

Gyventi sveika, o gyventi
sveikai išmoksime!

KLAIPĖDOS MIESTO VISUOMENĖS
SVEIKATOS BIURAS

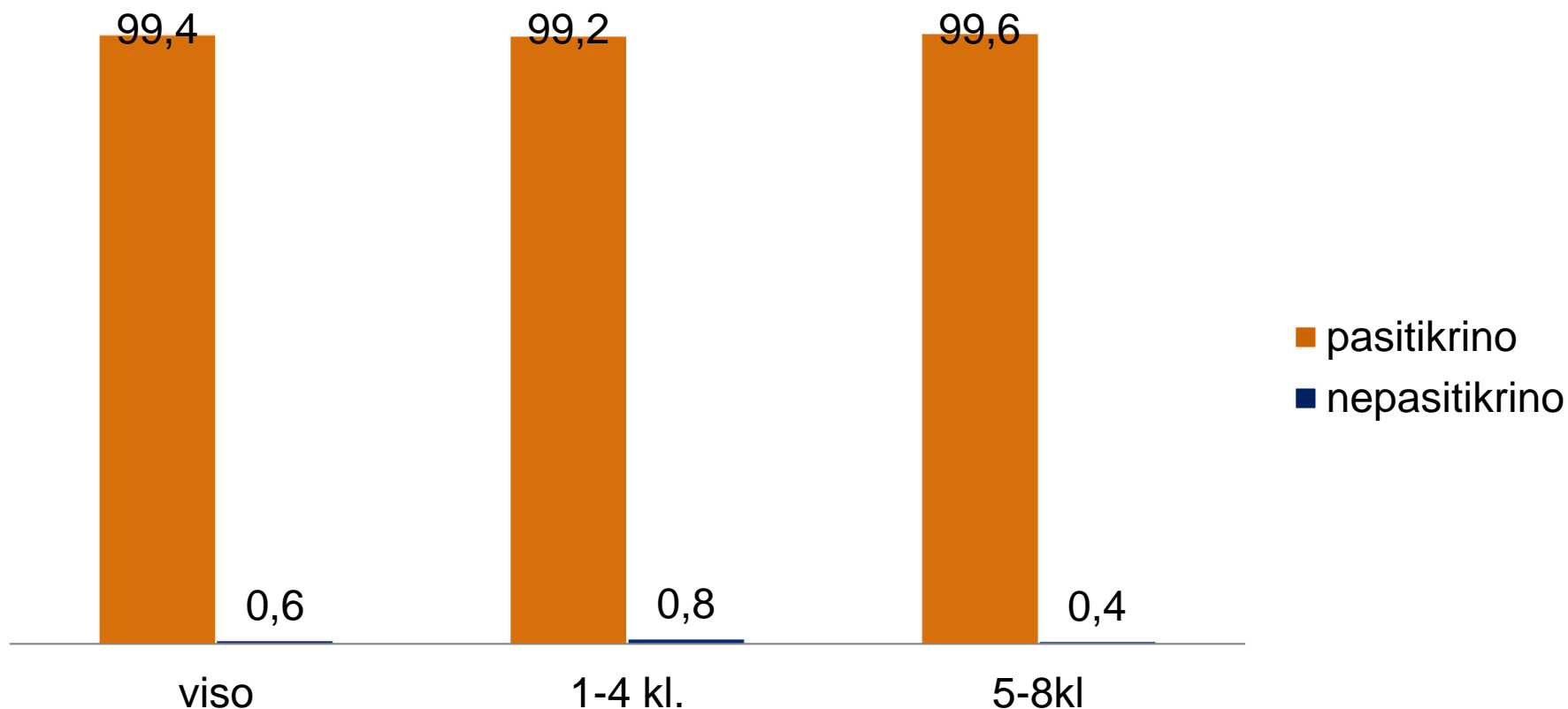


“SMELTĖS” PROGIMNAZIJS MOKINIŲ PROFILAKTINIŲ SVEIKATOS PATIKRINIMŲ 2013/ 2014 M.M. DUOMENŲ ANALIZĖ

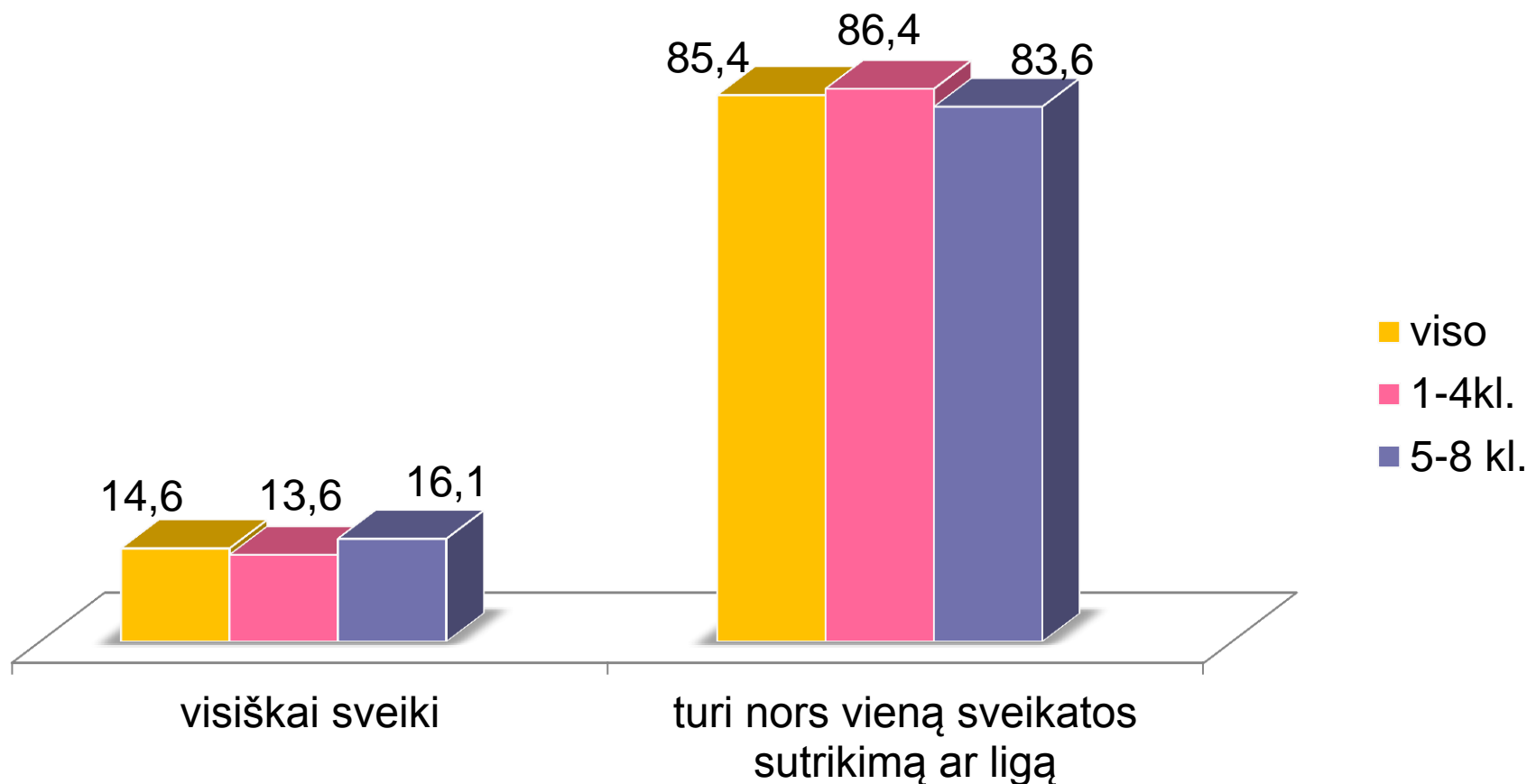
**VISUOMENĖS SVEIKATOS SPECIALISTĖ
DOVILĖ STASIŠKIENĖ**

- Biuro pastangomis sukurta Sveikatos biuro programa, skirta Klaipėdos mokinių sveikatos duomenų kaupimui.
- Programos nuoroda www.ksbs.lt
- Duomenys prieinami tik Biuro darbuotojams, taip siekiama užtikrinti asmens duomenų konfidencialumą.
- Duomenų šaltinis yra Vaiko sveikatos pažymėjimas (Forma 027-1/a).
- Duomenų analizė atliekama, remiantis informacija surinkta iki 2014-01-01.

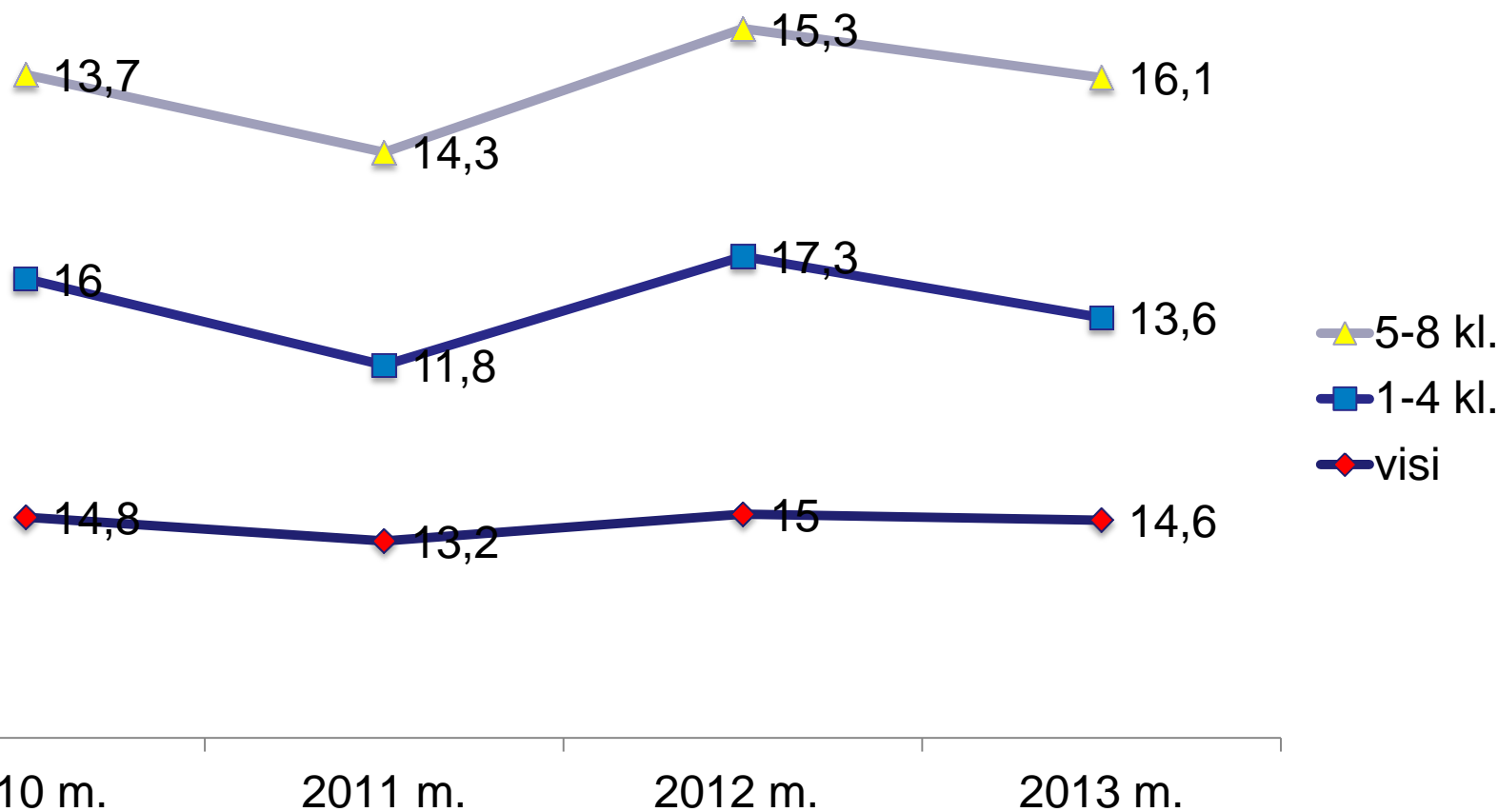
Profilaktiškai sveikata pasitikrinusių ir nepasitikrinusių vaikų dalis (proc.) pagal klasių grupes



