

## UKMERGĖS RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS STEBĖSENOS 2009-2012 METŲ PROGRAMOS ATASKAITA

### I. Bendroji dalis Demografinė ir socialinė ekonominė būklė

Demografinės situacijos pokyčiai Ukmergės rajone – gyventojų skaičiaus, amžiaus, lyčių kitimas – 2009 m. buvo nežymus. Visoje Lietuvoje gyventojų kasmet mažėja. Gyventojų skaičius kasmet mažėja ir Ukmergės rajone. Lyginant 2005 m. ir 2009 m. gyventojų skaičius Ukmergės rajone per pastaruosius 4 metus sumažėjo 4,2 proc. (1 lentelė).

**1 lentelė. Gyventojų skaičiaus pokytis 2005-2009 m.m.**

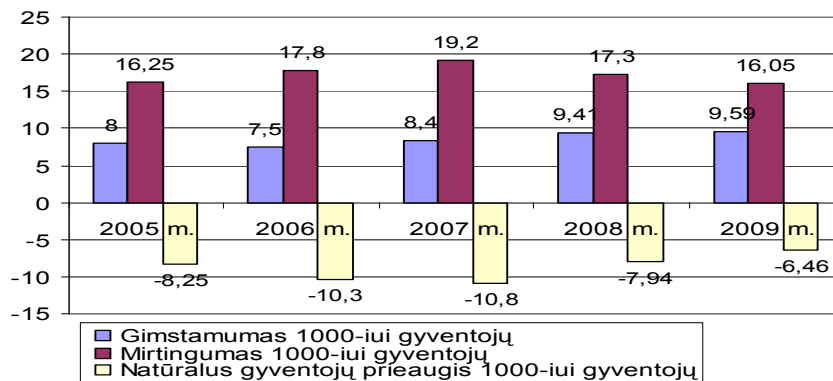
	2005 m.	2006 m.	2007 m.	2008 m.	2009 m.
Ukmergės r.	47025	46565	46085	45587	45049
Vilniaus apskr.	848407	848006	847924	848955	850068
Lietuva	3414304	3394081	3375618	3358114	3339441

*Šaltinis:* Higienos instituto Sveikatos informacijos centras.

Didžiąją dalį Ukmergės rajono gyventojų sudaro 18 – 44 m. darbingo amžiaus gyventojai (36,45 proc.). Gyventojų, kurių amžius yra 65 ir daugiau metų, Ukmergės rajone 2009 m. buvo 19,86 proc. Iš visų rajono gyventojų 46,59 proc. vyrai, 53,4 proc. moterys. 60,26 proc. miesto ir 39,74 proc. kaimo gyventojai.

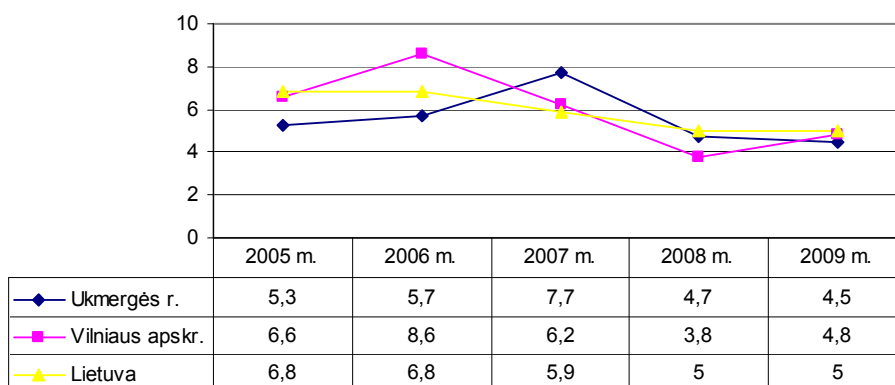
Analizuojant kelerių metų gyventojų pokyčius pagal amžiaus grupes, pastebima, kad 0-17 metų amžiaus gyventojų dalis mažėja, o vyresnių nei 65 metų amžiaus Ukmergės rajono gyventojų dalis palaipsniui turi tendenciją didėti ir tai yra susiję su mažu gimstamumo rodikliu ir vis ilgėjančia vidutine tikėtina gyvenimo trukme tiek Ukmergės rajone, tiek ir Lietuvoje.

Gyventojų natūralios gyventojų kaitos rodiklius per pastaruosius 5 metus neženkliai kinta. Gimstamumas palaipsniui turi tendenciją didėti, o mirtingumas Ukmergės rajone nuo 2007 m. ėmė neženkliai mažėti. Natūralus gyventojų prieaugis, lyginant pastaruosius metus, sumažėjo, bet vis dar išlieka neigiamas (1 pav.).



