentelė)

Alkoholio vartojimas

2 lentelė

	2009 m.	2010 m.
Tenka absoliutaus (100 proc.) alkoholio, litrais		
Vienam gyventojui	10,9	11,3
Vienam 15 metų ir vyresniam gyventojui	12,8	13,3

Valstybinio psichikos sveikatos centro duomenimis, 2010 m. 798 asmenys pirmą kartą kreipėsi į gydymo įstaigas dėl alkoholinės psichozės ir 1,1 tūkst. – dėl lėtinio alkoholizmo, tai atitinkamai 37 ir 152 asmenimis mažiau nei 2009 m. 2010 m. pabaigoje gydymo įstaigų įskaitoje buvo 55,3 tūkst. lėtinio alkoholizmu sergančių asmenų. Palyginti su 2009 m., jų skaičius sumažėjo.

Higienos instituto Sveikatos informacijos centro duomenimis, praėjusiais metais dėl alkoholio vartojimo mirė 962 žmonės, arba 57 žmonėmis mažiau nei 2009 m. Dažniausia šių mirčių priežastis buvo alkoholinė kepenų liga (46 proc.), atsitiktinis apsinuodijimas alkoholiu (32 proc.) ir alkoholinė kardiomiopatija (13,5 proc.). Palyginti su 2009 m., mirusiųjų dėl atsitiktinio apsinuodijimo alkoholiu sumažėjo dešimtadaliu. 2010 m. vyrų mirtingumas dėl alkoholio vartojimo beveik 4 kartus viršijo moterų.

Valstybinės darbo inspekcijos duomenimis, 2010 m. nuo nelaimingų atsitikimų darbe nukentėjo 38 neblaivūs asmenys, iš kurių 7 žuvo (2009 m. – 11). Dar 9 neblaivūs asmenys (2009 m. – 6) nukentėjo kelyje iš darbo (į darbą).

Policijos departamento prie Vidaus reikalų ministerijos duomenimis, 2010 m. užregistruoti 528 kelių eismo įvykiai dėl neblaivių asmenų kaltės, arba kas septintas užregistruotas įvykis. 2010 m., palyginti su 2009 m., neblaivių asmenų sukeltų kelių eismo įvykių padaugėjo 23 procentais. Juose žuvo 63, buvo sužeisti 699 žmonės. Dėl kas antro neblaivių asmenų sukulto kelių eismo įvykio buvo kalti neblaivūs vairuotojai. Šiuose įvykiuose pernai žuvo 33 ir buvo sužeisti 394 žmonės. Neblaivių vairuotojų sukeltų kelių eismo įvykių 2010 m. sumažėjo 9 procentais.

2.21. Organizuoti mokymus socialiniams darbuotojams.

Obelių savarankiško gyvenimo namų darbuotojams, Rokiškio socialinės pramos centro ir Jūžintų filialo darbuotojams bei lankomosios priežiūros ir asmeniniams asistentams skaitytos paskaitos „Perdegimas, pagalba sau“, „Streso valdymas, darbo planavimas“.

2 renginiai, 50 dalyvių.

Lėtinių neinfekcinių ligų prevencija

2.22. Organizuoti užsiėmimus senjorams sveikos mitybos ir LNL ligas, būdingas senatvėje.

Lapkričio 8 d. Europos sveikos mitybos diena, renginys savivaldybės salėje „Sveika ir skanu“ tradiciškai organizuojamas trečius metus. Dalyvavo Lailūnų, Kavoliškio, Kriaunų, Laibgalių, Jūžintų bendruomenės, darželio – mokyklos „Varpelis“ Laibgalių skyrius, individualiai sveikus patiekalus pristatė Larisa Raišienė, Eugenijus Žinka supažindino su medaus teikiama nauda sveikatai.

Kamajų, Juodupės, Laibgalių, Jūžintų, Žiobiškio bendruomenėse renginys „Siekiu sveikatos“, sveikos mitybos pagrindai ir principai: nuosaikumas, įvairumas, subalansuotumas. Maisto priedų žala, kodėl verta skaityti produktų etiketes.

6 renginiai, 180 dalyvių.

2.23. Organizuoti Pasaulinės sveikatos dienos minėjimą (balandžio 7 d.). Organizuoti užsiėmimus Rokiškio rajono gyventojams.

Renginys Rokiškio dvare „Gydytojo stiprybė – jo širdyje“. Dalyvavo pirminės asmens sveikatos priežiūros centro, rajoninės ligoninės, psichikos sveikatos centro darbuotojai, „Gimtojo Rokiškio“ redakcijos atstovai. Įteiktos padėkos už nuoširdų mediko darbą.

„Vartokime antimikrobinius vaistus atsakingai. Netinkamai gydantis šiandien, rytoj jie bus neveiksmingi“. Straipsnis „Gimtojo Rokiškio“ laikraštyje, internetiniame puslapyje.

„Žmogaus gyvybės vertė“ - renginys suaugusiųjų mokymo centre. Gyvybės diena – tai diena, kalbanti apie vyro ir moters meilę, santuoką, ištikimybę, šeimą. Šeima yra naujos gyvybės kūrėja. Kiekvienas sąmoningas, doras ir geros valios žmogus turi saugoti ir mylėti žmogiškąją gyvybę. Nuo pat prasidėjimo momento tampama žmogumi ir kiekvienas su nepaprasta jėga veržiamės į gyvenimą, kaip į stebuklą.

2.24. Organizuoti Pasaulinės judėjimo sveikatos labui dienos minėjimą. Paskelbti informacinį straipsnį.

Rugsėjo 26 d. - visuotinė rytinė mankšta, judrūs žaidimai ir šokiai per pertraukas Rokiškio rajono bendrojo lavinimo mokyklose ir vaikų darželiuose.

Rugsėjo 27 d. - ko jūs galite tikėtis sportuodami treniruoklių salėje? Klubas „ROSPO“ Vilniaus g. 3, Rokiškis. Nemokamos trenerių konsultacijos ir pirmos pamokos norintiems sportuoti.

Rugsėjo 28 d. - Sveikatingumo aerobika pradedantiesiems. „Romuvos“ gimnazijos salėje, Taikos g. 17, Rokiškis, trenerė L. Pernavienė.

Rugsėjo 29 d. - ko jūs galite tikėtis sportuodami treniruoklių salėje? Klubas „ROSPO“ Vilniaus g. 3, Rokiškis. Nemokamos trenerių konsultacijos ir pirmos pamokos norintiems sportuoti.

Rugsėjo 30 d. - pilateso metodas – viso kūno mankštos sistema. „Romuvos“ gimnazijos salėje, Taikos g. 17, Rokiškis, trenerė L. Pernavienė.

Informacinis straipsnis Gimtojo Rokiškio laikraštyje apie vykstančius užsiėmimus.

2.25. Skatinti Rokiškio rajono gyventojus dalyvauti valstybinėje širdies ir kraujagyslių ligų profilaktikos ir ankstyvos širdies ir kraujagyslių ligų diagnostikos programoje.

2011 metais Rokiškio PASPC profilaktiškai ankstyvos širdies ir kraujagyslių ligų diagnostikos programoje dalyvavo **2628** gyventojai, tai sudaro **38 proc.** planuotų patikrinimų.

Širdies ir kraujagyslių ligos visame pasaulyje siejamos su netinkama žmonių gyvensena: nesveika mityba (maiste per daug riebalų, cholesterolio, druskos), rūkymu, sumažėjusiu fiziniu aktyvumu, antsvoriu bei negydomu padidėjusiu arteriniu kraujospūdžiu ar cukriniu diabetu. Programa skirta vyrų nuo 40 iki 55 metų ir moterų nuo 50 iki 65 metų širdies ir kraujagyslių ligų prevencijai. Programos priemonės taikomos vieną kartą per metus.

Pagaminta 200 informacinių skarjučių apie vykdomą programą, išdalinta renginių metu.

Triukšmo prevencija (nefinansuota programa)

2.26. Organizuoti gyventojams sveikatos mokymą akcentuojant triukšmo įtaką sveikatai.

2.27. Organizuoti Tarptautinės triukšmo supratimo dienos minėjimą (parengti straipsnį).

2.28. Vykdyti akustinio triukšmo matavimus Rokiškio rajono mokyklose.

Paplūdimių vandens kokybės įvertinimas

2.29. Mikrobiologiniai ir cheminiai paplūdimių vandens tyrimai.

Nuo gegužės 15d. iki rugsėjo 15d. kas dvi savaites tirtas Vyžuonos, Sartų, Rokiškio miesto ežerų vanduo. **Atikta 60 vandens cheminių ir mikrobiologinių tyrimų.**

Atlikti vandens tyrimai dėl:

žarninių enterokokų kolonijų;

žarninių lazdelių kolonijų;

atliekų, nuolaužų ir plūduriuojančių medžiagų;

salmonelių skaičiaus;

naftos produktų;

paviršiaus aktyviųjų medžiagų;

nitratų ir nitritų;

amonio;

kjeldalio azoto;

bendrojo fosforo.

