

ZDRAVSTVENO OBRAZOVANJE ŠKOLSKE DJECE I MLADIH ULOGA ŠKOLSKE MEDICINE



Prof.dr.sc. Vesna Jureša, dr.med.
specijalistica školske medicine
Marija Posavec, dr.med.

*Škola narodnog zdravlja «Andrija Štampar» Medicinskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu
Služba za školsku i sveučilišnu medicinu Zavoda za javno zdravstvo Grada Zagreba*

Zagreb, 9.12.2006.

Cilj

Utvrđiti mogućnosti i mjesto službe za školsku i sveučilišnu medicinu u provođenju preventivnih programa ranog otkrivanja i sprječavanju kardiovaskularnih bolesti u školske djece i mladih te predlagati, provoditi i evaluirati mjere intervencije.



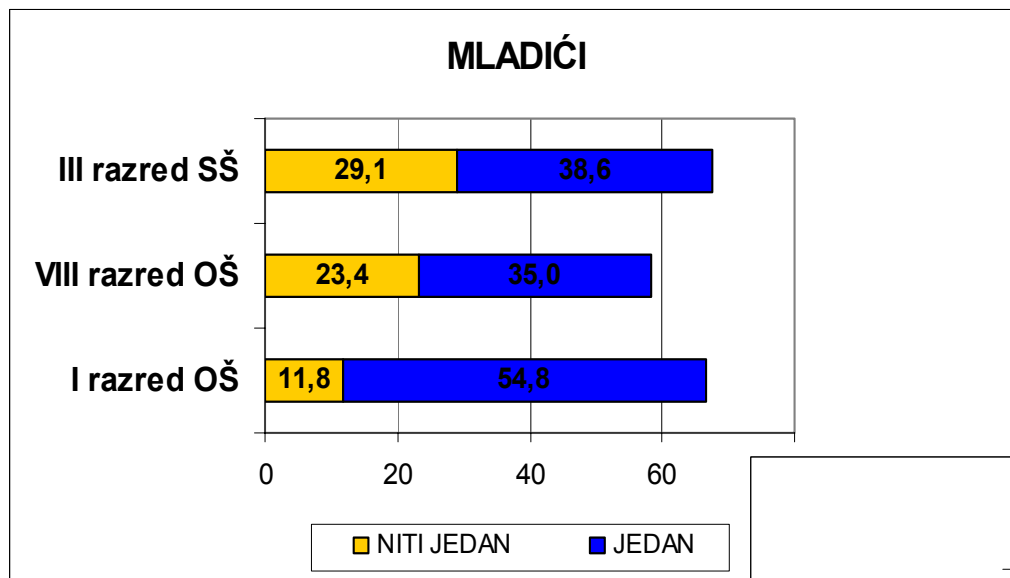
Zdravstveni pokazatelji u školske djece i mladih relevantni za kardiovaskularne bolesti

Istraživanja provedena unatrag tri godine na reprezentativnom uzorku učenika osnovnih i srednjih škola u Hrvatskoj upozoravaju na prisutnost kardiovaskularnih rizika na koje je moguće djelovati

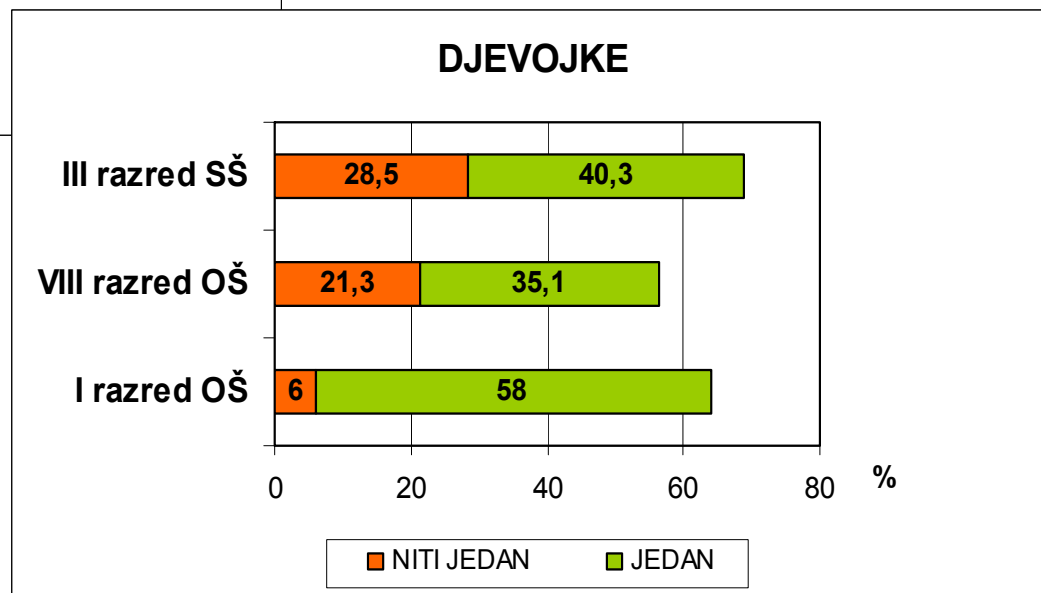
- pušenje duhana
- nedovoljna tjelesna aktivnost - premalo tjelesne vježbe, previše sjedenja pred TV ili igrice
- učestala i prekomjerna konzumacija "brze hrane" i slatkih napitaka – skrivene kalorije



