

Lietuvos mokinių sveikata – po didinamuoju stiklu

Prieš prasidedant kiekvieniems mokslo metams, tėvai ir globėjai turi patikrinti vaikų sveikatą. Šie duomenys jau kurį laiką keliauja į bendrą informacinę sistemą, ir tai leidžia pamatyti tikrąjį Lietuvos mokinių sveikatos paveikslą. Koks jis buvo praėjusiais mokslo metais?

Ramutė ŠULČIENĖ



Lietuvoje kasmet vis didesnam skaičiui 7–17 metų mokinių nustatomas nutukimas. Juliaus Kalinsko („BNS Foto“) nuotr.

Iki 2020-ųjų Vaikų sveikatos stebėsenos informacinėje sistemoje buvo kaupiami ir tvarkomi tik mokyklinio amžiaus (7–17 metų) mokinių sveikatos duomenys, gauti iš mokinių sveikatos pažymėjimų. Nuo 2020 metų gegužės 1 dienos atsirado galimybė stebėti visų ugdymo įstaigas lankančių mokinių sveikatos rodiklius. Taigi šiemet pirmą kartą kartu su 7–17 metų mokinių duomenimis Higienos institutas išanalizavo ikimokyklinio amžiaus ir vyresnių nei 18 metų mokinių sveikatos rodiklius. Kokią situaciją atskleidė šie duomenys? Ar kurios nors grupės mokinių sveikata – kur kas geresnė nei kitų?

Būdingi skirtingi negalavimai

Pasak Higienos instituto atstovės Ugnės Gadžijevos, negalima teigti, kad ikimokyklinio amžiaus vaikų sveikata yra geresnė nei mokyklinio amžiaus ar atvirksčiai. Kaip tvirtina specialistė, kiekvieno amžiaus grupės mokiniams būdingi saviti sveikatos sutrikimai.

„Iš Higienos instituto tvarkomos Vaikų sveikatos stebėsenos informacinės sistemos sukauptų mokinių sveikatos pažymėjimų duomenų matome, kad 2020–2021 mokslo metais ikimokyklinio amžiaus vaikų dantys buvo tris kartus sveikesni, palyginus su 7–17 metų mokiniais. Tačiau yra sričių, kur mokyklinio amžiaus vaikų sveikatos rodikliai – geresni nei ikimokyklinukų. Ugdymo procese vaikams iki 6 metų dažniau nei mokiniams nustatomos bendros rekomendacijos dėl alergijų ir pritaikytos mitybos“, – skirtingų amžiaus grupių ypatumus apžvelgia pašnekovė.

Patikrinti dantų neprisiruošia

Užpėnai Lietuvoje buvo 295 144 mokyklinio amžiaus ir 203 677 ikimokyklinio amžiaus (iki 6 metų) vaikai. Visi jie, prieš prasidedant naujiems mokslo metams, turi apsilankyti pas šeimos gydytoją, kad būtų įvertinta sveikata. Taip pat reikia apsilankyti pas gydytoją odontologą dantų ir žandikaulio būklei įver-

tinti. Abu specialistai pateikia savo išvadas – surašo jas mokinio sveikatos pažymėjime. Nors sveikatos būklės įvertinimas yra privalomas, ne visi tėvai ir globėjai atsakingai vykdo šią pareigą.

Bendra sveikata 2020–2021 mokslo metais buvo patikrinta 88,2 proc. mokinių. Mažiausiai į patikras buvo palydėta Kaišiadorių ir Zarasų rajonų savivaldybėse gyvenančių vaikų, daugiausia – Klaipėdos ir Kretingos rajonų savivaldybių vaikų. Dar mažesnam skaičiui mokinių buvo patikrinta dantų ir žandikaulių būklė – šią patikrą perėjo tik 68,7 proc. ugdymo įstaigas lankančių vaikų. Nė pusės mokinių dantys nebuvo patikrinti Elektrėnų ir Ukmergės rajono savivaldybėse. Labiausiai pasistengė Kalvarijos ir Klaipėdos rajono savivaldybėse gyvenantys tėvai ir globėjai.