Maudymosi vietų vandens kokybės rezultatai atitiko Lietuvos higienos normos HN 92:2007 reikalavimus.

2.30. Informacijos apie vandens kokybę viešinimas spaudoje, internetiniame puslapyje, plakatai paplūdimio skelbimų lentose.

Pateikta informacija apie vandens kokybę rajoniniame laikraštyje, visuomenės sveikatos biuro internetiniame puslapyje.

Pateikta informacija apie vandens kokybę paplūdimių informaciniuose stenduose.

1. Tikslas – stebėti, analizuoti ir vertinti Rokiškio rajono gyventojų sveikatos būklę ir ją veikiančius sveikatos rizikos veiksnius

3.1 Vykdyti Rokiškio rajono visuomenės sveikatos stebėsenos programą.

2009 m. visuomenės sveikatos stebėseną buvo vykdoma pagal Rokiškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos 2010–2012 metų programą, patvirtintą Rokiškio rajono savivaldybės tarybos. Buvo renkami 2006 – 2010m. (pagal duomenų šaltinių teikiamą informaciją) Rokiškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos būklę atspindintys rodikliai: gyventojų mirtingumas, gimstamumas, sergamumas psichikos, priklausomybės, neinfekcinėmis ir infekcinėmis ligomis, traumų skaičius ir pan. Dauguma sveikatos rodiklių buvo gauti iš centralizuotai teikiamų duomenų šaltinių: Statistikos departamento prie Lietuvos Respublikos Vyriausybės, Higienos instituto Sveikatos informacinio centro leidinių ir kompiuterinių duomenų bazių, taip pat iš Panevėžio teritorinės ligonių kasos, Priešgaisrinės apsaugos ir gelbėjimo departamento prie Lietuvos Respublikos Vidaus reikalų ministerijos, Lietuvos policijos eismo priežiūros tarnybos, Lietuvos Respublikos valstybinės darbo inspekcijos.

Naudojamos sąvokos:

Sergamumas (pirminis sergamumas) – per metus nustatytų naujų ligos atvejų (ūmių ir pirmą kartą gyvenime išaiškintų lėtinių ligų) ir tų metų vidutinio gyventojų skaičiaus santykis (V. Cicėnaitė, R. Gaidelytė, M. Garbuvienė Pagrindinės sveikatos statistikos sąvokos, jų apibrėžimai ir skaičiavimas, Higienos instituto Sveikatos informacijos centras, Vilnius, 2010).

Bendrasis sergamumas – per metus užregistruotų visų ligos atvejų (naujų ir kartotinių), dėl kurių žmonės kreipėsi į sveikatos priežiūros įstaigas, ir tų metų vidutinio gyventojų skaičiaus santykis. Jis reiškia populiacijos suminį sergamumą visomis ligomis (V. Cicėnaitė, R. Gaidelytė, M. Garbuvienė. Pagrindinės sveikatos statistikos sąvokos, jų apibrėžimai ir skaičiavimas, Higienos instituto Sveikatos informacijos centras, Vilnius, 2010).

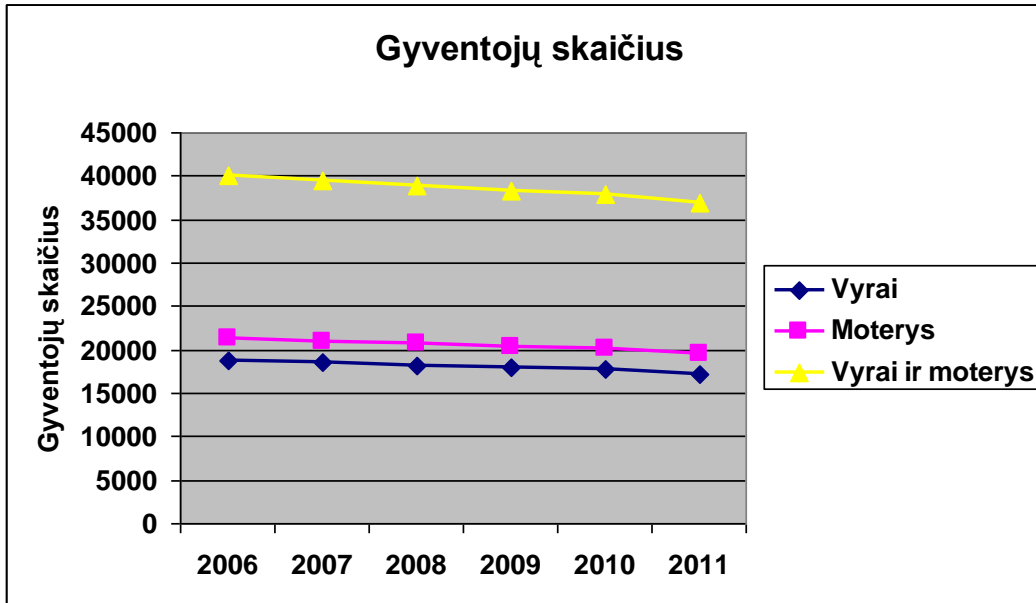
Sergantys asmenys (arba paplitimas) – asmenų, sergančių tam tikra liga arba turinčių tam tikrą požymį ir rizikos populiacijos narių skaičiaus tam tikru laikotarpiu santykis. Rizikos populiacija – tai tiriami šalyje ar tam tikroje teritorijoje gyvenantys tik tie žmonės, kurie gali sirgti tam tikra liga ar turėti analizuojamą požymį (V. Cicėnaitė, R. Gaidelytė, M. Garbuvienė Pagrindinės sveikatos statistikos sąvokos, jų apibrėžimai ir skaičiavimas, Higienos instituto Sveikatos informacijos centras, Vilnius, 2010).

Pirminio ir bendrojo sergamumo rodikliai, priklausomai nuo ligos paplitimo, gali būti skaičiuojami 1000, 10 000 ar 100 000 gyventojų: kuo dažnesnė liga, tuo mažesnis daugiklis gali būti naudojamas (V. Cicėnaitė, R. Gaidelytė, M. Garbuvienė. Pagrindinės sveikatos statistikos sąvokos, jų apibrėžimai ir skaičiavimas, Higienos instituto Sveikatos informacijos centras, Vilnius, 2010).

Protrūkis - staigus užkrečiamųjų ligų išplitimas, apėmęs riboto skaičiaus žmonių grupę ir (ar) ribotą teritoriją (Lietuvos Respublikos žmonių užkrečiamųjų ligų profilaktikos ir kontrolės įstatymas (Žin., 1996, Nr. 104-2363; 2010, Nr. 51-2478).

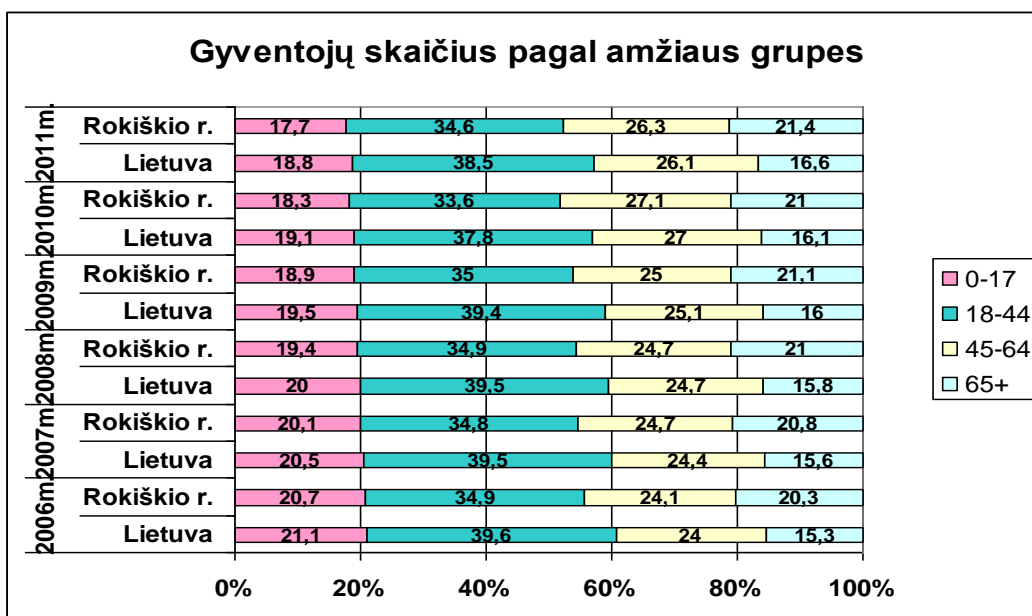
DEMOGRAFINĖ IR SOCIALINĖ EKONOMINĖ BŪKLĖ

Lietuvoje jau beveik dvidešimt metų dėl neigiamos natūralios kaitos bei didelės emigracijos sparčiai mažėja gyventojų skaičius. Rokiškio rajono savivaldybėje, kaip ir visoje Lietuvoje, gyventojų skaičius mažėja. 2011 m. Rokiškio rajono savivaldybėje buvo registruota 36877 gyventojų, t.y. 938 gyventojais mažiau, palyginti su 2010 metais, ir 3159 gyventojų mažiau, palyginti su 2006 metais. (žr. 1 pav.)