**1 pav. Natūralios gyventojų kaitos rodikliai Ukmergės rajone 2005-2009 m. (1000 gyv.)** *Šaltinis:* Higienos instituto Sveikatos informacijos centras.

Kūdikų iki 1 metų amžiaus mirtingumas Ukmergės rajone nuo 2005 m. nebuvo pastovus: didžiausias rodiklis užfiksuotas 2007 m. (7,7/1000 gyvų gimusiųjų), mažiausias – 2009 m. (4,5/1000 gyvų gimusiųjų) (2 pav.).



**2 pav. Kūdikių iki 1 metų mirtingumas 1000 gimusių 2005-2009 m.m. Ukmergės r., Vilniaus apskr., Lietuvoje.** Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centras

Ukmergės rajone 2009 metais vyrų mirtingumas 100 000 gyv. buvo 1810,56 atvejai, moterų 1425,84 atvejai. 2009 metais mirė 724 asmenys, iš kurių 383 vyrai ir 341 moteris.

Analizuojant mirusiųjų skaičių nuo pagrindinių mirties priežasčių, matyti, kad mirusių nuo kraujotakos sistemos ligų skaičius 100 000 gyv. 2009 m. neženkiai sumažėjo, tačiau, lyginant su šalies rodikliais, išlieka didesnis. Mirčių, sąlygotų išorinių priežasčių, lyginant paskutinis trejus metus, sumažėjo tiek Ukmergės r., tiek ir šalyje. 2009 m. mirusių skaičius transporto įvykiuose, lyginant su 2007 m., buvo 2,4 karto mažesnis, o savižudybių skaičius 1,8 karto mažesnis: (2007 m. 75,95 atvejai, 2009 m. 42,18 atvejų 100 000 gyv.) (2 lentelė).

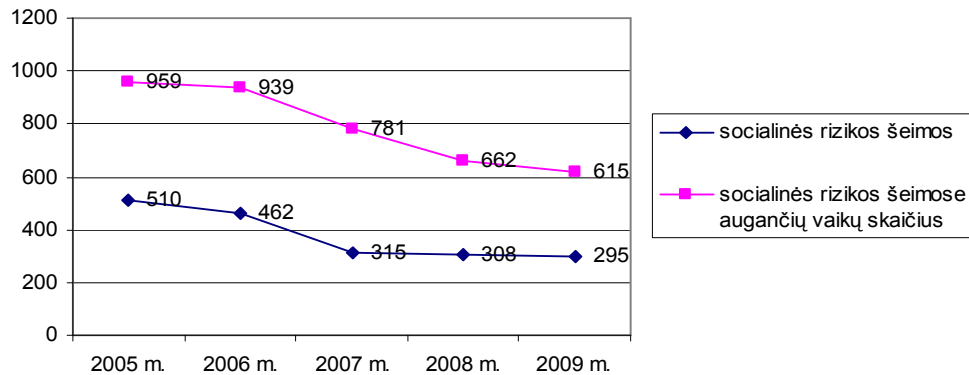
**2 lentelė. Mirusių nuo pagrindinių priežasčių rodikliai Ukmergės r., Vilniaus apskr., Lietuvoje 2005 – 2009 m.m.**

Mirusių dėl:	2005 m.	2006 m.	2007 m.	2008 m.	2009 m.
<b>Mirusiųjų nuo kraujotakos sistemos ligų sk.100000 gyv.</b>					
Ukmergės r.	927,17	1058,74	1048,06	1046,35	961,28
Lietuva	697,74	716,57	720,08	703,46	697,48
Vilniaus apskr.	630,95	664,5	669,99	660,1	650,77
<b>Mirusiųjų nuo piktybinių navikų sk. 100000 gyv.</b>					
Ukmergės r.	287,08	332,87	334,17	278,59	299,71
Lietuva	235,71	240,06	245,35	246,15	243,45
Vilniaus apskr.	223,01	235,97	224,9	229,81	222,22
<b>Mirusiųjų dėl išorinių priežasčių sk. 100000 gyv.</b>					
Ukmergės r.	210,53	152,48	247,37	177,68	168,72
Lietuva	162,52	157,21	155,41	142,49	124,81
Vilniaus apskr.	162,78	163,44	161,81	144,41	128,58
<b>Mirusiųjų transporto įvykiuose sk. 100000 gyv.</b>					
Ukmergės r.	53,16	19,33	43,4	28,52	17,76
Lietuva	25,92	26,49	25,98	17,87	13,68
Vilniaus apskr.	24,05	22,64	26,3	17,08	10,47
<b>Savižudybių skaičius 100000 gyv.</b>					
Ukmergės r.	40,4	53,69	75,95	59,23	42,18
Lietuva	38,63	30,91	30,36	33,08	34,08
Vilniaus apskr.	29,35	24,06	25,83	26,86	27,06

Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centras.