PREHRANA

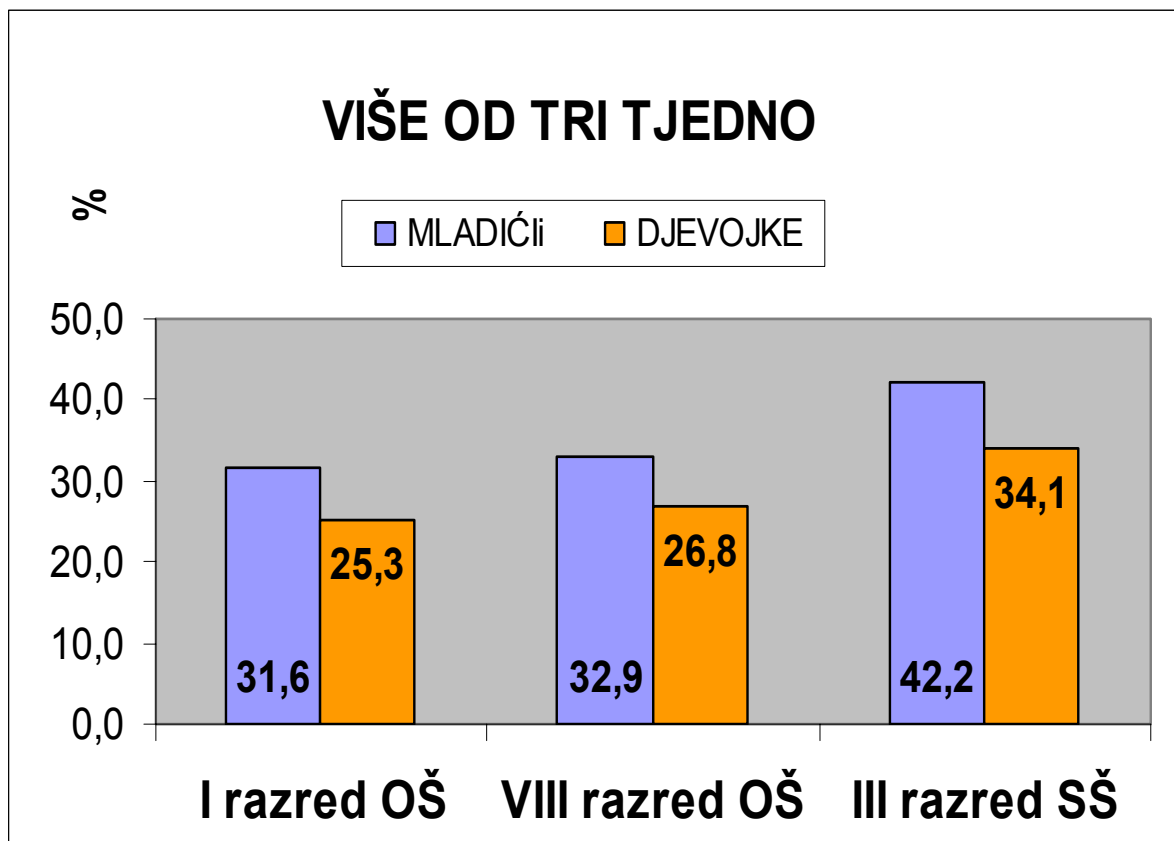


BROJ VOĆNIH OBROKA U DANU

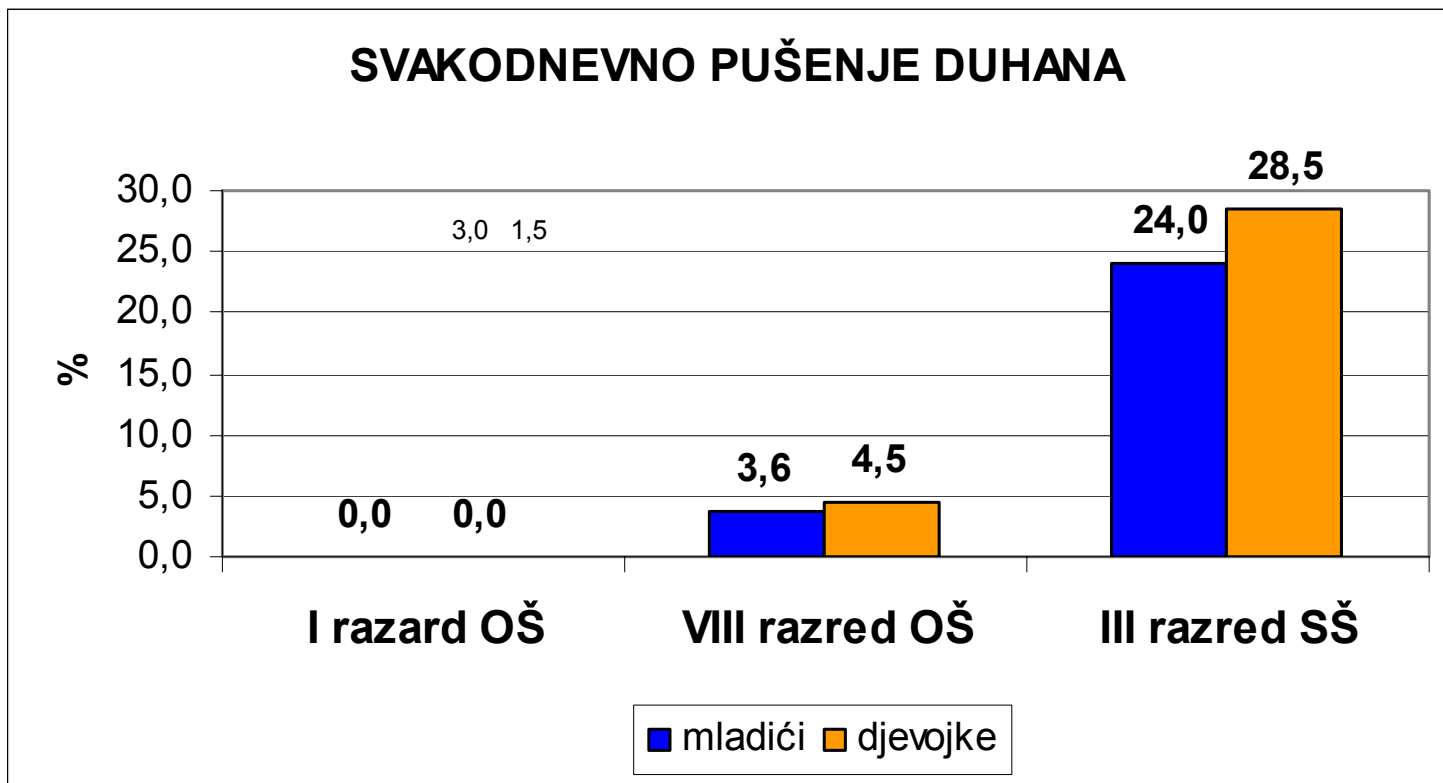