1 pav.

2011 m. didžiausią Rokiškio rajono savivaldybės gyventojų dalį pagal amžiaus grupes sudarė 18–44 metų asmenys (34,6 proc.). Šios amžiaus grupės žmonių procentas nors ir mažėja, tačiau 2011 m. išliko didžiausias ir 2010 m. Mažiausią populiacijos dalį 2010 m. sudarė 18 metų neturintys gyventojai. Pastarųjų metų laikotarpiu daugėja gyventojų, kuriems 45 ir daugiau metų (žr. 2 pav.). Mažėjant gimstamumui ir ilgėjant vidutinei gyvenimo trukmei, stebima gyventojų senėjimo tendencija.

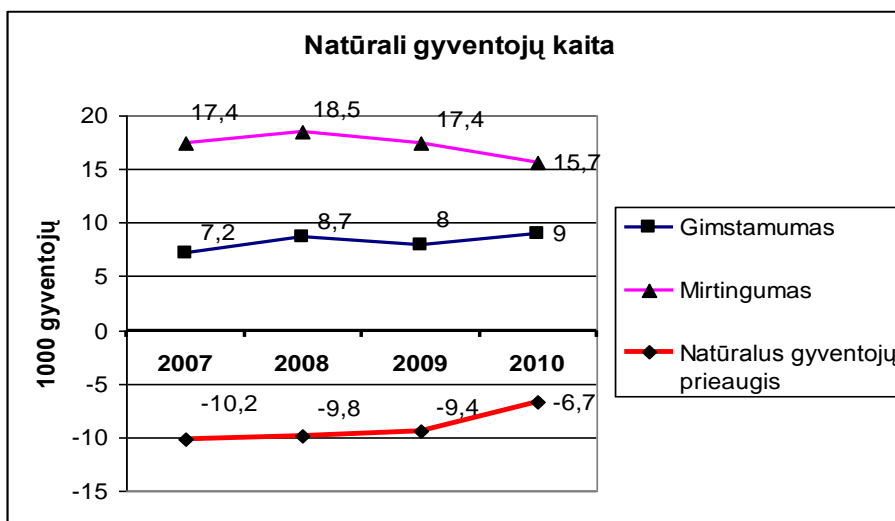


2 pav.

Gimstamumas yra labai svarbus demografinės situacijos rodiklis. 2008 m. Rokiškio savivaldybėje gimstamumas (8,7) ir mirtingumas (18,4) užregistruotas didžiausias per pastaruosius trejus metus 1000 gyventojų.

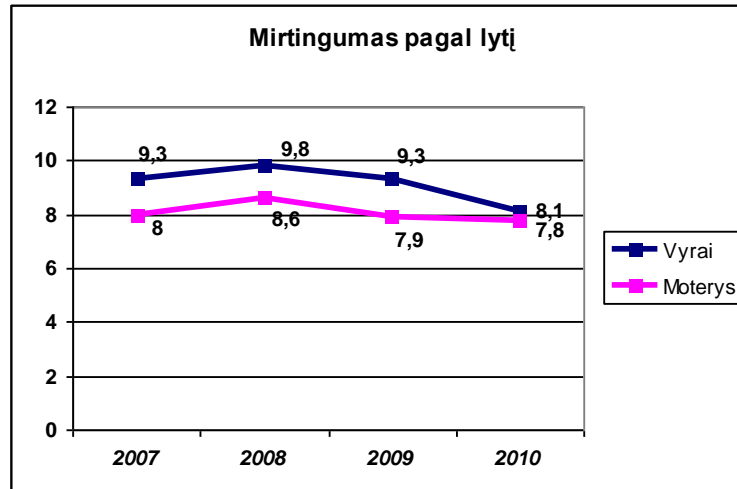
Skirtumas tarp gimstamumo ir mirtingumo, kaip ir daugelyje šalies miestų taip ir Rokiškio savivaldybėje yra neigiamas. Gimstamumo rodiklis 2009 m. pastebimas žemesnis per pastaruosius metus, todėl ir natūralaus gyventojų prieaugio neigiamas rodiklis sumažėjo nuo -9,8 2008 m. iki -6,7 2010 m. Svarbu pažymėti tai, kad toks aukščiausias natūralaus gyventojų prieaugio rodiklis per pastaruosius trejus metus.

2010 m. Rokiškio rajono savivaldybėje natūralus gyventojų prieaugis buvo -6,7 1000 gyventojų, kuomet 2009 m. buvo -9,4 1000 gyventojų (žr. 3 pav.).

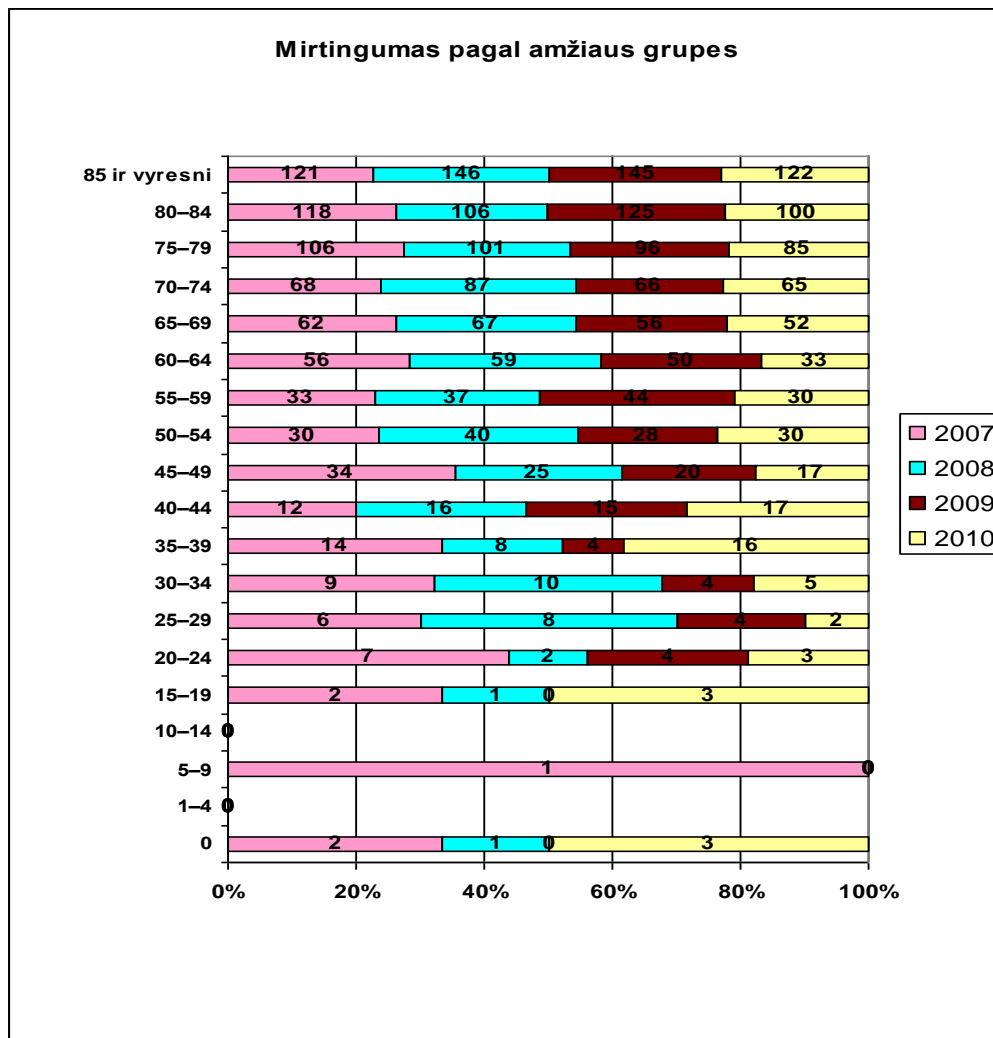


3 pav.

2007–2010 m. Rokiškio rajono savivaldybėje registruojamas didesnis vyrų mirtingumas nei moterų. Mirtingumo rodiklių santykis pagal lytį beveik nesikeitė (žr. 4 pav.).