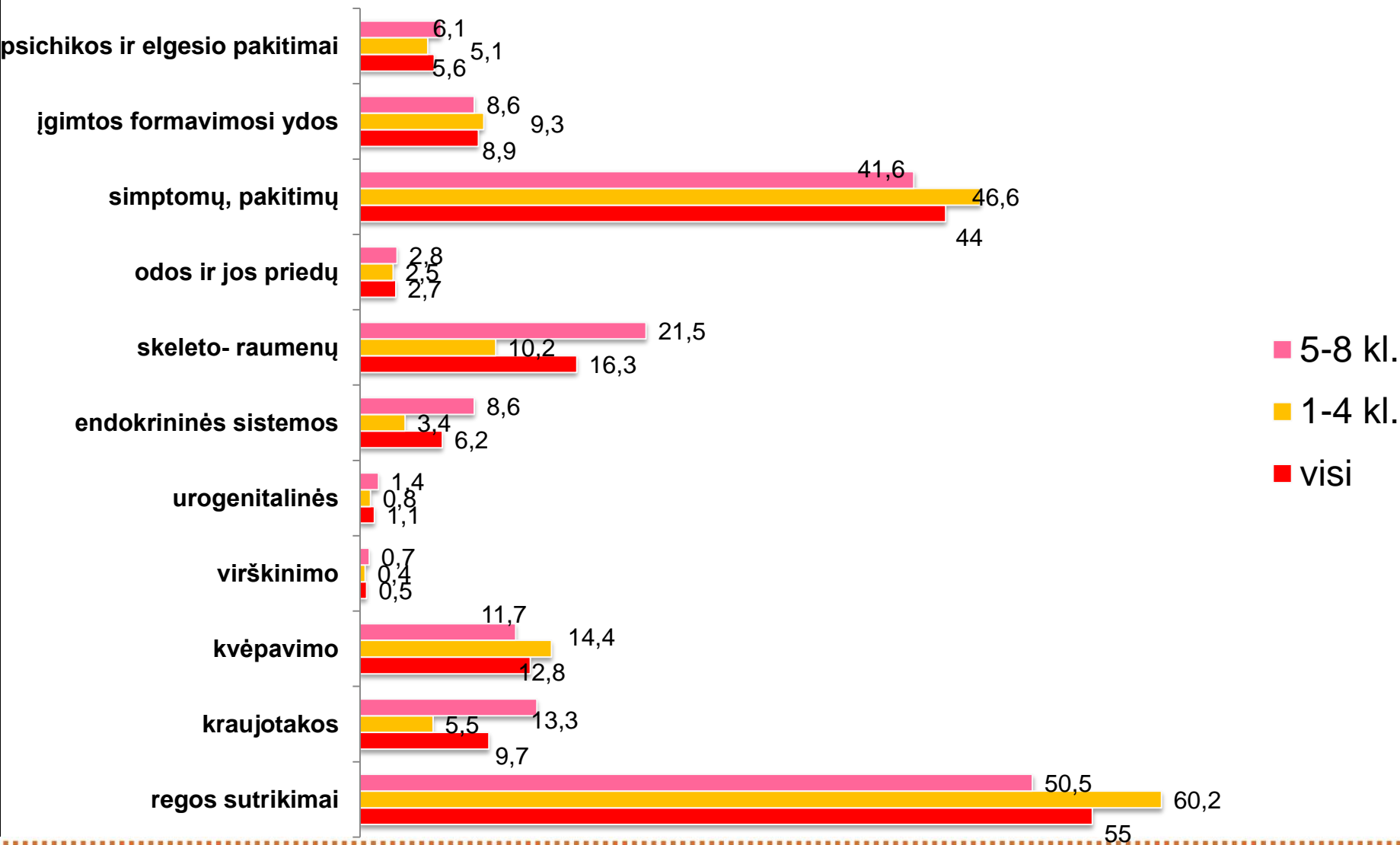
Visiškai sveikų mokinių dalis (proc.) pagal klasių grupes



Palyginimas 2010-2013 m. visiškai sveikų mokinių dalies (proc.) pagal klasių grupes