PREHRANA

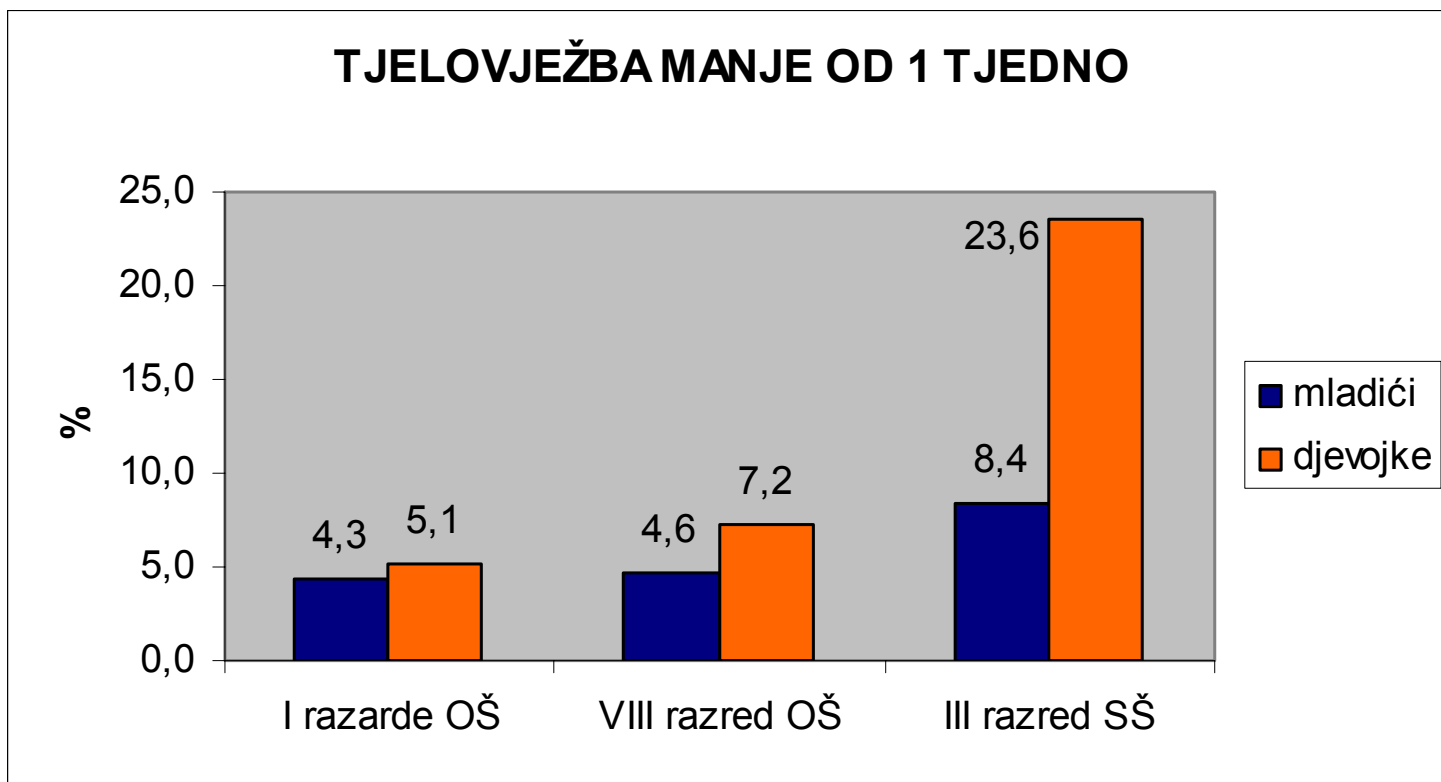
BROJ OBROKA BRZE HRANE TJEDNO



NAVIKE

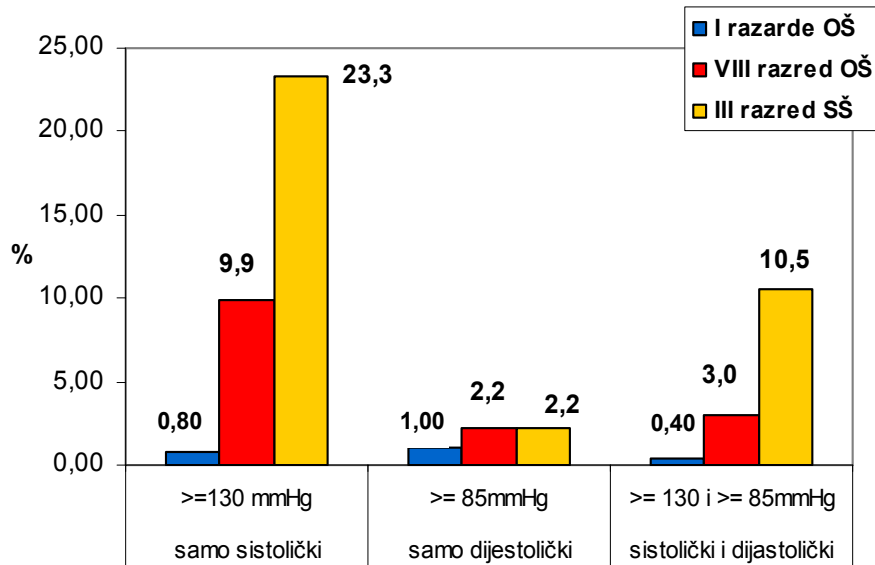