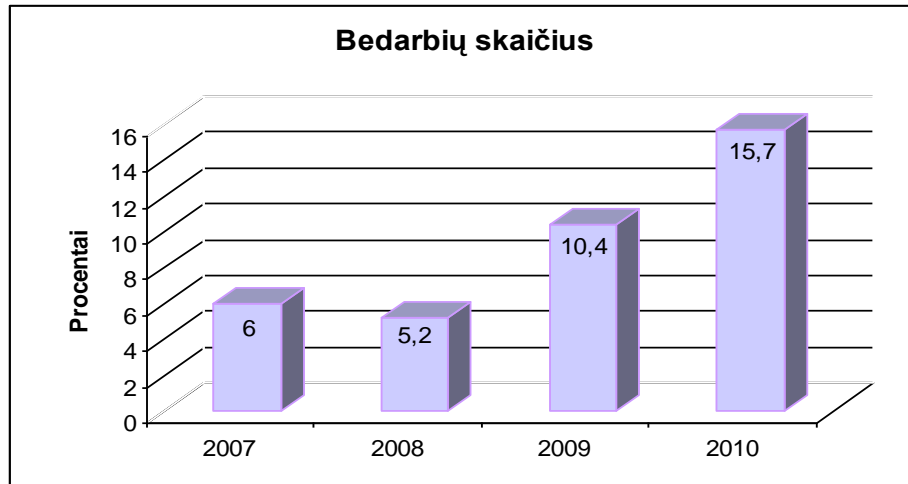
**4 pav.**

2010 m. Rokiškio savivaldybėje didžiausias mirtingumas buvo 80–84 metų bei 85 metų ir vyresnių amžiaus grupėse. Nuo 2007 m. mirtingumas šiose gyventojų amžiaus grupėse išaugo. Mirtingumo didėjimas stebimas ir 50–59 metų gyventojų amžiaus grupėje. (žr. 5 pav.).

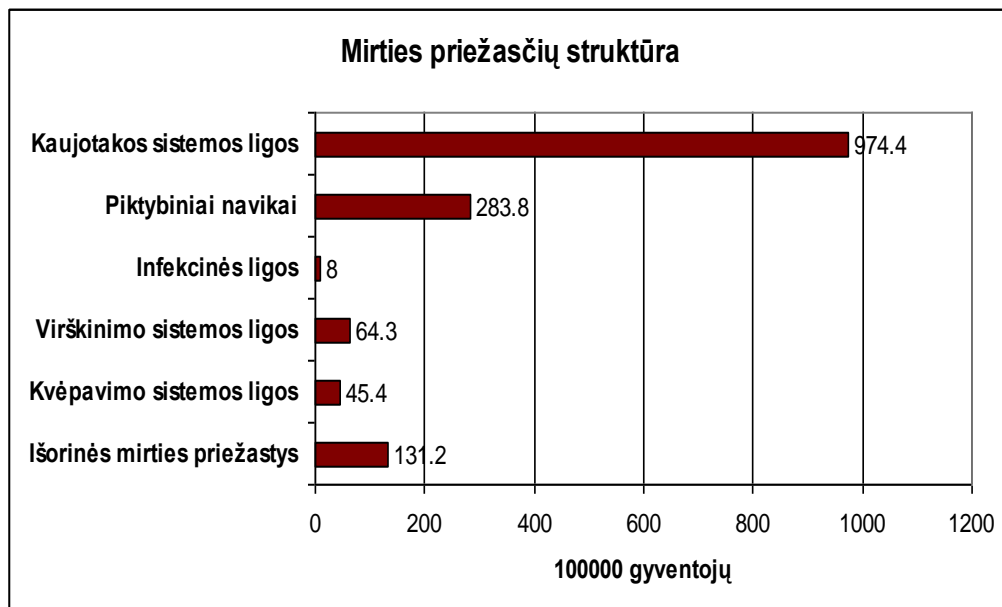


5 pav.

2008 m. nedarbo lygis Rokiškio rajono savivaldybėje sudarė 5,2 proc., 2009 metais bedarbių skaičius padvigubėjo ir sudarė 10,4 proc. 2010 m. Rokiškio rajono savivaldybėje fiksuotas 15,7 proc. nedarbo lygis (žr. 6 pav.).

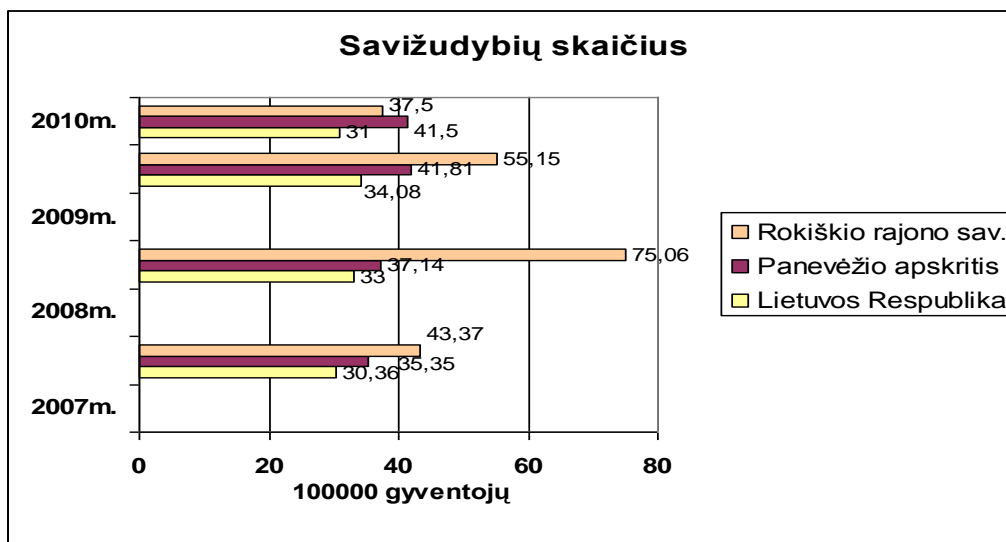
**6 pav.****GYVENTOJŲ SVEIKATOS BŪKLĖ****Rokiškio rajono gyventojų mirties priežasčių struktūra 2010 m.**

Nagrinėjant mirties priežasčių struktūrą Rokiškio rajono savivaldybėje 2007 -2010 m. daugiausia mirčių atvejų buvo užregistruota dėl kraujotakos sistemos ligų. Antroje vietoje – mirtys dėl susirgimų piktybiniais navikais, trečioje vietoje – išorinės mirties priežastys (žr. 7 pav.).

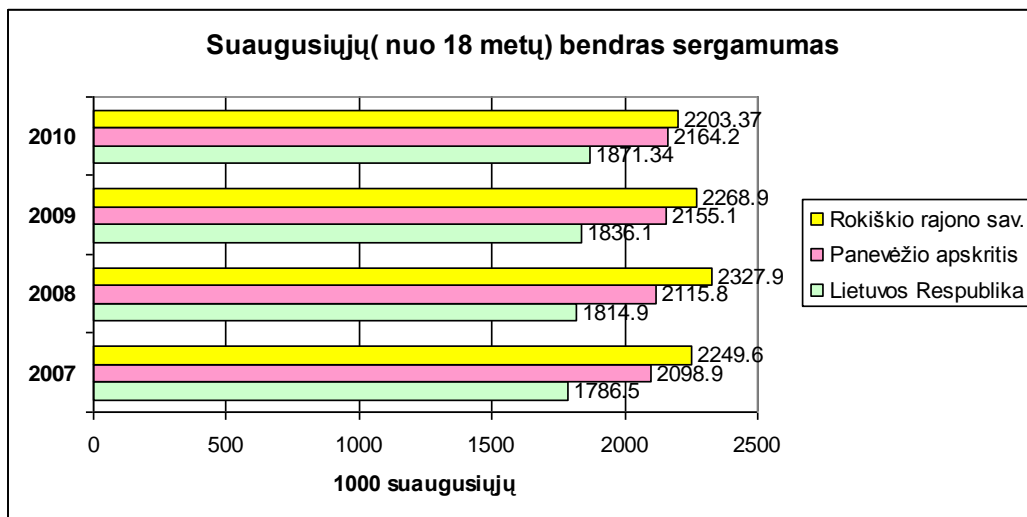


7 pav.