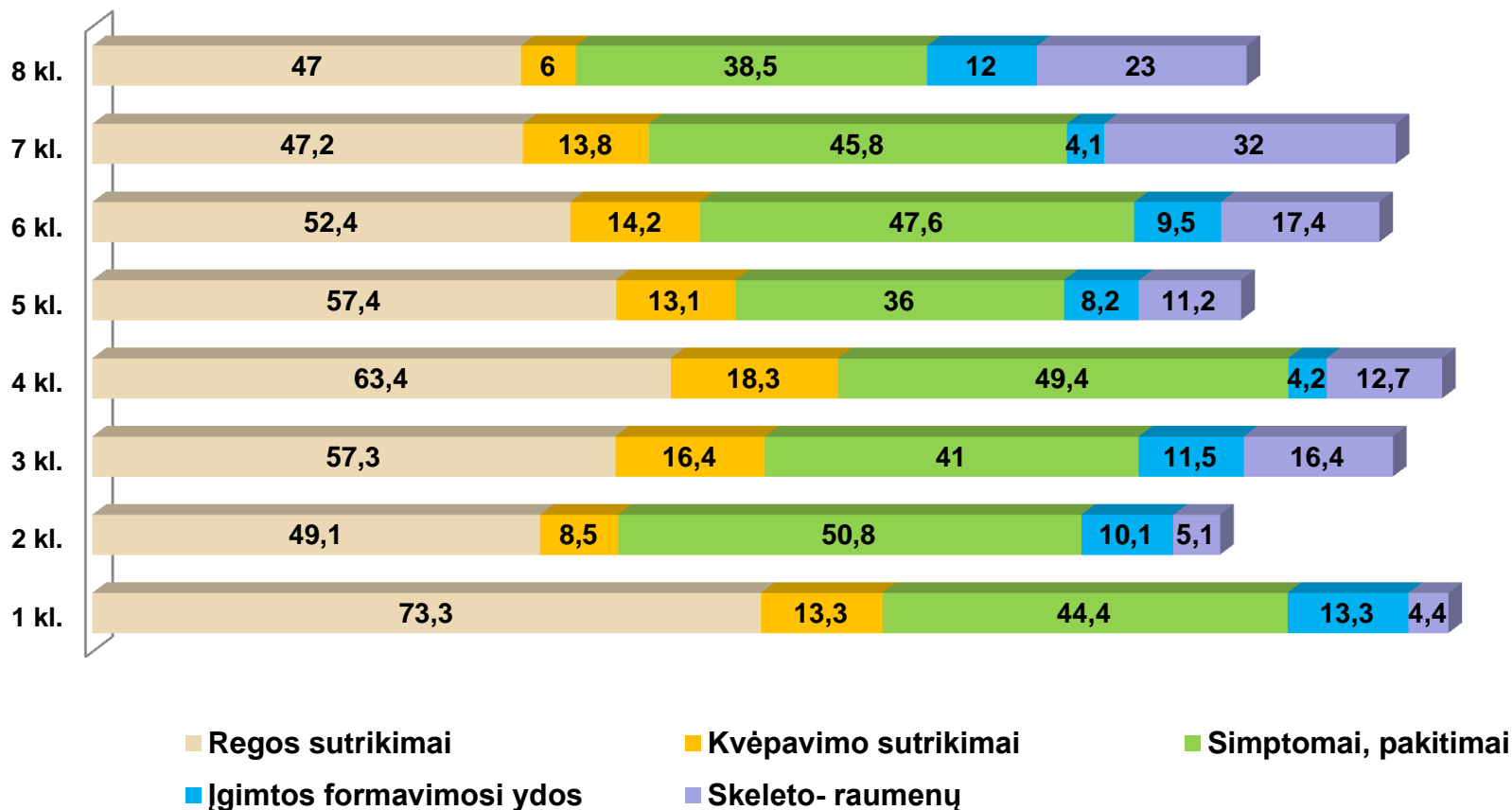


Organų sistemos sutrikimų sudaroma dalis (proc.) pagal klasių grupes

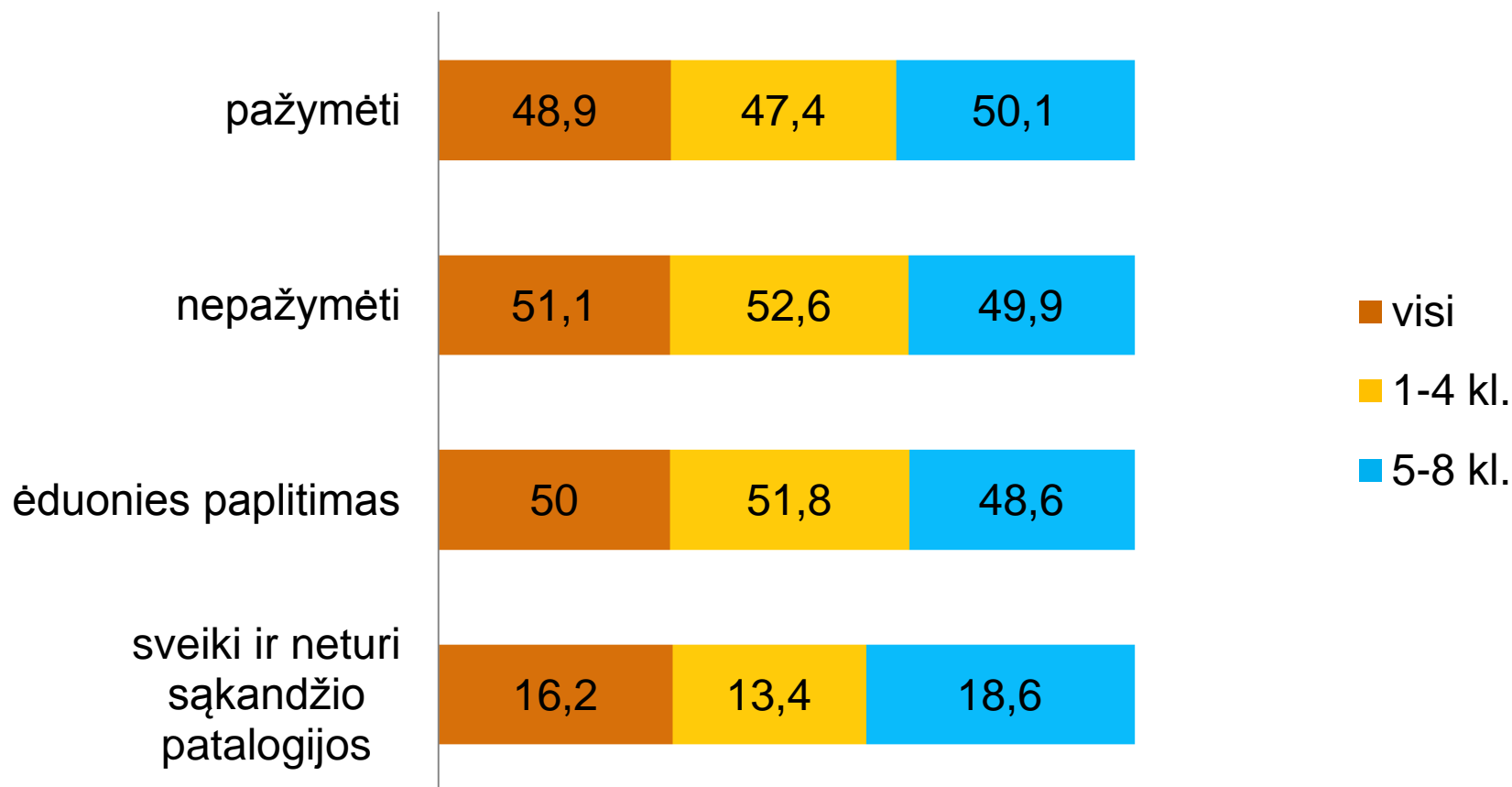




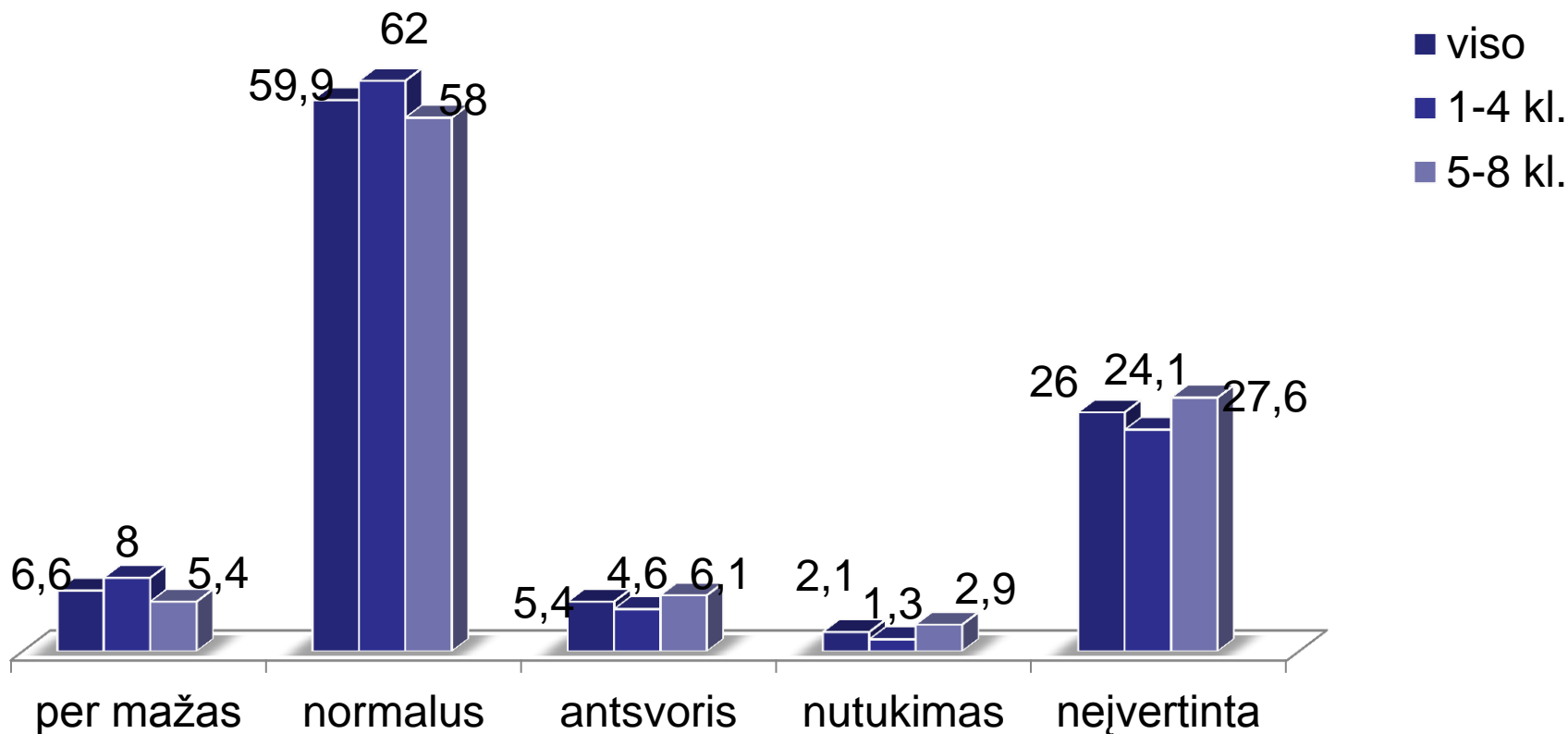
Dominuojantys organų sistemos sutrikimai (proc.) pagal klasių numerius nuo pasitikrinsusių mokinių