TJELOVJEŽBA

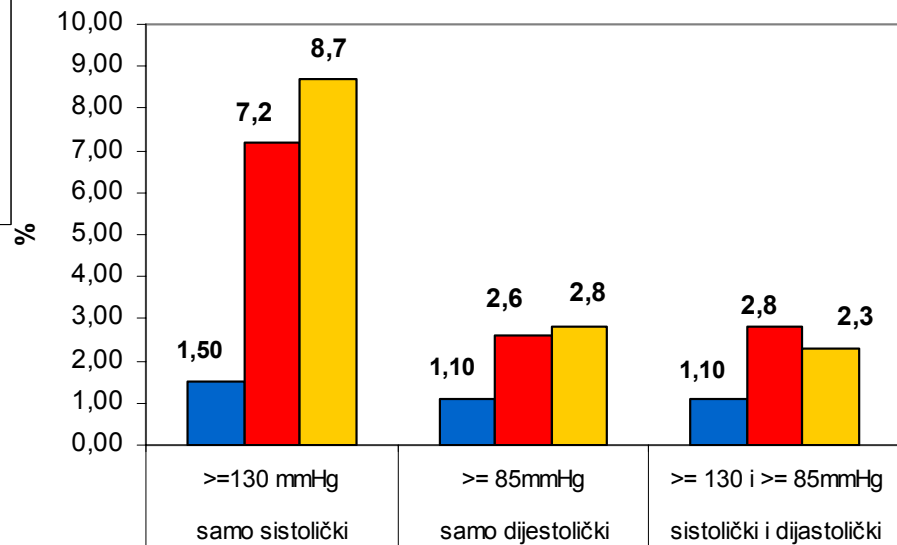


POVIŠENE VRIJEDNOSTI KRVNOG TLAKA

MLADIĆI

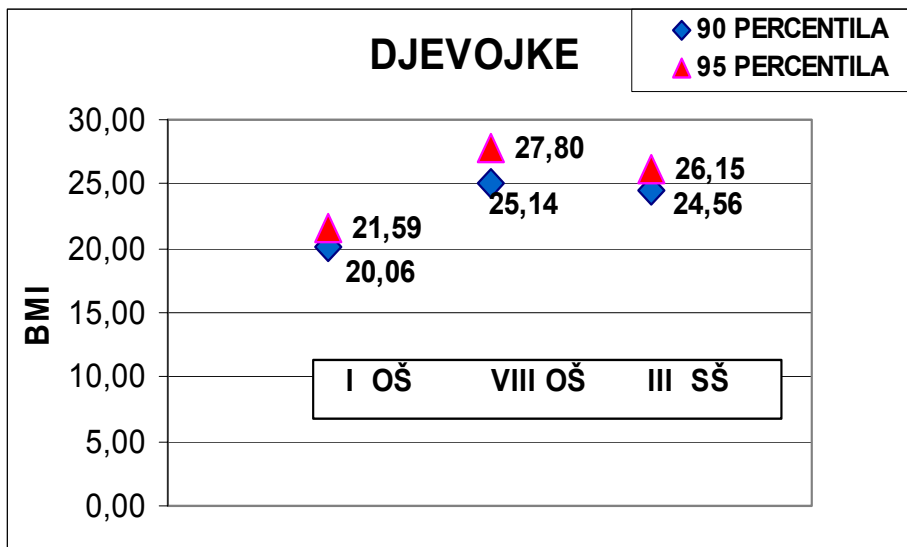


DJEVOJKE



	MLADIĆI	DJEVOJKE
I razred OŠ	2,2%	3,6%
VIII razred OŠ	15,2%	12,6%
III razred SŠ	35,9%	13,8%