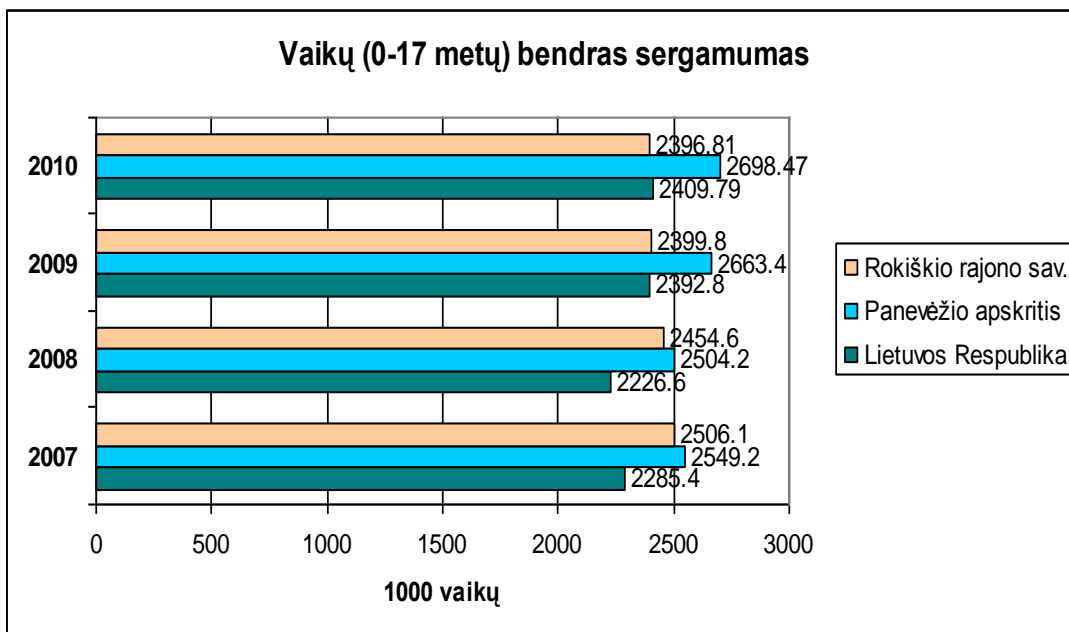
Savižudybių skaičius 100 000-čių gyventojų Rokiškio rajono savivaldybėje nuo 2009 m. iki 2010 m. sumažėjo 32 proc. tačiau viršijo Lietuvos vidurkį 61 proc.(žr. 8 pav.).

**8 pav.**

2010 m. Rokiškio rajono savivaldybėje bendras suaugusiųjų (nuo 18 metų) sergamumas 1000 suaugusiųjų sumažėjo, užregistruota 4,04 procentais mažiau susirgimų, palyginti su 2009 m., tačiau 15 proc. viršija Lietuvos rodiklį (žr. 9 pav).

**9 pav.**

2010 m. Rokiškio rajono savivaldybėje bendras vaikų (0-17 metų) sergamumas 1000 vaikų sumažėjo 5,24 procento, palyginti su 2009 m. (žr. 10 pav.)



10 pav.

BENDRASIS SERGAMUMAS ĮVAIRIOMIS LIGOMIS 2007-2010 METAIS

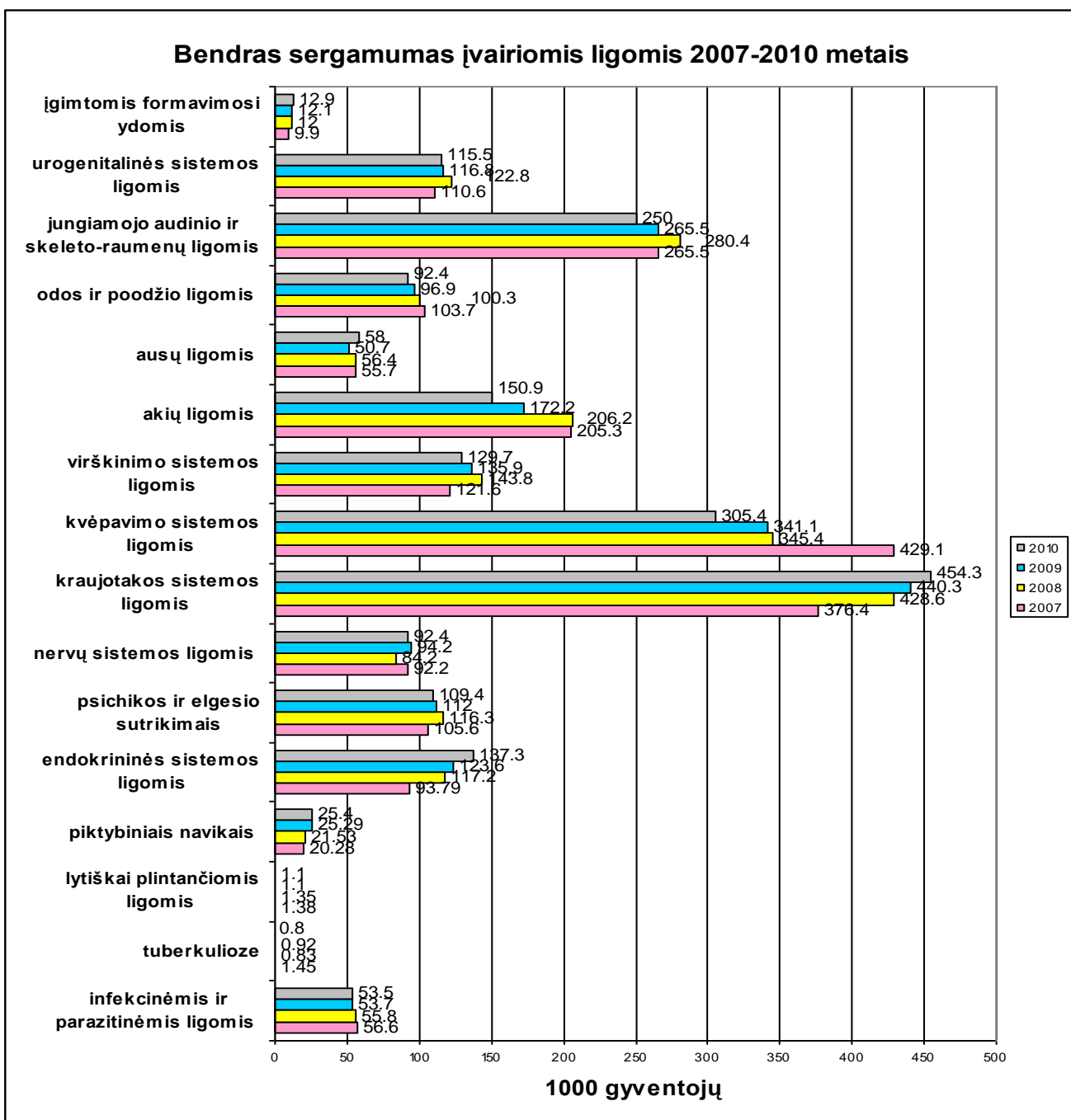
Analizuojant bendrojo sergamumo situaciją paaiškėjo, kad daugiausia kraujotakos sistemos ligų, kurios sudaro 454,3 atv. 1000 gyventojų, tai yra 2010 metais beveik kas antras Rokiškio gyventojas sirgo šiomis ligomis (16 pav.). Kvėpavimo sistemos ligos užima antrą vietą sergamumo struktūroje. 2010 m. kas trečias Rokiškio gyventojas turėjo problemų su šia sistema: 305,4 atv. 1000 gyventojų.

Trečioje vietoje užima jungiamojo audinio ir skeleto – raumenų sistemos ligos, kuriomis iš 1000 gyventojų serga 250 Rokiškio gyventojai.

Akių ligos yra ne ką mažiau svarbios nei anksčiau aptartos. Norint apsaugoti regėjimą, svarbu žinoti veiksnius, kurie silpnina arba visai sugadina jį. Vaikystėje ir ypač paauglystėje labai svarbu užkirsti kelią sutrikimų plitimui. Sergamumas akių ligomis sudaro 150,9 atv. iš 1000 gyventojų, tai yra beveik kas šeštas Rokiškio gyventojas serga šiomis ligomis.

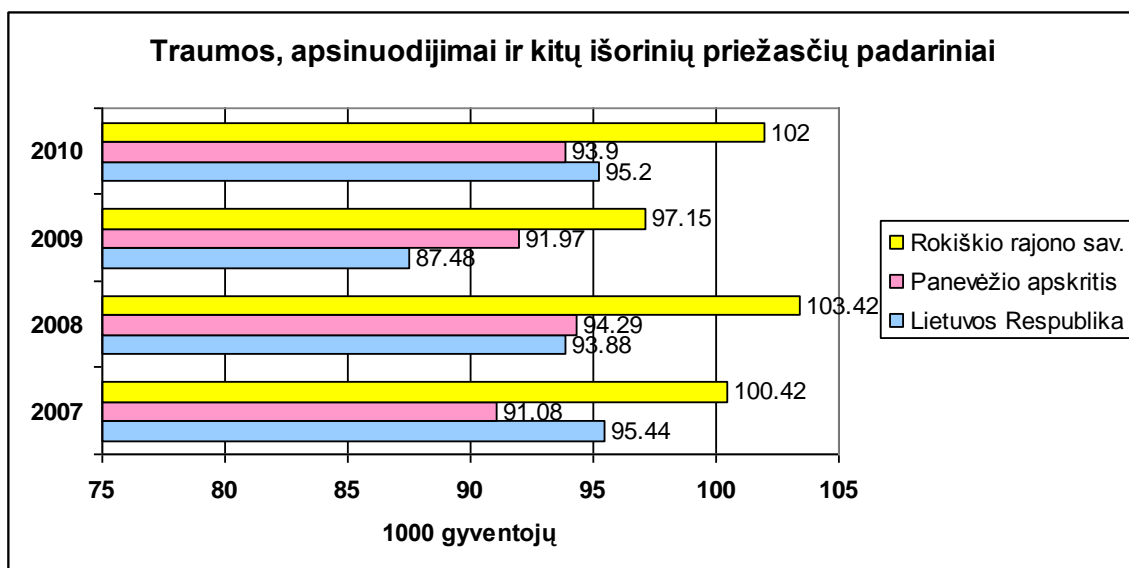
Pastebima, jog vis daugiau sergama endokrininėmis ligomis 137,3 atv.1000 gyventojų. Įvairūs endokrininiai sutrikimai daro didžiulę neigiamą įtaką psichikai, širdies bei apskritai viso organizmo veiklai. Endokrininės sistemos ligos Rokiškio rajono savivaldybėje nuo 2007 iki 2010 m. metų tendenciją didėti.