Dantų būklė (proc.) nuo pasitikrinusių sveikata mokinių

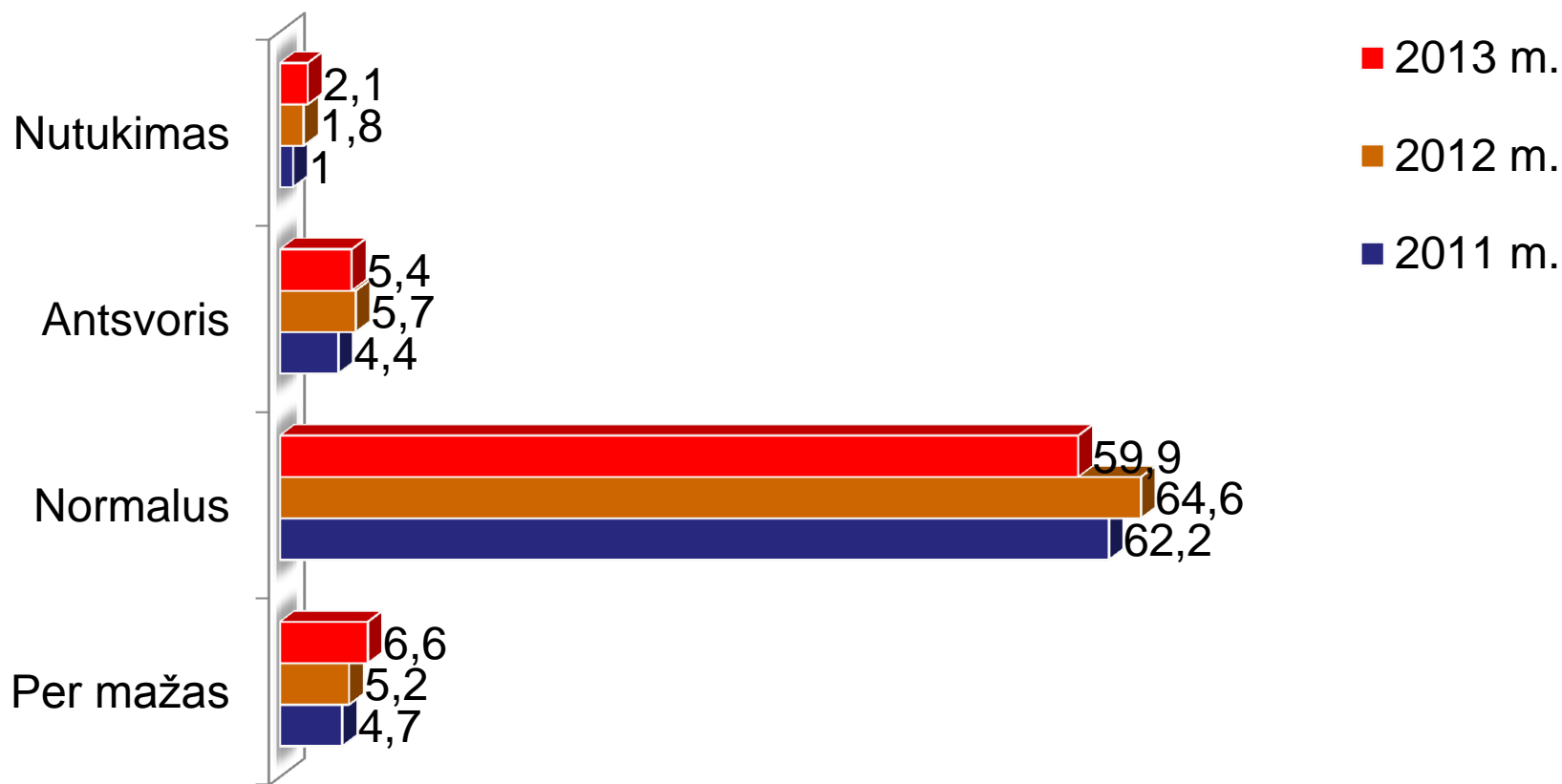


KMI įvertinimas (proc.) pagal klasių grupes



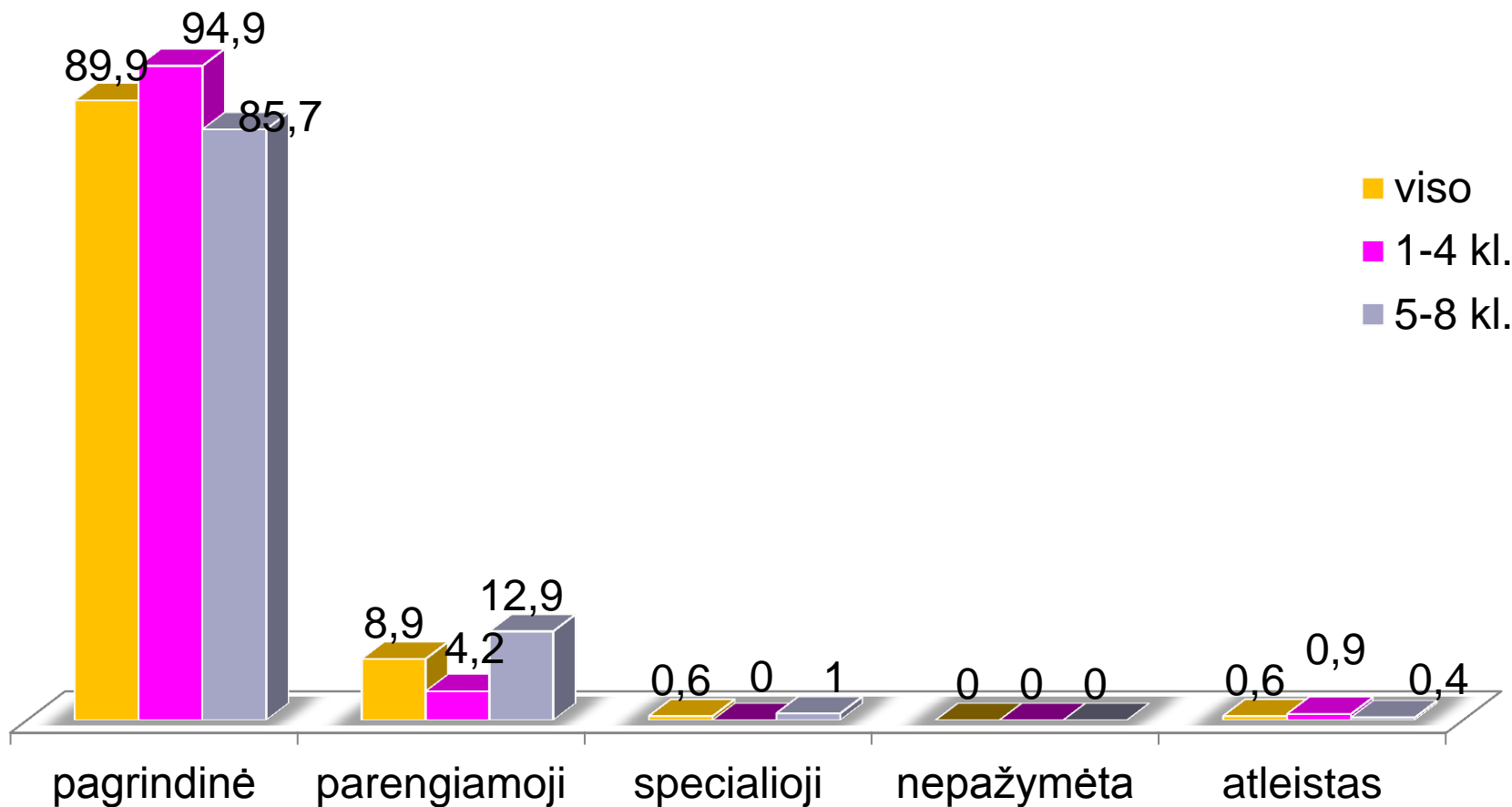


Mokinių pasiskirstymo (%) bendras pokytis pagal kūno masės indekso įvertinimą

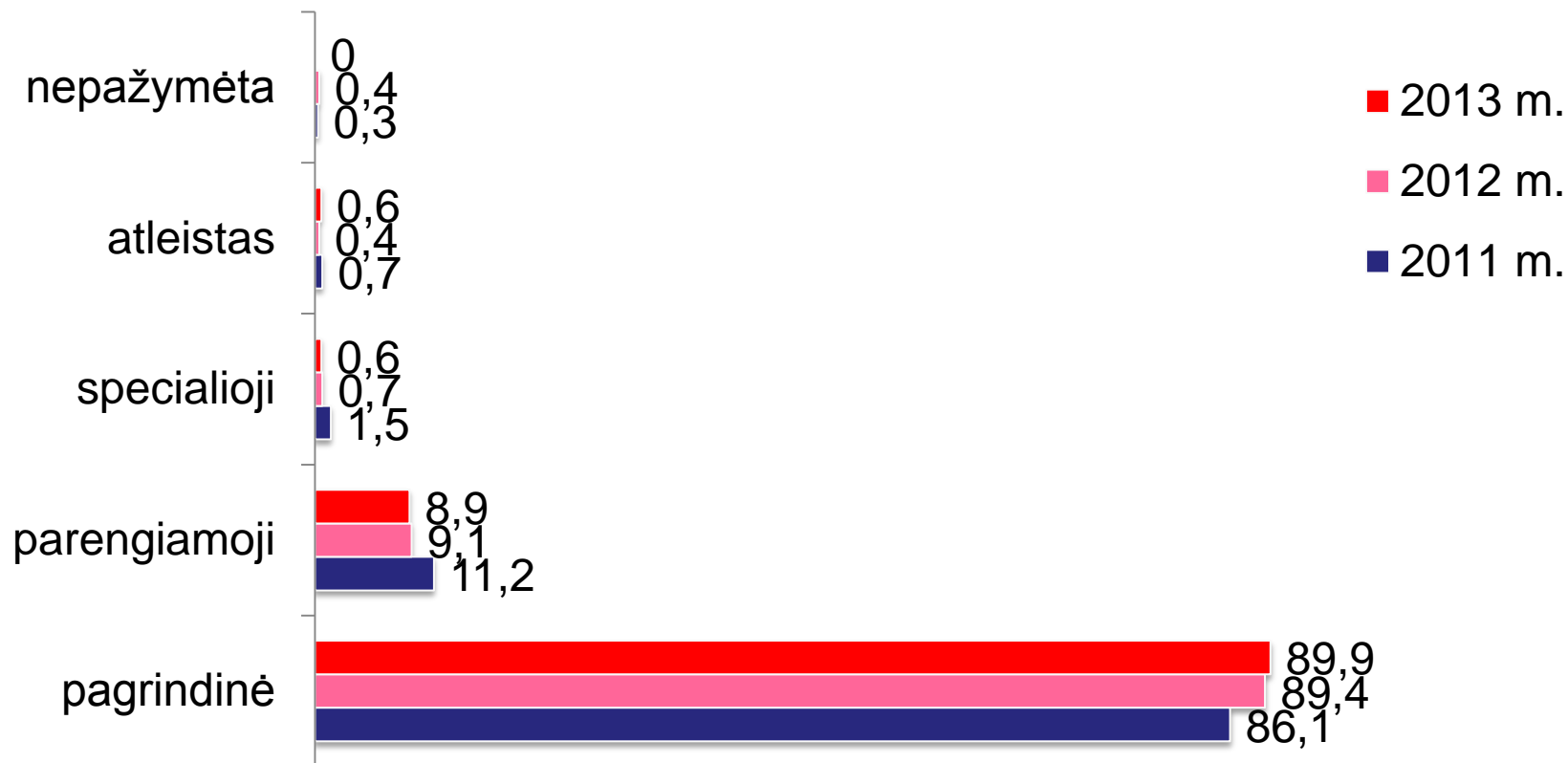




Fizinio ugdymo grupių pasiskirstymas (proc.) pagal klasių grupes



Mokinių pasiskirstymo (%) bendras pokytis pagal fizinio ugdymo grupės įvertinimą

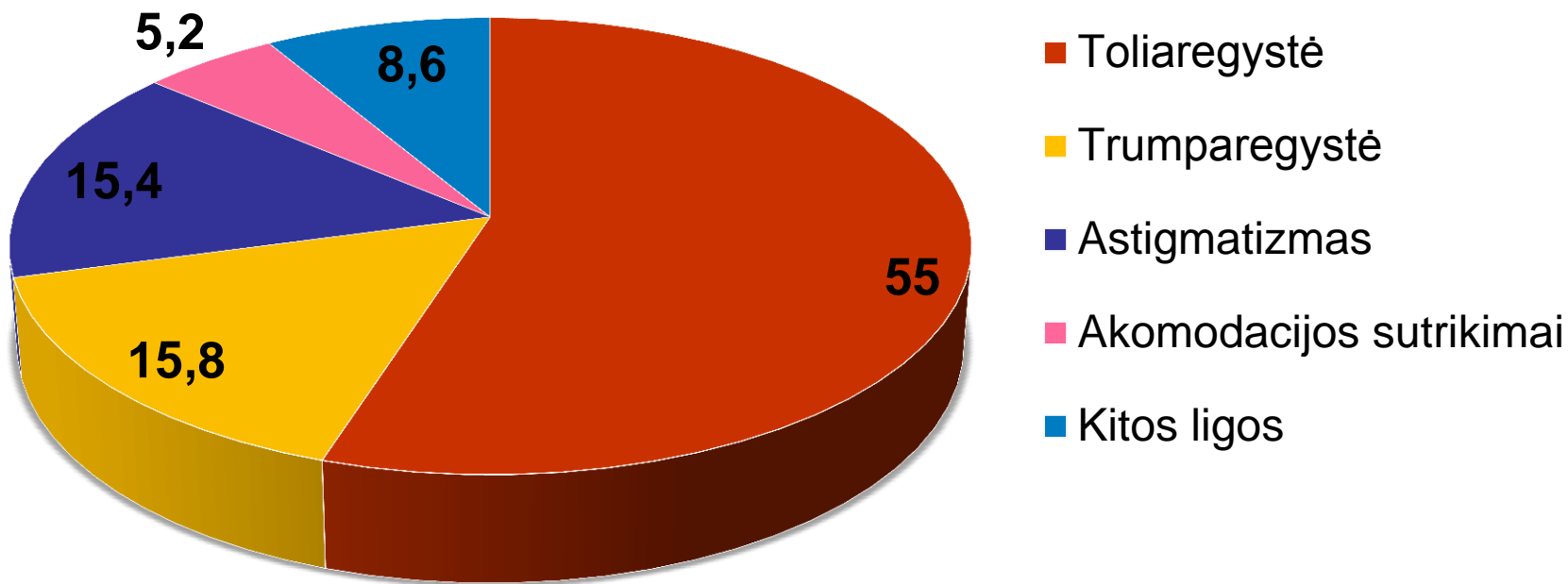


Dominuojančios ligos ir sveikatos sutrikimai