Socialiniai - ekonominiai pokyčiai veikia daugelį visuomenės gyvenimo sričių, kartu veikdami žmogų bei jį supančią aplinką. 2009 m. Ukmergės rajono socialinės rizikos šeimų apskaitoje naujai užregistruotos 22 naujos šeimos, jose auga 37 vaikai. Pagal gyvenamą vietą naujai užregistruotos šeimos yra pasiskirsčiusios beveik tolygiai: tiek gyvenančios kaime, tiek Ukmergės mieste. Pastebimos didėjančios mažo amžiaus vaikų (0-6 metai), augančių socialinės rizikos šeimose, statistinės tendencijos. 2009 m. naujai išaiškintose šeimose, turinčiose socialinę riziką, tokio amžiaus vaikų gyveno 24 (2008 m. duomenimis – 14 vaikų; 2007 – 28).

Teigiamas tendencijas rodo tai, kad socialinės rizikos šeimų ir jose augančių vaikų skaičius rajone kasmet mažėja (3 pav.).



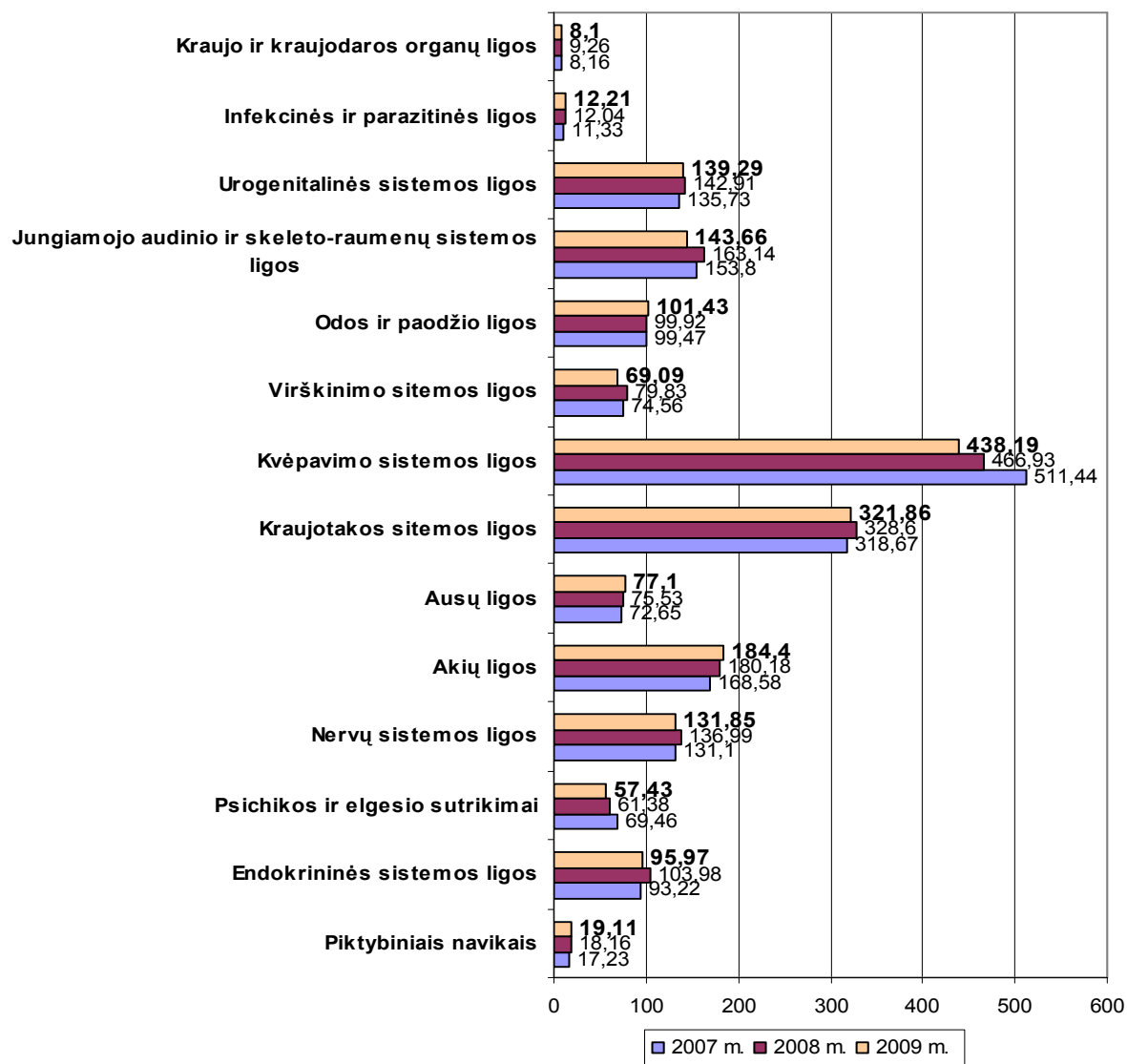
**3 pav. Ukmergės rajono savivaldybės Socialinės rizikos šeimų ir jose augančių vaikų skaičius 2005 – 2009 metais. Šaltinis: Ukmergės rajono savivaldybės administracijos Vaiko teisių apsaugos skyrius**