Virškinimo, urogeninės sistemos, nervų sistemos ligų bendras sergamumas sudarė atitinkamai 129,7; 115,5; ir 92,4 atv. iš 1000 gyventojų. (žr. 11 pav.).



11 pav.

2009 m. Rokiškio rajono savivaldybėje traumų, apsinuodijimų ir kt. išorinių priežasčių padarinių atvejų buvo tik 6 procentais mažiau nei 2008 m. Šis rodiklis 11 proc. viršija šalies rodiklį. 2010 m. Rokiškio rajono savivaldybėje traumų, apsinuodijimų ir kt. išorinių priežasčių padarinių atvejų padidėjo 3 procentais (žr. 12 pav.)



12 pav.

FIZINĖS APLINKOS VEIKSNIAI

Rokiškio rajono savivaldybėje nuolat vykdoma maudymosi vietų vandens kokybės stebėseną 3 vandens telkiniuose. 2009–2011 m. maudymosi vietose paimtų mėginių, viršijančių maudymosi sezonu galiojančias mikrobiologinių parametru normas, nustačius (žr. 1, 2 lenteles).

1 lentelė. Informacija apie maudyklų mėginių tyrimo rezultatus

Maudymosi vietos pavadinimas	Bandinio ėmimo data	Mikrobiologiniai parametrai	Bandinio ėmimo data	Mikrobiologiniai parametrai	Bandinio ėmimo data	Mikrobiologiniai parametrai
Rokiškio ežeras	2009-05-12	Atitinka*	2010-05-19	Atitinka*	2011-05-23	Atitinka*
	2009-06-02	Atitinka*	2010-06-02	Atitinka*	2011-06-06	Atitinka*
	2009-07-01	Atitinka*	2010-06-16	Atitinka*	2011-06-27	Atitinka*
	2009-07-13	Atitinka*	2010-07-07	Atitinka*	2011-07-12	Atitinka*
	2009-07-30	Atitinka*	2010-07-21	Atitinka*	2011-07-26	Atitinka*
	2009-08-11	Atitinka*	2010-08-04	Atitinka*	2011-08-08	Atitinka*
	2009-08-25	Atitinka*	2010-08-18	Atitinka*	2011-08-23	Atitinka*
	2009-09-07	Atitinka*	2010-09-01	Atitinka*	2011-09-05	Atitinka*
Sartų ežeras	2009-05-12	Atitinka*	2010-05-19	Atitinka*	2011-05-23	Atitinka*
	2009-06-02	Atitinka*	2010-06-02	Atitinka*	2011-06-06	Atitinka*
	2009-07-01	Atitinka*	2010-06-16	Atitinka*	2011-06-27	Atitinka*
	2009-07-13	Atitinka*	2010-07-07	Atitinka*	2011-07-12	Atitinka*
	2009-07-30	Atitinka*	2010-07-21	Atitinka*	2011-07-26	Atitinka*
	2009-08-11	Atitinka*	2010-08-04	Atitinka*	2011-08-08	Atitinka*
	2009-08-25	Atitinka*	2010-08-18	Atitinka*	2011-08-23	Atitinka*

	2009-09-07	Atitinka*	2010-09-01	Atitinka*	2011-09-05	Atitinka*
Vyžuonos ežeras	2009-05-12	Atitinka*	2010-05-19	Atitinka*	2011-05-23	Atitinka*
	2009-06-02	Atitinka*	2010-06-02	Atitinka*	2011-06-06	Atitinka*
	2009-07-01	Atitinka*	2010-06-16	Atitinka*	2011-06-27	Atitinka*
	2009-07-13	Atitinka*	2010-07-07	Atitinka*	2011-07-12	Atitinka*
	2009-07-30	Atitinka*	2010-07-21	Atitinka*	2011-07-26	Atitinka*
	2009-08-11	Atitinka*	2010-08-04	Atitinka*	2011-08-08	Atitinka*
	2009-08-25	Atitinka*	2010-08-18	Atitinka*	2011-08-23	Atitinka*
	2009-09-07	Atitinka*	2010-09-01	Atitinka*	2011-09-05	Atitinka*

*- maudymosi vietų vandens kokybės rezultatų atitikimas Lietuvos higienos normos HN 92:2007 reikalavimams.

(Šaltinis: Sveikatos mokymų ir ligų prevencijos centras)

2 lentelė. Stebimų ir nuolat kontroliuojamų maudyklų dalis

	2007m.	2008m.	2009m.	2010m.
Rokiškio rajono sav.	3	3	3	3

(Šaltinis: Higienos institutas)

2. Vykdyti pirminę sveikatos priežiūrą Rokiškio rajono bendro lavinimo mokyklose.

Vykdyti mokinių sveikatos stebėseną.

Pagal Sveikatos apsaugos ministro 2005 metų birželio 9 d. įsakymą Nr. V-476 patvirtintą Lietuvos higienos normą bendrojo lavinimo mokykloms mokiniai turi kasmet iki rugsėjo 15 d. mokyklai pateikti informaciją apie profilaktinio sveikatos patikrinimo rezultatus. Ši informacija naudojama auditui bei stebėsenai.

Kad sveikatą pasitikrintų visi mokiniai, yra labai svarbu, nes, neturėdami informacijos apie vaiko sveikatą, mokytojai ir visuomenės sveikatos specialistai negali užtikrinti, kad ugdymo proceso metu nebus jai pakenkta. Laiku pristatytos pažymos yra labai svarbios, nes rekomendacijose šeimos gydytojas nurodo, kokią fizinio lavinimo grupę vaikas galės lankyti: pagrindinę, parengiamąją ar specialiąją; ar vaikui ne per sunkus įprastas krūvis; ar mokinys per fizinio lavinimo pamokas gali daryti visus pratimus. Pažymose įrašyta patikrinimų informacija apie mokinio regėjimą, laikyseną, polinkius alergijai, kraujotakos, nervų, kvėpavimo ir kitus organizmo sistemų sutrikimus - svarbi nustatant tausojančio maitinimo organizavimo poreikį, atkreipiant dėmesį į mokinių laikysenos bei stebėsenos ypatumus, nustatant prioritетines sveikatos mokymo sritis.

Mokyklų visuomenės sveikatos specialistai, remdamiesi sveikatos pažymose įrašytomis rekomendacijomis, rūpinasi mokinių sveikatą saugojančių ir stiprinančių priemonių

įgyvendinimu, numato ir padeda mokyklos administracijai šalinti ligas sukeliančius veiksnius. Specialistai prižiūri, kaip organizuojamas moksleivių maitinimas, skatina šiuos maitintis sveikai, ugdo sveikos mitybos įgūdžius bei sveikos gyvensenos stereotipus. Taip pat organizuoja traumų ir nelaimingų atsitikimų, fizinio, psichologinio, seksualinio smurto prevenciją mokyklose, teikia pirmąją pagalbą pavojingų būklių, traumų, nelaimingų atsitikimų ar apsinuodijimų atvejais.

Mokyklų visuomenės sveikatos specialistų duomenimis, 2011 metais Rokiškio rajono mokyklose iš viso mokėsi 4369 mokiniai, iš jų 294 - pirmose klasėse, 53 - jaunimo mokykloje. Visame rajone, sveikatą pasitikrino 4317 mokiniai (98,6 proc. visų mokinių), iš jų pirmų klasių - 294 (97,3 proc.). Bendra visų sveikatą pasitikrinusių mokinių dalis sudarė 98 proc.