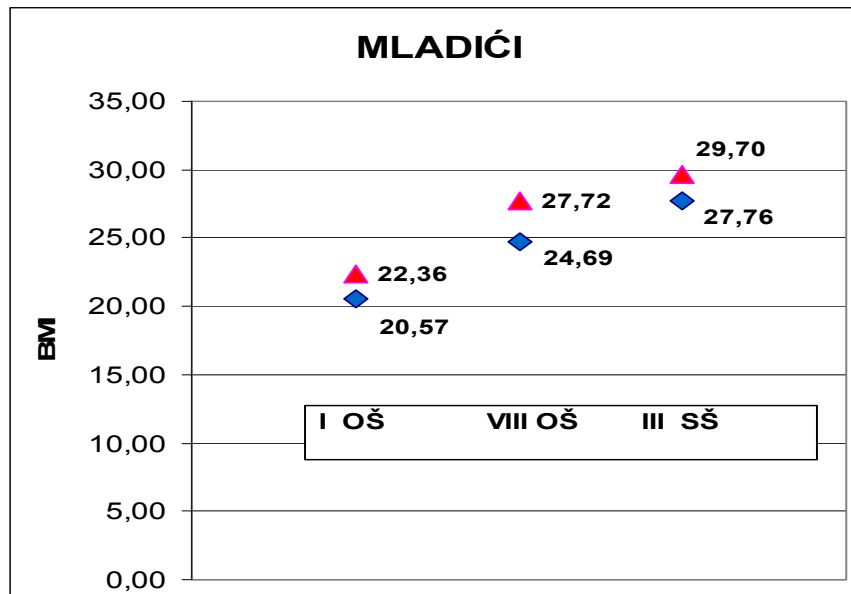
INDEKS TJELESNE MASE



**90 i 95
PERCENTILA**

RAZRED	Indeks tjelesne mase (kg/m ²)		
	DJEVOJKE		
	20,0-24,9	25,0-29,9	30 i više
I OŠ	8,4%	1,5%	0,2%
VIII OŠ	37,9%	6,3%	2,6%
III SŠ	53,8%	6,7%	1,3%

INDEKS TJELESNE MASE



**90 i 95
PERCENTILA**

RAZRED	Indeks tjelesne mase (kg/m ²)		
	MLADIĆI		
	20,0-24,9	25,0-29,9	30 i više
I OŠ	9,7%	2,4%	0,4%
VIII OŠ	36,6%	8,1%	1,2%
III SŠ	59,2%	16,1%	4,2%

OBITELJSKA ANAMNEZA



	POVIŠEN KRVNI TLAK	MASNOĆE U KRVI	ŠEĆERNA BOLEST
I razarde OŠ	43%	27%	20%
VIII razred OŠ	39%	21%	21%
III razred SŠ	50%	28%	28%

Programi i aktivnosti školske medicine relevantnih za kardiovaskularno zdravlje školske djece i mladih

Služba za školsku i sveučilišnu medicinu provodi preventivne, specifične i zdravstveno odgojne mjere zdravstvene zaštite školske djece i mladih/studenata.

Svaki školski tim - specijalist školske medicine i medicinska sestra/tehničar nadležan je za učenike nekoliko osnovnih i srednjih škola odnosno studenata na fakultetima.



AKTIVNOSTI ŠKOLSKE MEDICINE

Aktivnosti u okviru programa prevencije kardiovaskularnih bolesti treba usmjeriti na tri područja i skupine:

- ☀ rad sa školskom djecom i mladima**
- ☀ rad s roditeljima i lokalnom društvenom zajednicom**
- ☀ rad s učiteljima i školom**

Školska djeca i mladi

U okviru sistematskih pregleda prilikom **upisa u osnovnu školu**, u **petom i osmom razredu osnovne škole** i **najmanje jedanput tijekom srednje škole (i studija)**

- ✓ izmjeriti krvni tlak,
- ✓ tjelesnu visini i tjelesnu težinu,
- ✓ izračunati indeks tjelesne mase (BMI),
- ✓ opseg struka i bokova
- ✓ zabilježiti podatke o navikama kao što su:

- ✓ pušenje,
- ✓ tjelesna aktivnost, vrijeme provedeno u gledanju TV ili na internetu (igricama) i
- ✓ druge podatke koji propisuje protokol izrađen u te svrhe.



Školska djeca i mladi



Učenike s **jednim ili više navedenih rizika**, procijenjenih temeljem unaprijed definiranih kriterija za povišeni tlak, tjelesnu uhranjenost i druge, **pratiti i/ili obraditi u skladu s preventivnim i kliničkim normama** (propisanih od stručnjaka školske medicine, pedijatara i drugih kliničkih struka) i poduzeti odgovarajuće **terapijske/dijetetske mjere**.

Roditelji

- Školski liječnici imaju zadaću upoznati roditelje s cijelim zdravstvenim programom prilikom pregleda djeteta za školu i tijekom prvog razreda osnovne škole.
- Pri pregledu djeteta za upis u osnovnu školu, kojem je prisutan roditelj, prikupljaju se podaci o
 - **kardiovaskularnim bolestima** (rizicima) iz obiteljske anamneze (nasljedni poremećaji metabolizma masti, infarkt u mlađoj životnoj dobi i drugi)
 - djecu i mlade s «pozitivnom» obiteljskom anamnezom školski liječnik će u dogovoru s roditeljima **uputiti na dodatne pretrage** i temeljem toga odlučiti o daljnjem postupku.
- Školski liječnik obavještava roditelje o nalazima i sa zdravstvenim stanjem djeteta nakon svakog sistematskog pregleda (I, V, VIII razred osnovne škole, srednja škola) i u slučaju potrebe daljnjih pregleda, pretraga i intervencije dogovora sve potrebne mjere i način kako, tko i što će se dalje pratiti i raditi s djetetom i koje mjere trebaju poduzeti.