Mokinių nutukimas kelia nerimą

Profilaktinio sveikatos patikrinimo metu šeimos gydytojas išmatuoja moksleivio ūgį ir svorį. Sistema automatiškai apskaičiuoja kūno masės indeksą ir įvertina, ar svoris yra per mažas, normalus, mokyns turi antsvorio arba yra nutukęs. 2020–2021 mokslo metais 63,7 proc. mokinių svoris buvo normalus. Antsvorio turėjo 14,8 proc. mokinių. Nutukusių mokinių skaičius siekė 6,9 proc. Per mažas kūno svoris buvo nustatytas 14,6 proc. mokinių.

Jeigu vertintume pagal amžių, normalaus svorio mokinių yra maždaug tiek pat visose amžiaus grupėse. Tačiau 7–17 metų mokinių svoris yra per didelis (nustatytas antsvoris ar

nutukimas) gerokai dažniau nei mažųjų. Deja, profilaktinio sveikatos patikrinimų metu nutukimas kasmet nustatomas vis didesnam skaičiui 7–17 metų mokinių, o normalaus svorio vaikų vis mažėja.

Sportuoti gali dauguma

Gydytojas, įvertinęs moksleivio fizinę sveikatos būklę, mokinio sveikatos pažymėjime nurodo fizinio ugdymo grupę: pagrindinę, parengiamąją arba specialiąją. Galima pasidžiaugti, kad itin daug mokinių dalyvauja ugdymo procese, priklausydami pagrindinei fizinio ugdymo grupei. Šiai grupei yra priskiriami visiškai sveiki ar nedidelių sveikatos sutrikimų (nedidelio laispos regos sutrikimų, netaisyklingą laikyseną, funkcinį negalavimų ir pan.) turintys mokiniai. Šie mokiniai gali treniruotis sporto būreliuose ir dalyvauti sporto varžybose. Praėjusiais mokslo metais tarp ikimokyklinukų tokių vaikų buvo net 99,4 proc., o tarp 7–17 metų mokinių – 96,7 proc.

Parengiamojoje fizinio ugdymo grupėje mankštinosi 2 proc. šalies mokinių. Šiai grupei priskiriami mokiniai, turintys nedidelių sveikatos sutrikimų, persirgę tam tikromis ligomis ir laikinai negalintys lankyti kūno kultūros pamokų visu pajėgumu. Jie mankštinsis pamokose pagal mokyklinę programą su sąlyga, kad fizinė veikla nepablogintų jų sveikatos būklės.

Specialiojoje fizinio ugdymo grupėje buvo 0,9 proc. mokinių – tų, kurie turi nuolatinį ar laikiną sveikatos sutrikimą. Šie sutrikimai jiems paprastai netrukdo dalyvauti ugdymo veikloje, tačiau mankštinamasi pagal specialią kūno kultūros programą arba lankomos gydomosios kūno kultūros pratybos. Specialiojoje fizinio ugdymo grupėje daugiausia buvo 18 metų ir vyresnio amžiaus mokinių (2,4 proc.). Kuo mokiniai jaunesni, tuo mažiau nustatyta specialaus fizinio ugdymo poreikio.

Sveiki dantys – vos trečdalis

Gydytojas odontologas, atlikdamas kasmetį sveikatos patikrinimą, įvertina éduonies pažeistų, plombuotų ir išrautų

dantų skaičių. Susumavus rezultatus apskaičiuojamas dantų ėduonies intensyvumo rodiklis. Vidutinis šis Lietuvos mokinių rodiklis siekia 3,85, t. y. dantų ėduonies intensyvumas yra vidutinis. Vis dėlto tikroji dantų būklė smarkiai skiriasi pagal vaikų amžių. Paaiškėjo, kad sveikiausi dantys yra ikimokyklinio amžiaus vaikų. Jie yra tris kartus sveikesni nei 7–17 metų mokinių. Prasciausia dantų būklė – 18 metų ir vyresnių mokinių.

Jei patikrinimo metu gydytojas odontologas neranda ėduonies pažeistų, plombuotų ir išrautų dantų, pažymima, kad mokinio dantys – sveiki. Tokius dantis turi tik trečdalis ugdymo įstaigas lankančių Lietuvos mokinių. Gera žinia, kad mokinių, turinčių sveikus dantis, per penkerius mokslo metus padaugėjo. Daugiausia mokinių su sveikais dantimis gyvena Visagino, mažiausiai – Pakruojo ir Šilalės rajonų savivaldybėse.