REGĖJIMO SUTRIKIMAI

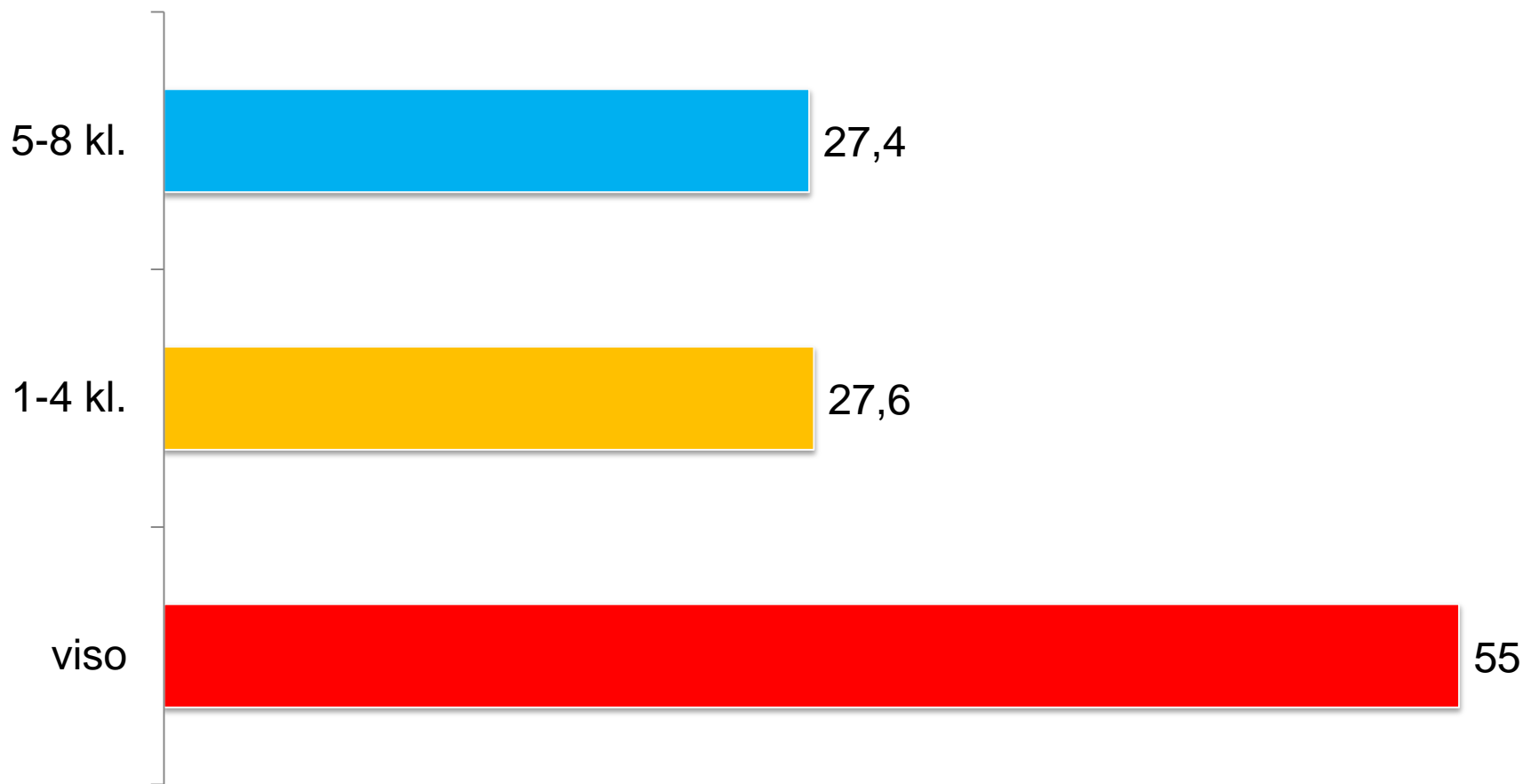


Regos sutrikimų (proc.) struktūra





Regėjimo sutrikimų skaičius (proc. nuo pasitikrinusiųjų) pagal klasių grupes

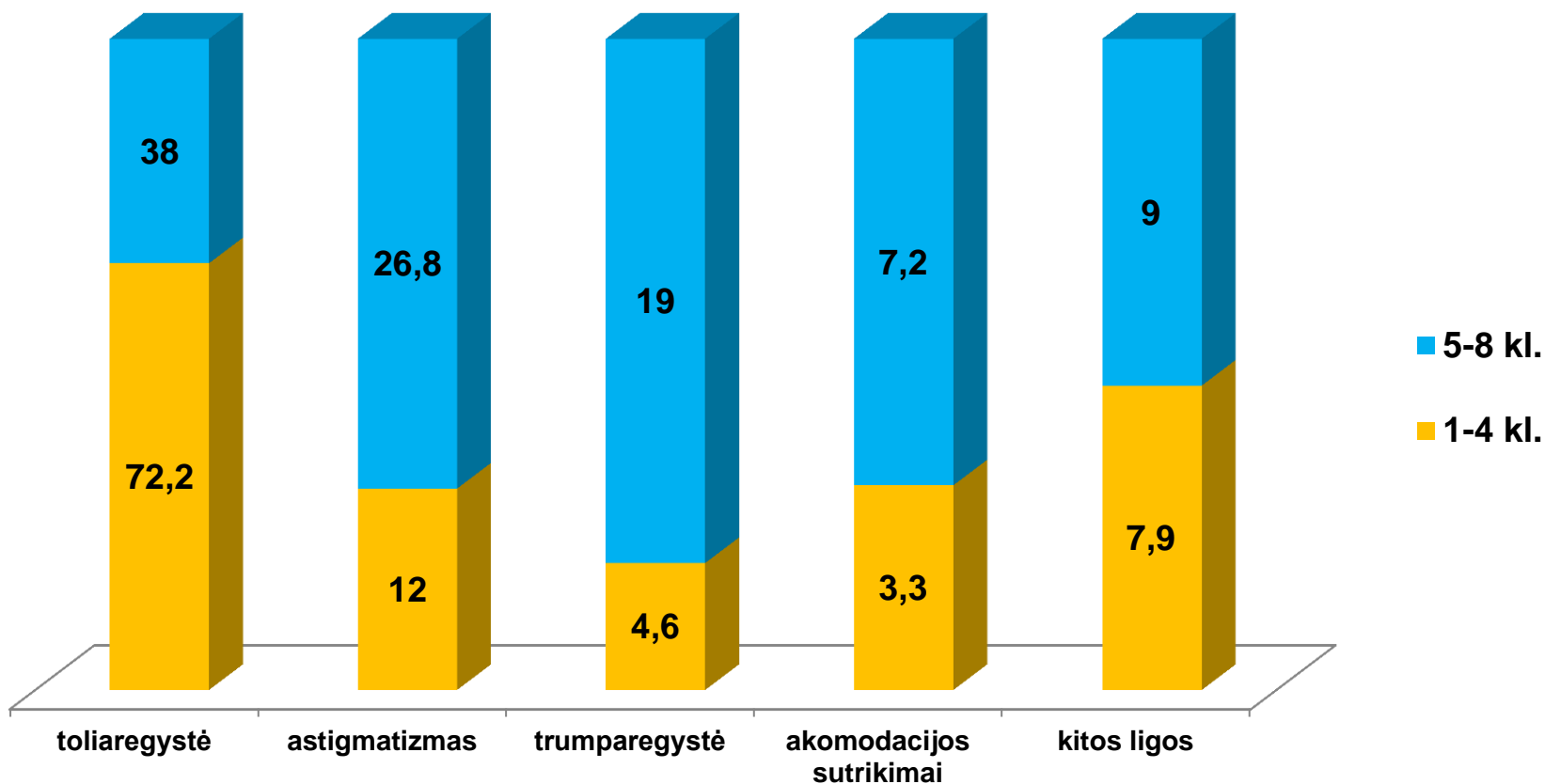


Regėjimo sutrikimų skaičius (proc. nuo pasitikrinusių) 2011-2013 m. pagal klasių grupes

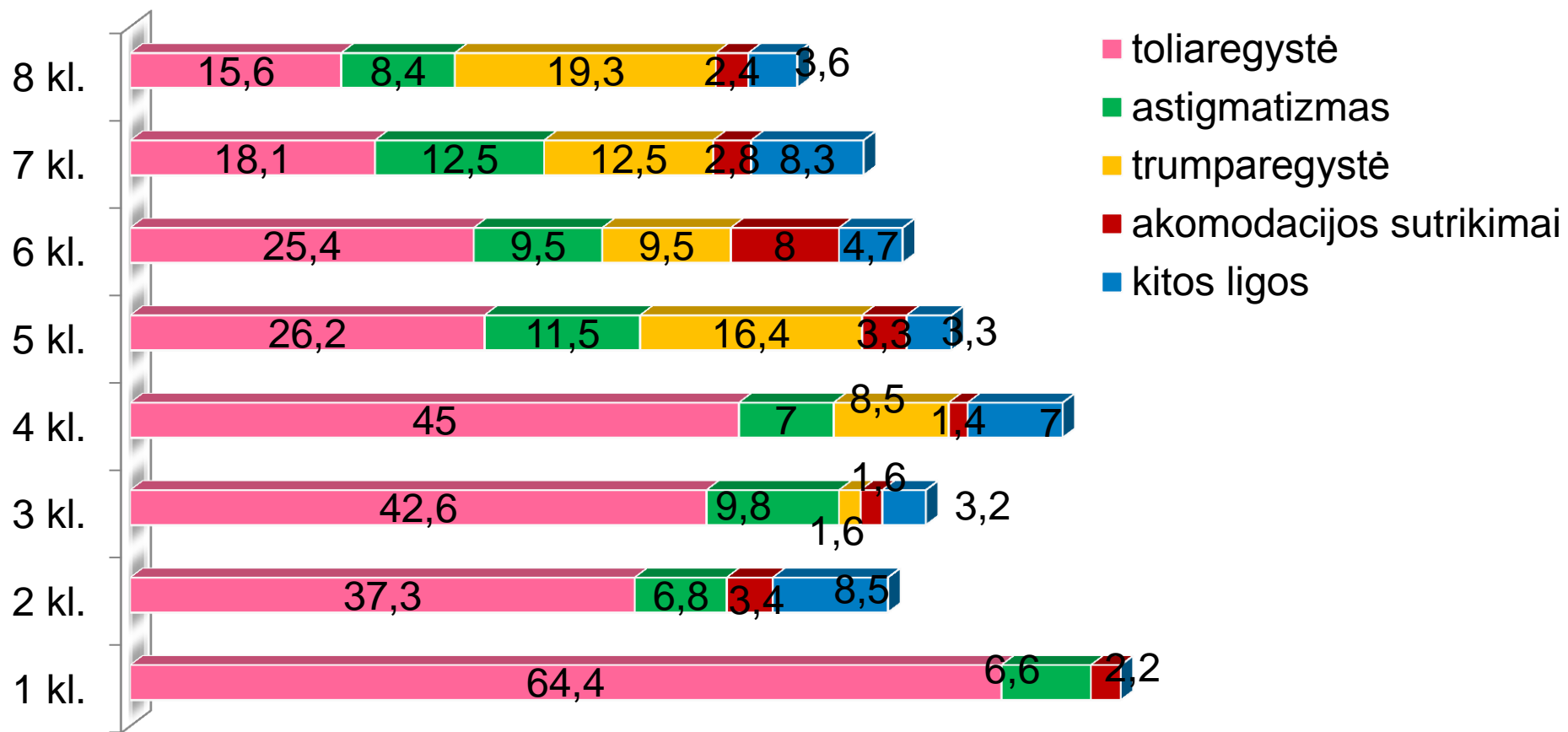




Regėjimo sutrikimų struktūra (proc. nuo turinčių šį sutrikimą) pagal klasių grupes

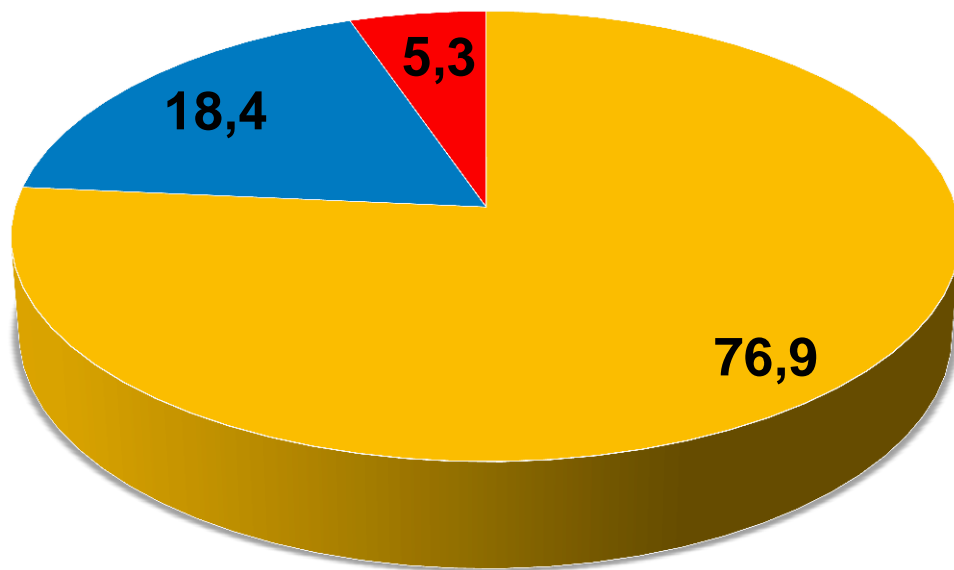


Regėjimo sutrikimų struktūra (proc. nuo turinčių šį sutrikimą) pagal klasių numerius