Roditelji i lokalna društvena zajednica

Školski liječnik će motivirati roditelje da u lokalnoj društvenoj zajednici aktivno podupiru aktivnosti koje doprinose zdravlju njihove djece:

- športske aktivnosti,
- zdravu prehranu,
- sudjeluju u radu škole, školske kuhinje i prehrane u školi i drugo



Rad s učiteljima i školom

Školski liječnik će **upoznati školu** s cijelim programom i dogovoriti kako će se učitelji i nastavnici uključiti u njegovo provođenje.

U redovitom radu i u okviru **redovitog nastavnog plana i programa** posebni naglasak i pozornost će biti posvećena **čimbenicima rizika** za kardiovaskularne bolesti i podučavanju djece što mogu sami **učiniti /odabir**



gazirani napitci - voda

“brza hrana” - kuhani obrok

«grickalice» - voće



Rad s učiteljima i školom

U edukaciju aktivno će biti uključena **školska medicinsku sestra**.



Školski liječnik će u suradnji sa školom i roditeljima izraditi **jelovnik u školskoj kuhinji** i pratiti i evaluirati njegovo provođenje.

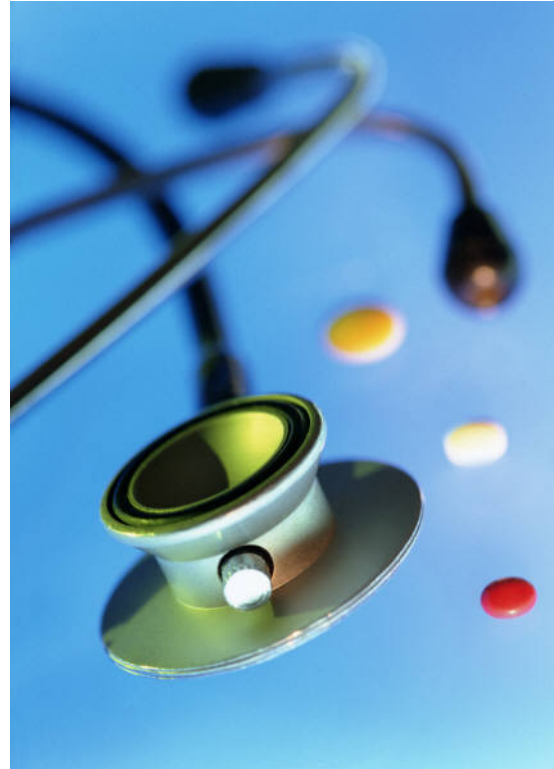
Poticat će i pomagati školi u organiziranju školskih i **vanškolskih aktivnosti u koje će biti uključeni svi učenici**.

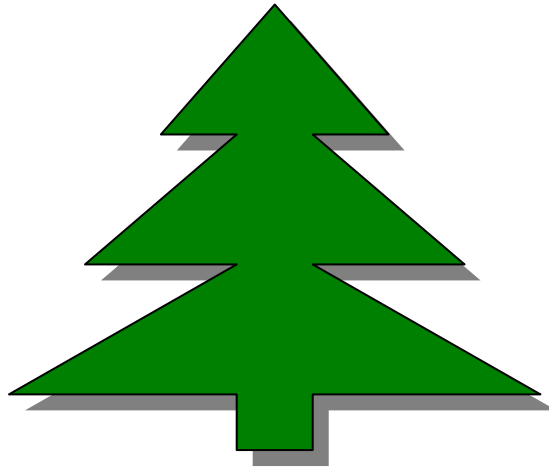
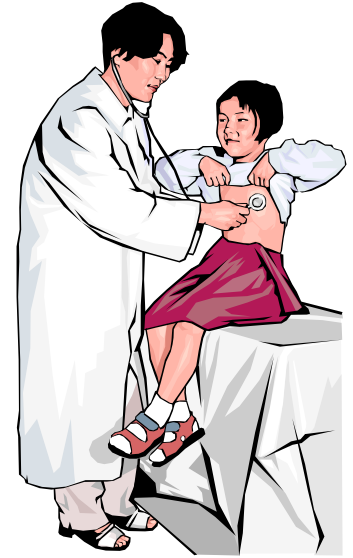
U suradnji sa školskim vlastima poticati i podupirati aktivnosti kojima će škola biti **zdravo i poticajno okruženje** za djecu i mlade (zabrana prodaje brze hrane u školama, automati za napitke i slatkiše)