Profilaktinio sveikatos patikrinimo metu gydytojas odontologas taip pat įvertina mokinio sąkandžio būklę. Dauguma mokinių neturėjo sąkandžio patologijos.

Daugėja bendrų ir specialių rekomendacijų

Nustatyta, kad 2020–2021 mokslo metais ugdymo veikloje be apribojimų galėjo dalyvauti 87 proc. profilaktiškai sveikatą pasitikrinusių mokinių. Deja, per penkerius metus tokių mokinių gerokai sumažėjo.

Bendros rekomendacijos buvo nustatytos 15,3 proc. mokinių. Bendrų rekomendacijų „vengti alergenu“ ir „pritaikytas maitinimas“ sulaukė maždaug 3–4 proc. daugiau vaikų iki 6 metų nei vyresnių. Dar 11 proc. mokinių buvo nustatytos specialios rekomendacijos dėl sveikatos sutrikimų. Dažniausiai minimos problemos – trumparegystė, alerginė astma, astigmatizmas, gerybiniai ir nepatologiniai širdies užesiai, toliaregystė, alerginis rinitas, nenormali laikysena, kalbos išraiškos sutrikimas, atopinis dermatitas ir mišrus specifiniai raidos sutrikimai. Ikimokyklinukams dažniausiai nustatyti sutrikimai, susiję su kalba, raida ir alergija, vyresniems mokiniams – trumparegystė ir astigmatizmas.

Kankino įvairios ligos

Remiantis privalomojo sveikatos draudimo informacinės sistemos „Sveidra“ duomenimis, 2020 metais vaikai daugiausia sirgo kvėpavimo sistemos ligomis. Daugiausia atvejų sudarė ūminės viršutinių kvėpavimo takų infekcijos ir gripas. Taip pat daug diagnozuota virškinimo sistemos ligų, akių problemų, odos ir poodžio ligų, neklasifikuojamų simptomų, tokių kaip pilvo ir dubens skausmai. Pastebėta, kad per penkerius metus labiausiai sumažėjo kvėpavimo sistemos ligų, nors atvejų vis tiek išliko daugiausia.

Vaikų iki 6 metų amžiaus grupėje berniukų ligotumas buvo didesnis nei mergaičių. Jiems diagnozuota daugiau psichikos ir elgesio sutrikimų, lytinių ir šlapimo sistemos bei kitų ligų. 7–17 metų amžiaus grupėje – atvirkščiai, didesnis mergaičių ligotumas. Joms žymiai daugiau diagnozuota akių ir jų priedinių organų ligų, taip pat virškinimo sistemos ligų. Tačiau psichikos ir elgesio sutrikimų vis tiek gerokai daugiau išlieka tarp berniukų ir vyresniame amžiuje.

Leidžia pamatyti visumą

Vaikų sveikatos stebėsenos informacinė sistema sukurta 2017 metais. Ši informacinė sistema pirmą kartą leido Lietuvoje pradėti centralizuotai kaupti nacionalinius bendrojo ugdymo ir profesinio mokymo įstaigas lankančių vaikų profilaktinių sveikatos patikrinimų duomenis. Mokyklinio amžiaus vaikų duomenys informacinėje sistemoje kaupiami nuo 2016–2017 mokslo metų. Ikimokyklinio amžiaus vaikų duomenys pradėti kaupti nuo 2020–2021 mokslo metų.

„Kol nebuvo sukurta ši sistema, Lietuva neturėjo bendro įrankio vaikų sveikatos stebėsenai vykdyti. Savivaldybių visuomenės sveikatos biurų specialistai duomenis apie vaikų sveikatą kaupdavo segtuvuose, rašydavo ranka į „Excel“ failus. Nebuvo galimybės objektyviai palyginti turimų duomenų šalies mastu. Dabar jau turime galimybę stebėti vaikų sveikatos rodiklių pokyčius, formuoti duomenų ataskaitas, matyti sveikatos rodiklių tendencijas Lietuvos žemėlapyje“, – apie naudingus pokyčius pasakoja Higienos instituto atstovė U. Gadžijeva.