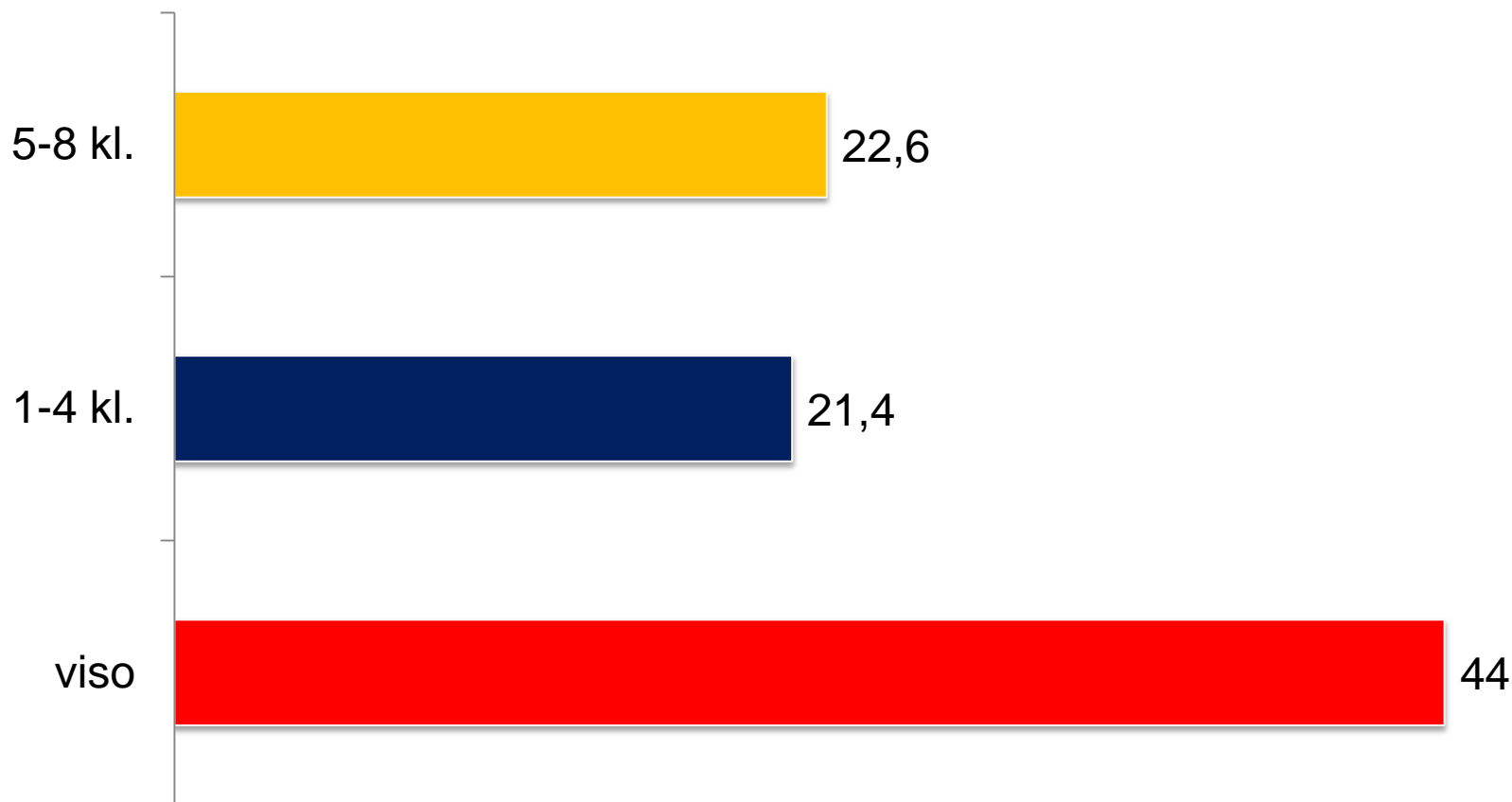
SIMPTOMAI, PAKITIMAI

Simptomų, pakitimų (proc.) struktūra

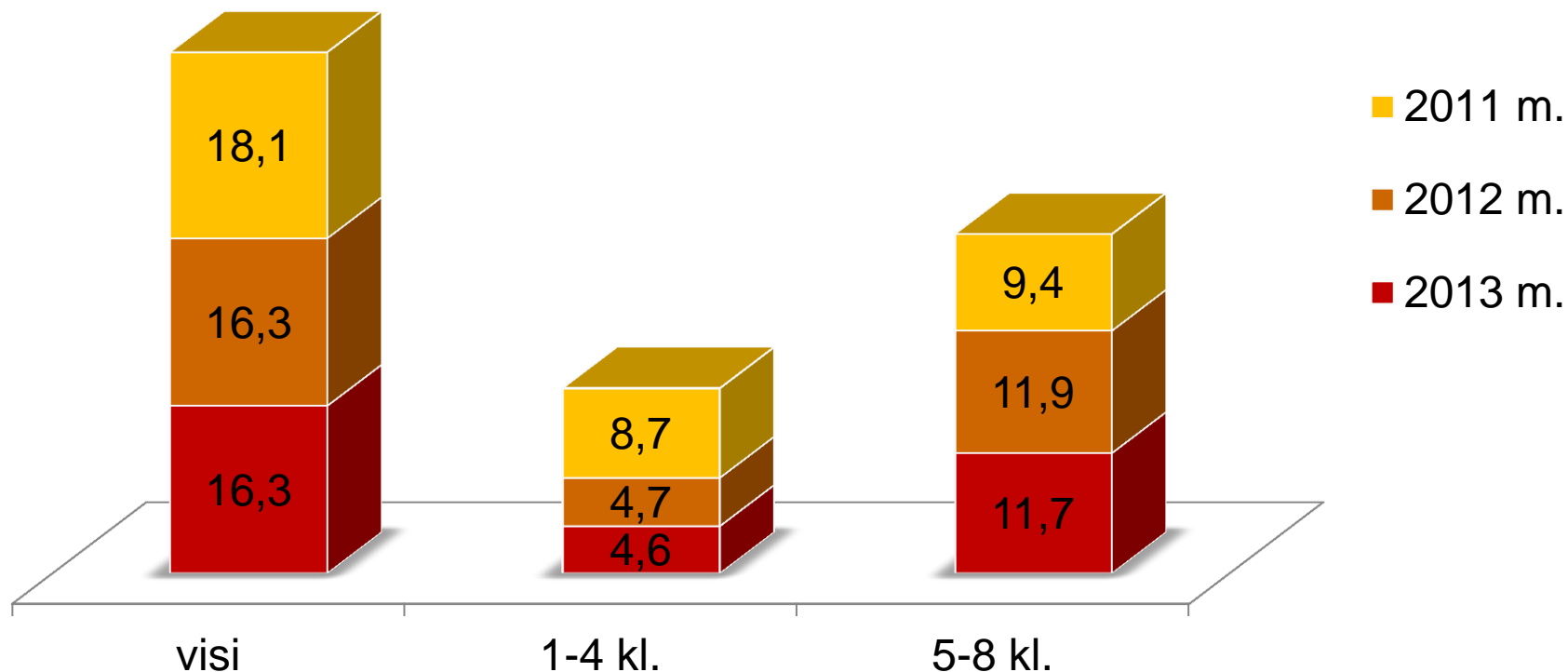


- Širdies ūžesiai, širdies tonai, nepatikslinti širdies ūžesiai
- Nenormali laikysena
- Kitos ligos

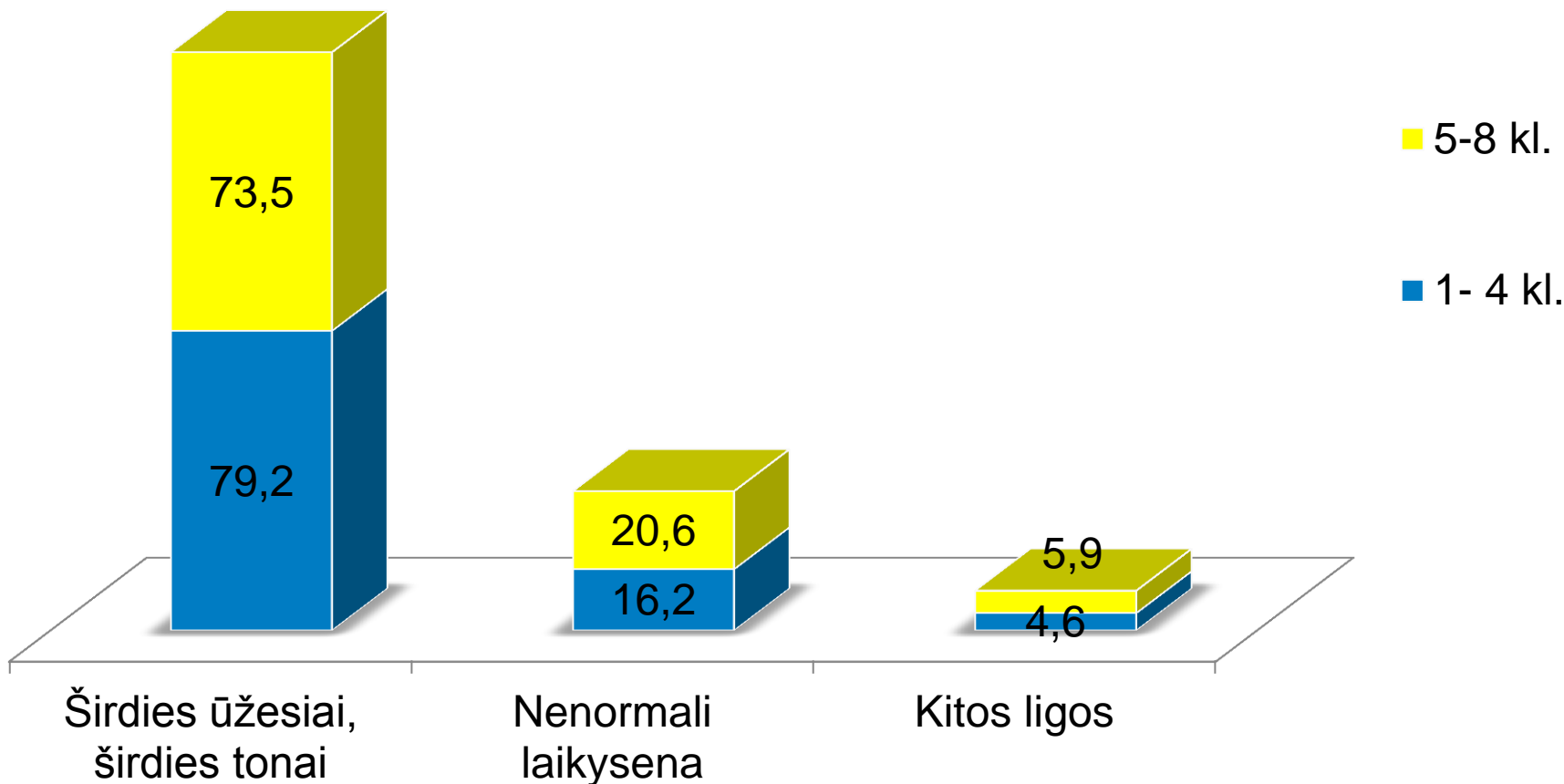
Simptomų, pakitimų (proc. nuo pasitikrinusiųjų) pagal klasių grupes



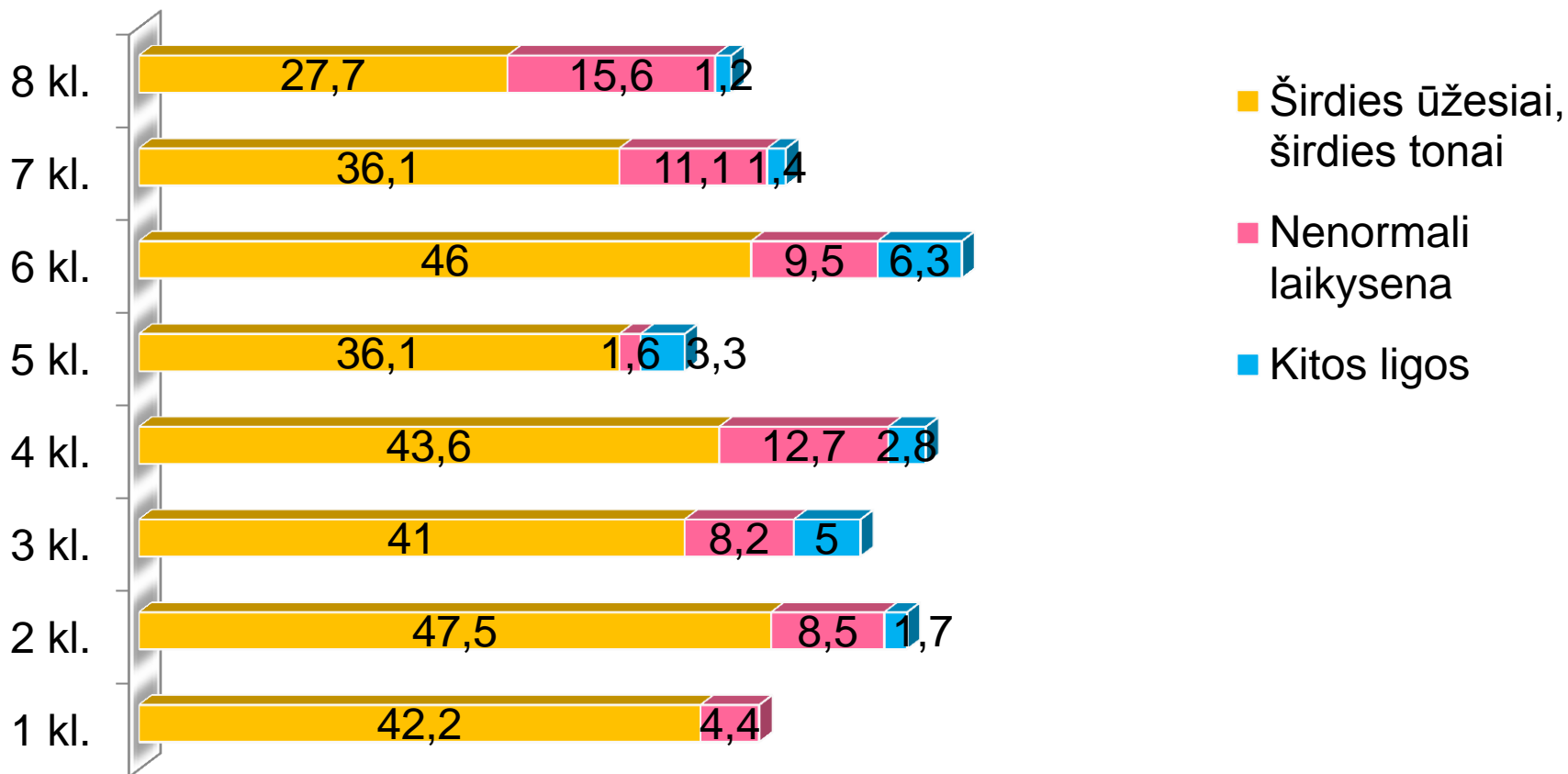
Simptomų, pakitimų skaičius (proc. nuo pasitikrinusių) 2011-2013 m. pagal klasių grupes