Bendras mokinių sergamumas

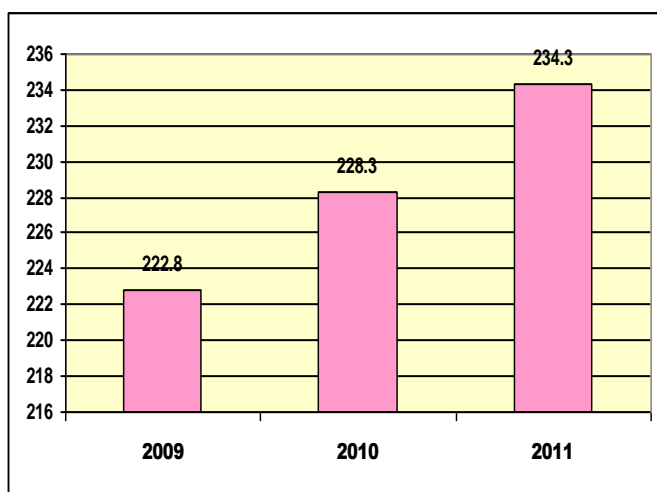
Palyginti su 2010 m., bendras Rokiškio rajono moksleivių sergamumas padidėjo 8,6 proc. 2009 m. užregistruotas bendras moksleivių sergamumas siekė 558,2 atvejus 1000 moksleivių. 2010 metais sergamumas pakilo – 767,9 atvejais 1000 moksleivių.

Sveikiausi vaikai tarp pradinėjų mokyklų – Kalvių pradinėje mokykloje (sergamumas yra 200 atvejų 1000 moksleivių); Pandėlio pradinėje sergamumas yra 516,6; Kavoliškio -600; Laibgalių – 611,1; Senamiesčio – 652,1; „Varpelio“ darželyje-mokykloje – 693,3 atvejų 1000 moksleivių.

Tarp pagrindinių mokyklų sveikiausi mokiniai - Panemunėlio mokykloje (sergamumas yra 568,5 atvejų 1000 moksleivių); Kriaunų – 937,5. Tarp gimnazijų sveikiausi Kamajų moksleiviai (sergamumas yra 486,1 atvejų 1000 moksleivių). Obelių gimnazijoje 553,2; „Romuvos“ – 846,9; Juozo Tūbelio – 903,8; Pandėlio gimnazijoje – 908,8 atvejais 1000 moksleivių. Jūžintų vidurinėje mokykloje – 490; Juozo Tumo-Vaižganto vidurinėje mokykloje – 642,1, atvejais 1000 moksleivių.

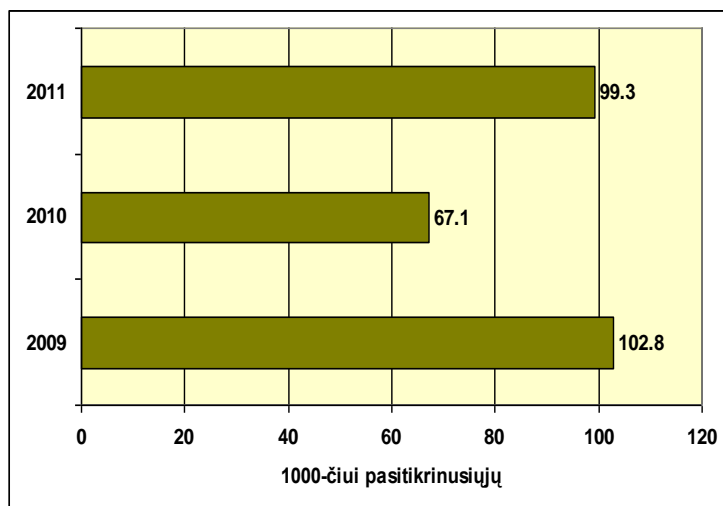
Mokinių sergamumas.

Tarp Rokiškio rajono moksleivių 2010 metais palyginti su 2011 metais regos sutrikimų padaugėjo. Praėjusiais metais nustatyti 228,3 atvejais regos sutrikimų 1000 pasitikrinusių sveikatą. 2011 metais tokių sutrikimų turėjo 234 mokiniai 1000 pasitikrinusių (1 pav.).



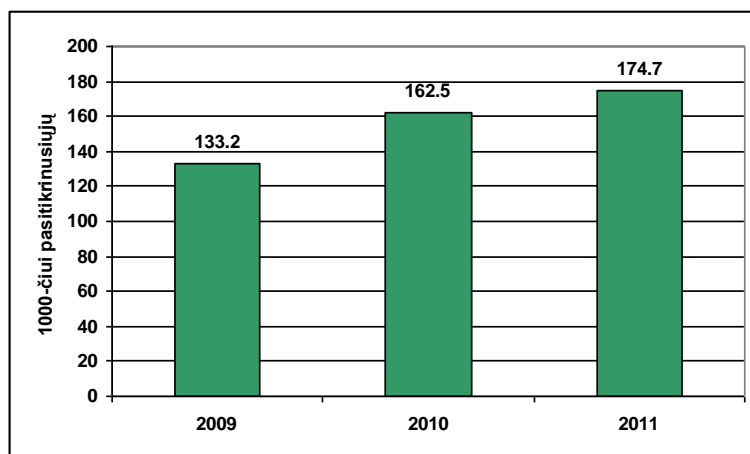
1 pav.

2011 metų pirmokų regėjimas žymiai geresnis (99 mokinių su regėjimo sutrikimais 1000 pasitikrinusių), negu 2010 metų pirmokų (67 mokiniai 1000 pasitikrinusių). Daugiausia regos sutrikimų nustatyta tarp pirmų klasių moksleivių 2009 metais – 102,8 atvejai 1000 vaikų. Nuo 2009 m. iki 2010 m. pirmokų, turinčių regos sutrikimų, skaičius nežymiai mažėjo nuo 102,8 atvejų 1000 vaikų iki 67,1 atvejų 1000. 2011 metais 1000 pasitikrinusių pirmos klasės mokinių teko 99,3 atvejai regos sistemos sutrikimų (2 pav.).



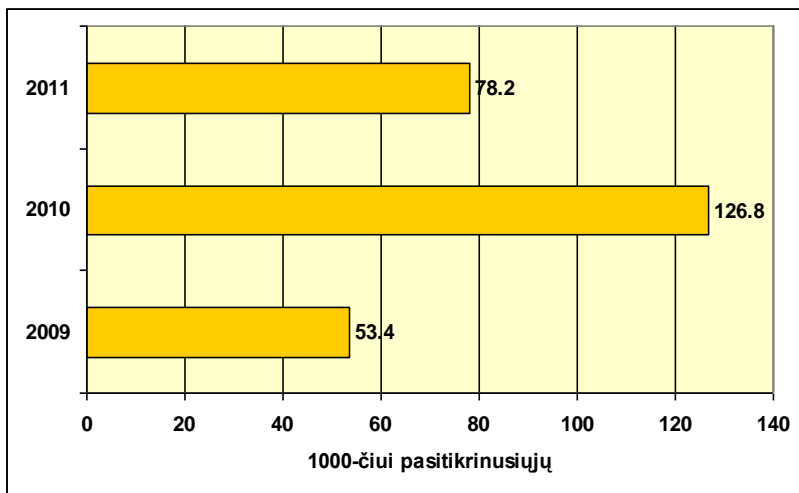
2 pav.

Palyginus 2010 ir 2011 m. duomenis pastebėta, kad sergamumas skolioze tarp Rokiškio rajono mokinių nuolat didėja kaip ir netaisyklinga laikysena. Laikysenos sutrikimų 2011 m. 1000-čiui pasitikrinusių mokinių teko 174,7 atvejai (3 pav.)



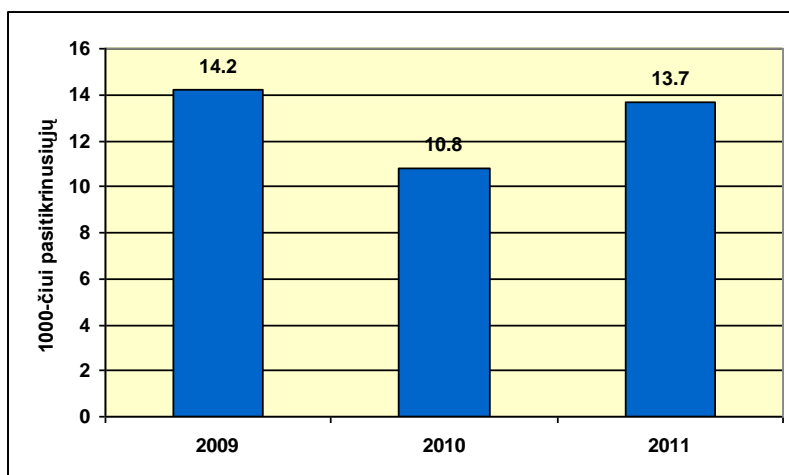
3 pav.

Kasmet vis daugiau pirmųjų klasių mokinių ateina į mokyklą jau turėdami laikysenos sutrikimų. 1000 pasitikrinusių pirmokų teko 78,8 turintys laikysenos sutrikimų (2009 m. – 53,4) (4 pav.)