Duomenys rodo, kad per penkerius mokslo metus (nuo 2016–2017 iki 2020–2021) mokyklinio amžiaus vaikų sveikatos rodikliams pasikeitė: 4,5 proc. išaugo per didelio svorio (turinčių antsvorio ir nutukusių) vaikų skaičius, tačiau 1,9 proc. padaugėjo vaikų, besimankštinančių pagrindinėje fizinio ugdymo grupėje. Taip pat gerėja vaikų dantų sveikata – per penkerius mokslo metus padaugėjo (2,66 proc.) mokyklinio amžiaus vaikų, turinčių sveikus dantis.

Sveikesnė ateitis

Kodėl apskritai svarbu kaupti, stebėti vaikų sveikatos duomenis? U. Gadžijeva pabrėžia, kad Lietuvos ugdymo įstaigas lankantys vaikai ir pilnamečiai mokiniai sudaro didelę dalį – net apie 18 proc. – šalies gyventojų.

„Gera sveikatos būklė vaikystėje užtikrina sveikatą suaugus ir mažesnę finansinę ligų našumą valstybei. Turėdami tikslią informaciją galime efektyviau valdyti situaciją, priimti kryptingus politinius sprendimus,



Psichikos ir elgesio sutrikimų gerokai dažniau turi vyresnio amžiaus berniukai. Juliaus Kalinsko („BNS Foto“) nuotr.

rengti atitinkamas sveikatinimo programas. Labai svarbu, kad turime galimybę stebėti, kaip kinta šalies mokinių sveikatos būklė ir, remdamiesi objektyvia bei išsamia informacija, priimti sprendimus, kad būtų pagerinta jų sveikata“, – teigia pašnekovė.

PATIKRINTI VAIKŲ SVEIKATĄ GALIMA NE TIK VASARĄ

Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro Vaikų sveikatos stiprinimo skyriaus specialistai primena, kad kiekvienais metais iki rugsėjo 15 dienos mokiniai turi pateikti informaciją apie savo profilaktinio sveikatos patikrinimo rezultatus. Didžiausia klaida, kurią daro tėvai ir globėjai dėl vaikų sveikatos patikrinimo, yra ta, kad šią patikrą palieka paskutinėms dienoms prieš rugsėjį, patys atsainiai (formaliai) į ją žiūri ir nepageidauja atlikti visų reikalingų tyrimų, nepasidomi, ar visos pažymos grafos yra užpildytos ir ar surašytos rekomendacijos.

Dėl moksleivio sveikatos pažymėjimo reikia kreiptis į savo šeimos gydytoją įprasta tvarka: iš anksto užsiregistruoti ir atvykti nurodytu laiku. Dera žinoti, kad dantų būklę turi įvertinti gydytojas odontologas (dantų gydytojas). Rekomenduojama atvykti pas šeimos gydytoją jau patikrinus

dantų būklę. Svarbu atminti, kad vaikas turi būti lydimas vieno iš tėvų. Be tėvų sutikimo vaiko sveikatą tikrinti negalima. Profilaktinio sveikatos patikrinimo metu pamatuojamas ūgis, svoris, patikrinama rega, laikysena, išmatuojamas kraujospūdis, esant kokių nors skundų vaikas siunčiamas pas gydytojus specialistus. Turi būti atlikti kraujo ir šlapimo tyrimai, tačiau jei tokie tyrimai buvo atlikti mažiau nei prieš metus ir nenustatyta pokyčių, tyrimų nebūtina kartoti.

Profilaktinio sveikatos patikrinimo pažymos galioja visus metus. Jei sveikata buvo tikrinama mažiau nei prieš metus ir nebuvo nustatyta sveikatos sutrikimų, o vaikas prieš mokslo metus jaučiasi gerai, galioja ir prieš pusmetį ar anksčiau gydytojo išduota pažyma. Taigi profilaktiškai patikrinti vaikų sveikatą galima kur kas anksčiau nei prieš pat naujus mokslo metus.