Simptomų, pakitimų struktūra (proc. nuo turinčių šį sutrikimą) pagal klasių grupes



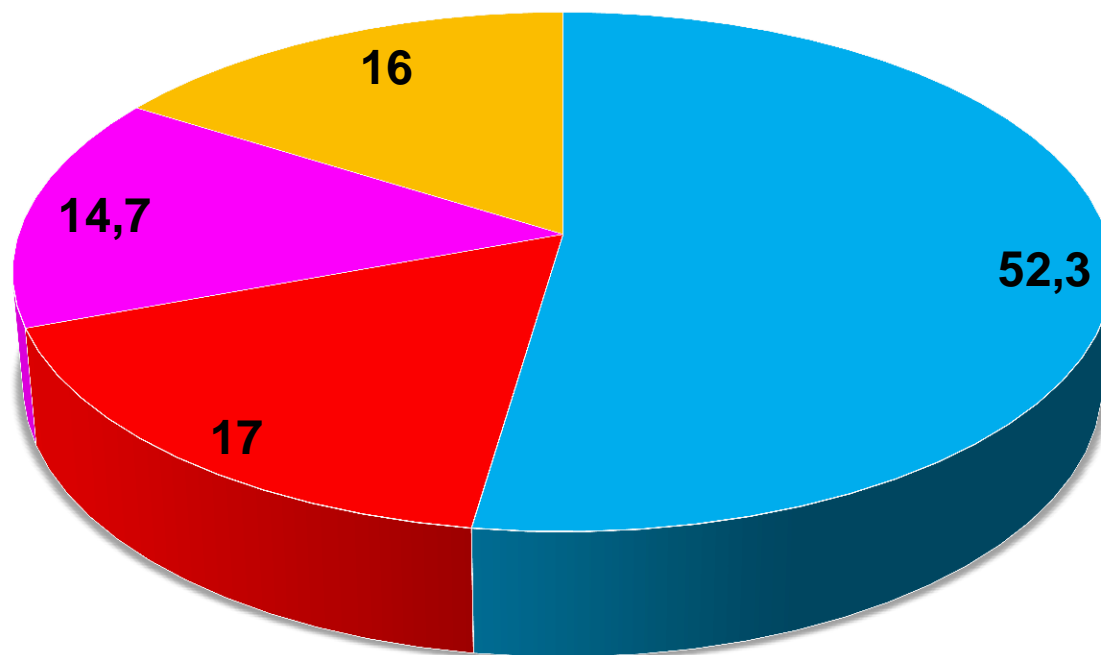
Simptomų, pakitimų struktūra (proc. nuo turinčių šį sutrikimą) pagal klasių numerius