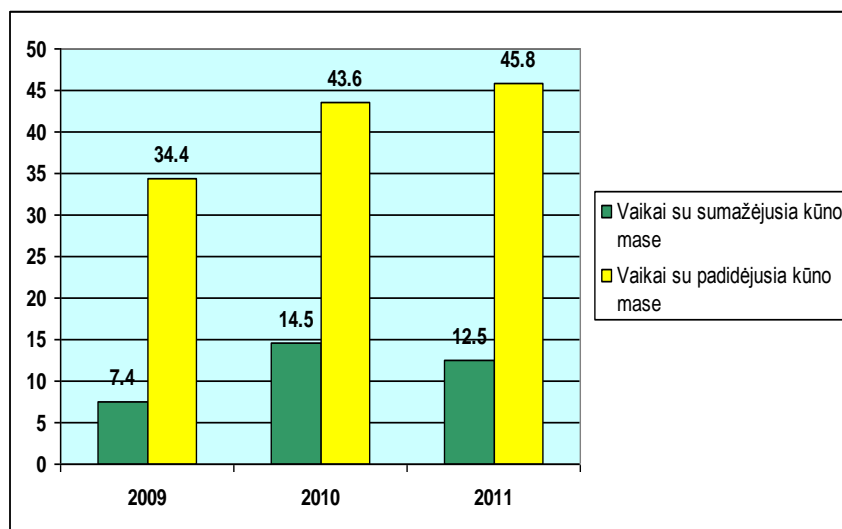
4 pav.

Mokinių, kuriems nustatyta skoliozė, skaičius 1000 pasitikrinusių sumažėjo nuo 14,2 atvejo 2009 m. iki 13,7 atvejo 1000 moksleivių 2011 m. 2011 metais pirmokų, sergančių skolioze, nėra, 2009 metais buvo 1 moksleivis (5 pav.)



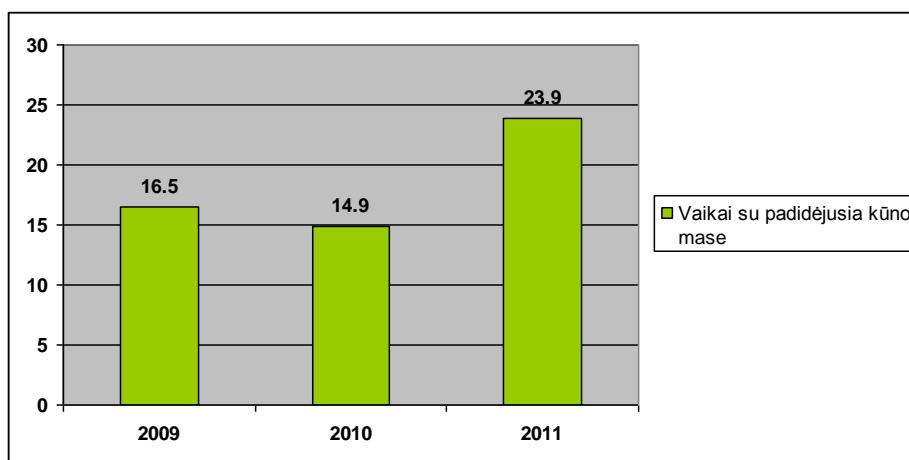
5 pav.

Svarbūs rodikliai, parodantys mokinių sveikatos būklę, yra kūno masė ir pasiskirstymas pagal fizinio ugdymo grupes. Daugėja vaikų, turinčių antsvorį, bei lankančių parengiamąsias ir specialiąsias fizinio pajėgumo grupes. Tai pagrindiniai sveikos gyvensenos įgūdžių trūkumo padariniai. 2011 m. sumažėjo moksleivių, kurių yra sumažėjusi kūno masė, bei išaugo vaikų su padidėjusia kūno mase skaičius (6 pav.)



6 pav.

Pirmų klasių mokinių su padidėjusia kūno mase skaičius nuo 2009 m. iki 2011 m. išaugo daugiau nei 2 kartus ir sudarė 23,9 atvejo 1000 patikrintų mokinių (7 pav.)



7 pav.

Pagrindinę fizinio pajėgumo grupę lanko 41,3 proc. sveikatą pasitikrinusių mokinių, parengiamąją – 47,1 proc., specialiąją – 9.9 proc. ir visai atleista nuo kūno kultūros pamokų yra 0,3 proc. moksleivių.

4. Tikslas – gerinti visuomenės sveikatos priežiūros paslaugų infrastruktūrą ir personalo kvalifikaciją.

4.1. Vykdyti projektą „Visuomenės sveikatos specialistų kvalifikacijos kėlimas“.

Nuo 2010 metų Rokiškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras kartu su partneriu Klaipėdos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuru vykdė projektą „Visuomenės sveikatos specialistų kvalifikacijos kėlimas“, jis buvo baigtas vykdyti 2011 lapkričio 14 d. Projekto vykdymo metu biuro darbuotojai dalyvavo mokymuose:

„vaikų ir jaunimo sveikatos stiprinimas“,

„Ikimokyklinio ir mokyklinio amžiaus vaikų sveikatos stebėsenos organizavimas, vykdymas ir duomenų interpretavimas“,

„Organizavimas ir dalyvavimas vykdant visuomenės psichikos sveikatos stiprinimą ir sutrikimų profilaktiką“,

„Valstybinių visuomenės sveikatos stiprinimo ir profilaktikos programų pritaikymas ir įgyvendinimas“,

„Veiklos organizavimas ir dalyvavimas įgyvendinant fizinio aktyvumo, sveikos mitybos, kitų sveikos gyvensenos veiksnių skatinimo priemones“,

„Tikslinių savivaldybės visuomenės sveikatos stiprinimo ir profilaktikos programų rengimas, pagal savivaldybėje nustatytą sveikatos sutrikimų ar sveikatai įtakos darančių veiksnių paplitimą“,

„Visuomenės, valdymo ir vykdančiųjų institucijų informavimas ir konsultavimas visuomenės sveikatos klausimais“,

„Konfliktų valdymas“,

„Bendradarbiavimas su socialiniais partneriais“,

„Lėtinių ir onkologinių ligų naujausios profilaktikos ir prevencijos priemonės“,

„Visuomenės sveikatos netolygumų mažinimo priemonių planavimas ir įgyvendinimas savivaldybėje“,

„Viešųjų pirkimų aktualijos“.

„Visuomenės sveikatai darančių įtaką aplinkos (fizinės, socialinės, ekonominės) veiksnių analizavimas ir vertinimas bei dalyvavimas planuojant ir įgyvendinant poveikio mažinimo priemones“.

4.2. Dalyvavauti kitų institucijų organizuojamuose kvalifikacijos kėlimo kursuose.

Vaikų ir jaunimo sveikatos priežiūros specialistė Valentina Mickienė ir Visuomenės sveikatos stiprinimo specialistė Laimutė Narbutienė dalyvavo Higienos instituto organizuojamose kvalifikacijos kėlimo kursuose „Psichikos sveikatos stiprinimo ir psichikos sutrikimų prevencijos moksliniai pagrindai ir praktinis pritaikymas“.

Visuomenės sveikatos stiprinimo specialistė Laimutė Narbutienė dalyvavo seminare „Erkių platinamos ligos“.

Vaikų ir jaunimo sveikatos priežiūros specialistė Valentina Mickienė dalyvavo II tarptautiniame simpoziume krūties vėžio prevencijai „Second international symposium on breast cancer prevention: epigenome, nutrition, and public policy“ Rennes, Prancūzija.

4.3. Rokiškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro patalpų renovavimas:

Vykdyti projektą „Visuomenės sveikatos infrastruktūros plėtra Rokiškio rajono savivaldybėje“.

Šis projektas yra vykdomas nuo 2010 m. kovo mėnesio. 2011m. gruodžio 31 d. buvo sėkmingai įvykdytas. Iš šio projekto buvo suremontuotos Rokiškio savivaldybės administraciniame pastate esančios patalpos (250,51 kv.m bendrojo ploto patalpos). Išgytas automobilis, darbo priemonės.

4.4. Parengti įstaigos veiklos viešinimo tvarką.

2011 gruodžio 16 d. buvo parengta biuro veiklos viešinimo tvarka, pagal kurią viešosios informacijos rengėjams ir skleidėjams, žurnalistams, ar kitiems suinteresuotiems asmenims yra viešinama biuro veiklos, teikiamų paslaugų, vykdomų renginių, įgyvendinamų projektų ar kita informacija.

4.5., 4.6., 4.7., Teikti mokamas paslaugas. Alkoholio vartojimo prevencijos, Higieninių įgūdžių, Pirmosios pagalbos.

2011 lapkritį buvo nupirktos visos reikiamos mokymo priemonės, 2011 gruodžio 12 d. gautos licencijos vykdyti šiuos mokymus ir nuo 2012 vasario 1 d. teikiamos numatytos paslaugos.

4.8. Teikti visuomenės sveikatos priežiūros paslaugas Kupiškio savivaldybei.

Rokiškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras nuo 2010 metų teikia visuomenės sveikatos priežiūros paslaugas Kupiškio savivaldybei. 2011 metais biuras už teikiamas paslaugas užsidirbo 33,5 tūkst.Lt.