Umjesto zaključka

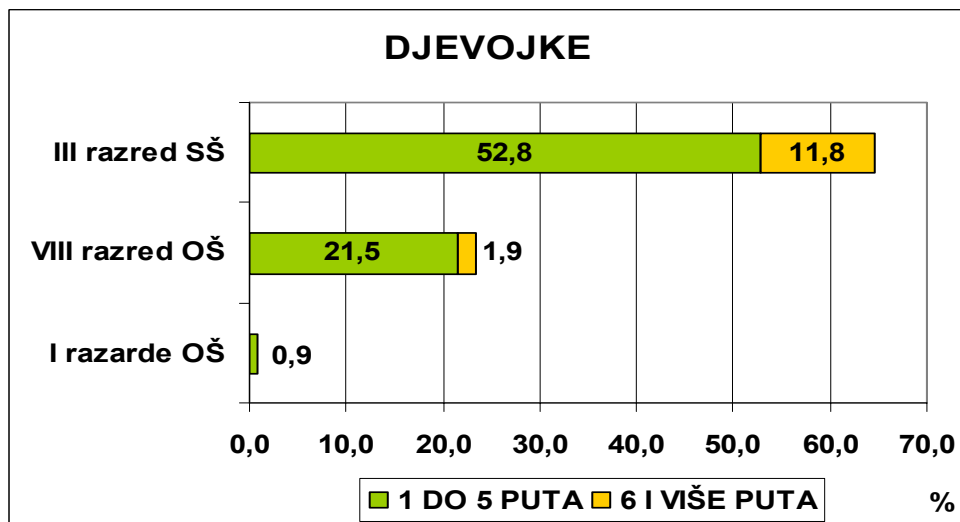
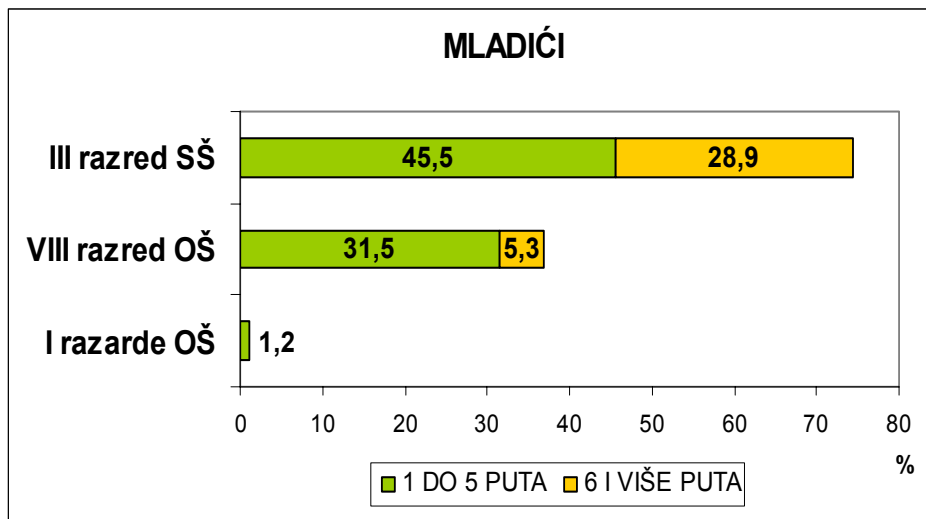


- Školska medicina, izuzev neposrednog sudjelovanja u programu prevencije i ranog otkrivanja kardiovaskularnih bolesti u školske djece i mladih, ima zadaću praćenja i evaluacije provođenja programa te predlaganja novih mjera.
- Uloga škole je nezamjenjiva u provođenju mjera primarne prevencije kardiovaskularnih bolesti.





PIJENJE ALKOHOLA U POSLJEDNJIH 30 DANA



Kardiovaskularni rizici

- U trećem razredu srednje škole: svakodnevno puši 24% mladića i 28% djevojaka, BMI veći od 30 kg/m² ima 4,3% mladića i 1,5% djevojaka, «brzu hranu» jelo je u posljednjih 7 dana 56,9% mladića i 46,9% djevojaka).