SKELETO- RAUMENŲ SYSTEMOS SUTRIKIMAI

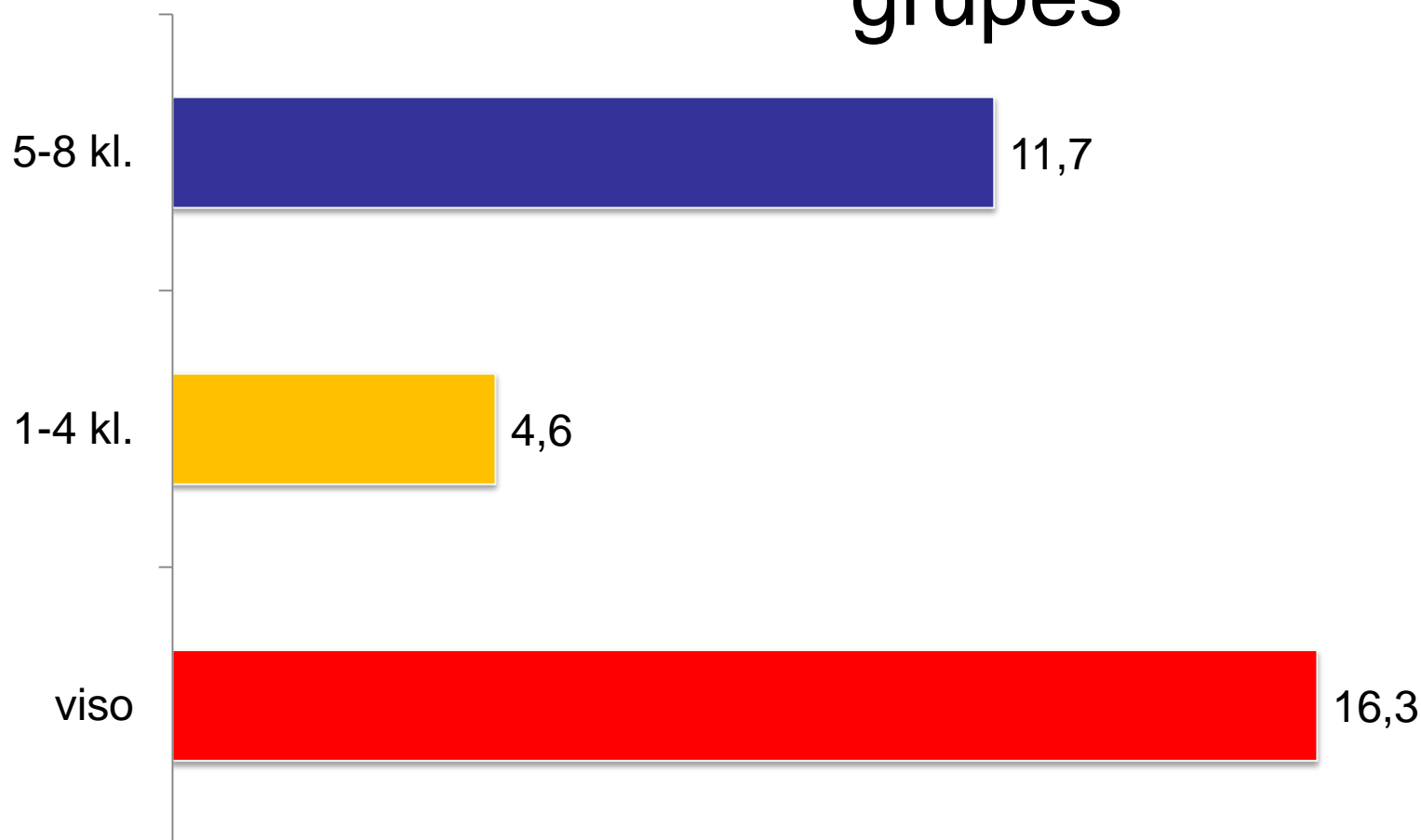


Skeleto – raumenų sistemos ligų (proc.) struktūra

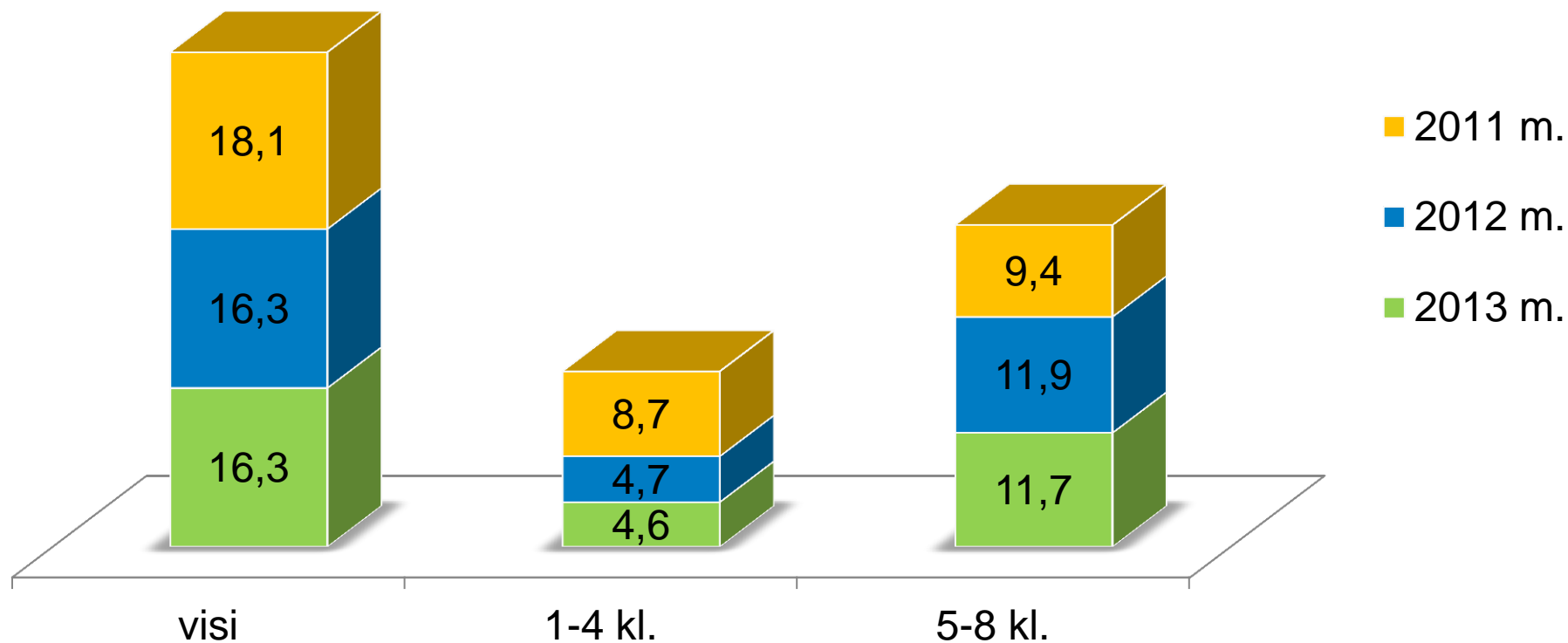


- kifoze ir lordoze
- skolioze
- laikysenos kifoze
- kitos ligos

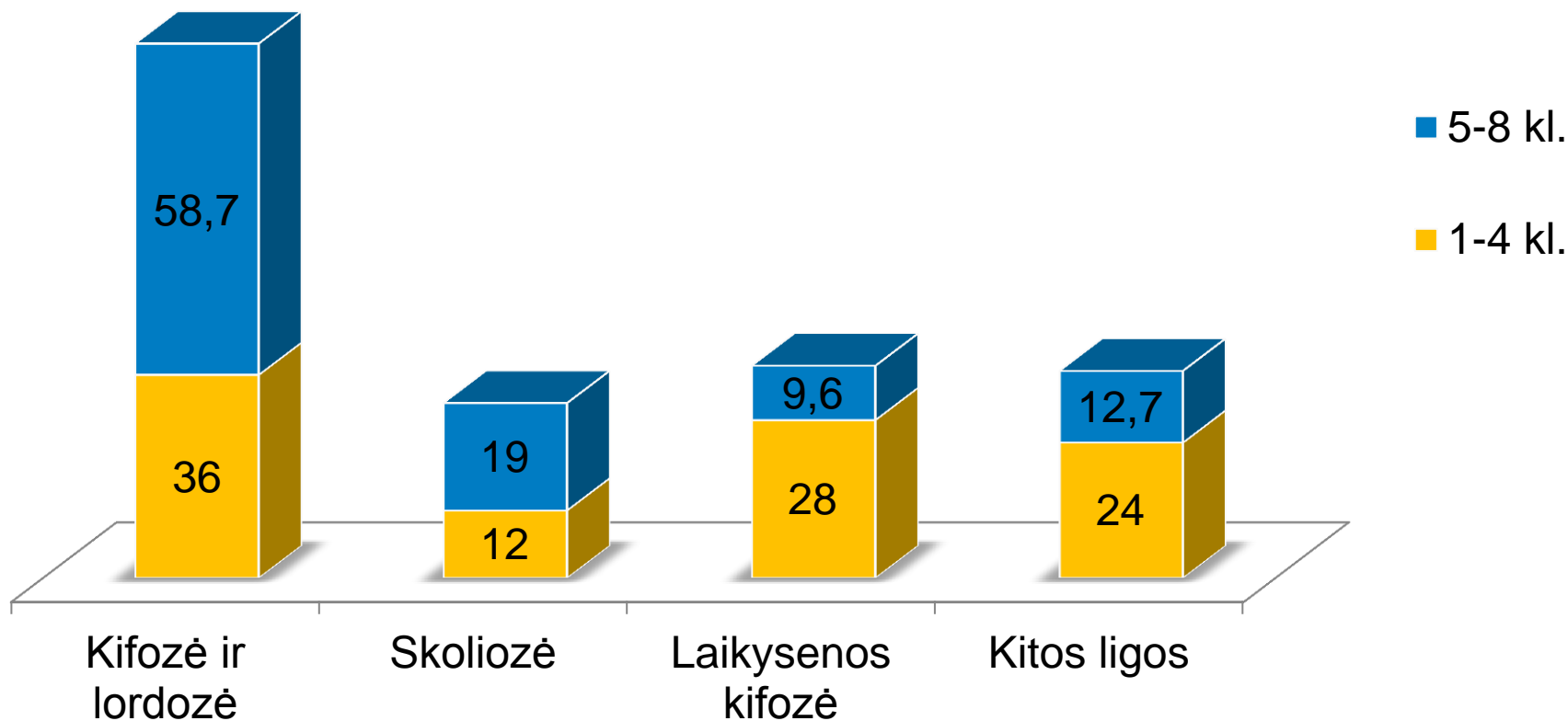
Skeleto raumenų sistemos sutrikimai (proc. nuo pasitikrinusiųjų) pagal klasių grupes



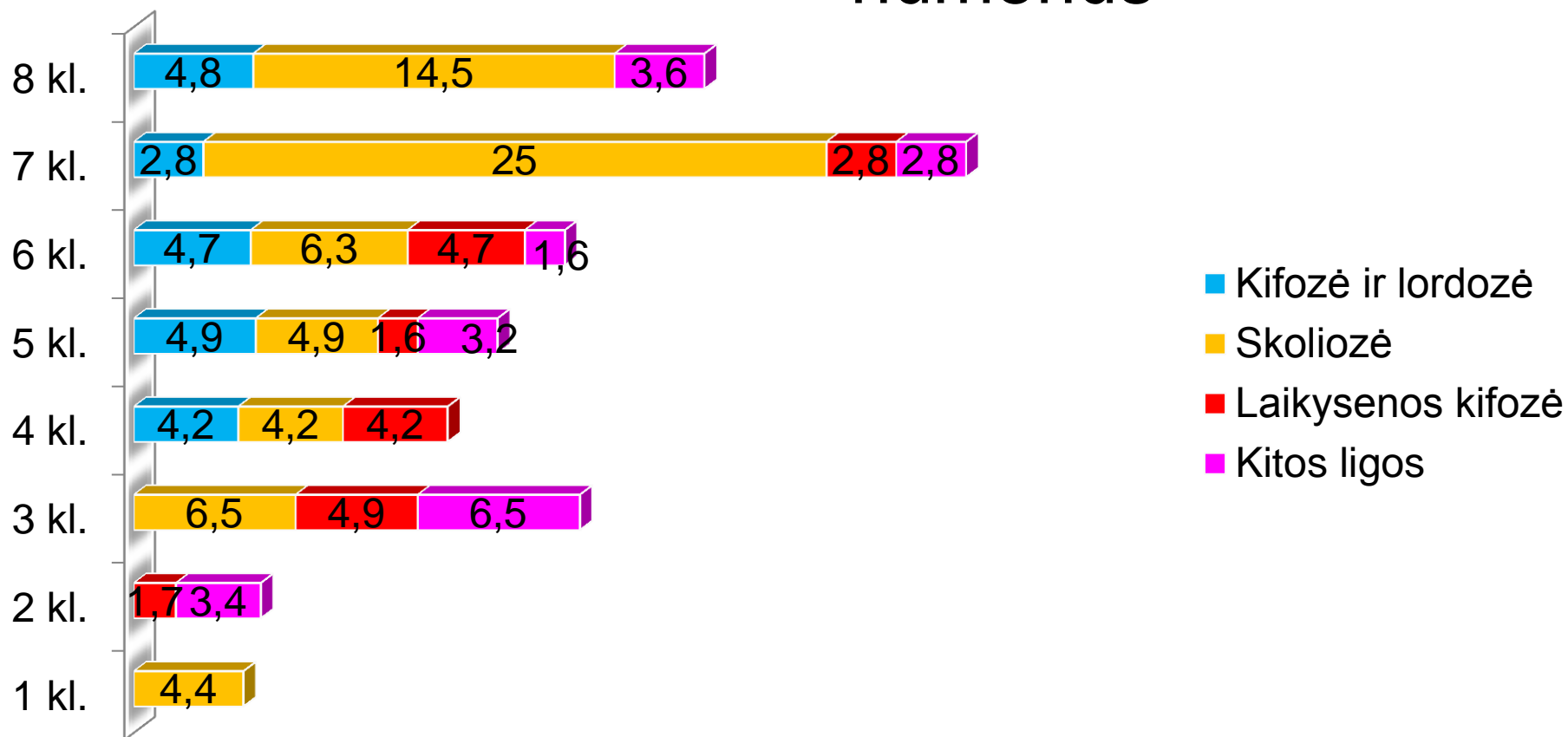
Skeleto- raumenų sutrikimų skaičius (proc. nuo pasitikrinusių) 2011-2013 m. pagal klasių grupes



Skeleto- raumenų sutrikimų struktūra (proc. nuo turinčių šį sutrikimą) pagal klasių grupes



Skeleto- raumenų sutrikimų struktūra (proc. nuo turinčių šį sutrikimą) pagal klasių grupes numerius



IŠVADOS

- Profilaktiškai sveikatą pasitikrino 99,4 proc. mokinių.
- **Visiškai sveiki – 14,6 proc., nuo pasitikrinusių sveikatą mokinių.**
- Pagrindiniai sveikatos ir organų sistemos sutrikimai: regos (55 proc.), simptomų, pakitimų (44 proc.), skeleto-raumenų sistemos sutrikimai (16,3 proc.)
- **50 proc. mokinių, kurie pasitikrino dantų būklę, turi ėduonies problemų.**
- 16,2 proc. mokinių turi sveikus ir be jokių sąkandžio patologijų dantis.
- **5-8 kl. daugėja mokinių, turinčių antsvorio (6,1 proc.) ir nutukimą (2,9 proc.)**
- Kiekvienais metais didėja mokinių skaičius, turinčių regėjimo sutrikimų. 1-4 kl. dominuoja toliaregystė (72,2 proc.); 5-8 kl. – toliaregystė (38 proc.) ir astigmatizmas (26,8 proc.).
- **Tiek 1-4 kl. grupėje, tiek 5-8 kl. iš simptomų, pakitimų sutrikimų dominuoja širdies ūžesiai ir širdies tonai.**
- Skeleto-raumenų sutrikimuose 1-8 kl. dominuoja kifoze ir lordoze.

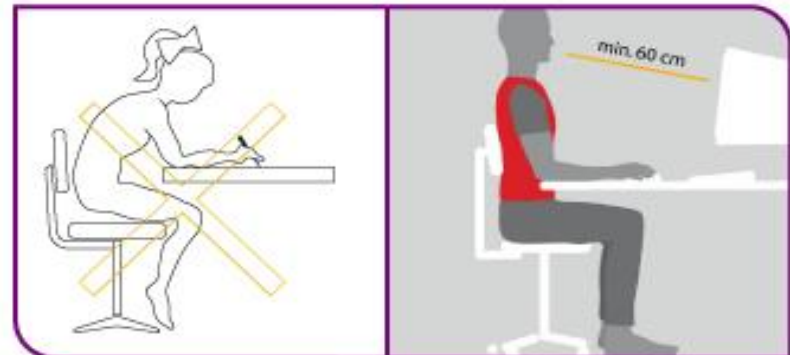
REKOMENDACIJOS

mokyklos bendruomenei

- *Mokinių sėdėjimo stebėseną pamokų metu; kontrolė.*
- *Dėmesys mokinių mitybai pertraukų metu. Sveikos mitybos propagavimas.*
- *Fizinio aktyvumo skatinamas. Dėmesys laikysenai.*
- *Prevencinės pamokos apie kuprinių nešiojimą, taisyklingą sėdėjimą suole, prie TV, kompiuterio, kitų baldų.*
- *Organizuoti įvairius užsiėmimus stiprinti regai (akių mankštelės, informacija, kaip taisyklingai skaityti, rašyti ir kt.).*
- *Daugiau sveikos gyvensenos praktinių užsiėmimų, gilinant mokinių sveikatos stiprinimo žinias.*
- *Nepamiršti ir žalingų įpročių prevencijos ir kontrolės.*

REKOMENDACIJOS tėvams

- *Nerekomenduojama vaikui be pertraukos prie kompiuterio praleisti ilgiau nei valandą. Praleidus prie kompiuterio 45 minutes reikia daryti 10–15 minučių pertrauką.*
- *9–12 metų vaikams per dieną patartina prie kompiuterio praleisti ne daugiau kaip 45 minutes, darant 15 minučių pertrauką.*
- *Vyresniems – iki 2 valandų, kas 30 minučių darant pertraukas.*
- *Pertraukų metu būtina pakeisti kūno padėtį – pasivaikščioti, atlikti akių mankštos pratimus arba nors pažiūrėti į toliau esančius daiktus.*
- *Nuolat priminti apie taisyklingą sėdėjimą : pečiai - vienodame aukštyje, nugara ir liemuo tiesūs, remiasi į suolo atramėlę arba kėdės atkalnę, tarp krūtinės ir suolo/stalo krašto – nedidelis tarpas, kojos sulenktos per kelius, pėdos pilnai remiasi į grindis. Jei stalas ir kėdė per aukšti, po kojomis pasikišti suolelį, kad pėdos turėtų atramą.*
- *Atstumas nuo knygos iki akių turi būti 30 – 40 centimetrų.*
- *Neleisti skaityti, rašyti važiuojančiame automobilyje, autobuse.*





Sveikata – tai
*kūno, jausmų
ir minčių
gerovė.
Vydūnas*