Ukmergės darbo biržos duomenimis, 2009 m. Ukmergės rajone vidutinis metinis bedarbių procentas nuo darbingo amžiaus gyventojų sudarė 10,1 proc. Vidutinis metinis bedarbių skaičius buvo 2820 asmenų.

### Gyventojų sveikatos būklė

Geriausiai gyventojų sveikatos būklę atspindi sergamumas – vienas iš pagrindinių ir svarbiausių sveikatos statistikos rodiklių.

Didžiausias bendras sergamumas Ukmergės rajone yra kvėpavimo sistemos ligomis (2009 m. 438,19 atvejų 1000 gyv.), kraujotakos sistemos ligomis (321,86 atvejai 1000 gyv. bei akių ligomis (184,4 atvejai). Lyginant kelerių metų bendro sergamumo įvairiomis organizmo sistemos ligomis pokyčius matyti, kad šiek tiek sumažėjo ligotumas kraujotakos sistemos ligomis, psichikos ir elgesio sutrikimais ir kitomis ligomis, tačiau, lyginant su Lietuvos ir Vilniaus apskrities duomenimis, išlieka vis dar didelis (3 pav.).



**4 pav. Bendrojo sergamumo tendencija įvairiomis organizmo sistemos ligomis Ukmergės rajone 2007-2009 m. (1000 gyv.)** Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centras

Toliau analizuojant tris, daugiausiai rajone užregistruotus, bendro sergamumo ligų atvejus, pastebima, kad visų šių ligų rodikliai viršijo ne tik apskrities, bet ir Lietuvos rodiklius (3 lentelė).

Kvėpavimo sistemos ligų bei kraujotakos sistemos ligų atvejų skaičius Ukmergės rajone 1000-čiui gyventojų 2009 m. 1,2 karto didesnis nei Lietuvoje. Bendras sergamumas akių ligomis Ukmergės rajone 2009 m. 184,4 atvejai 1000-čiui gyventojų, o šalies rodiklis 145,56 atvejai.

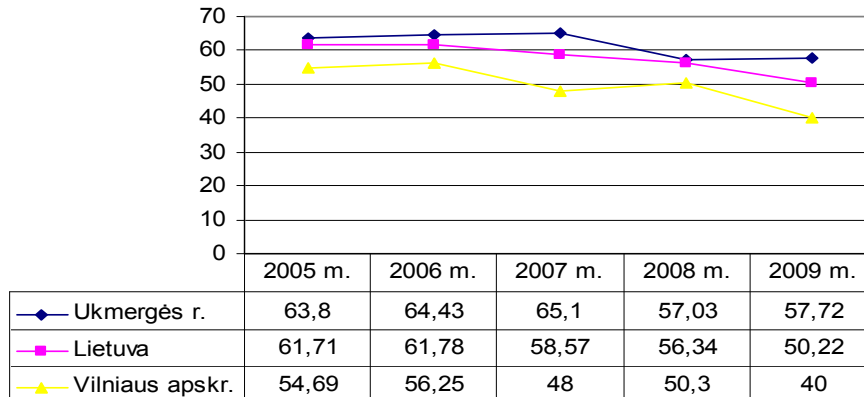
**2 lentelė. Bendras sergamumas kai kuriomis ligomis Ukmergės r., Vilniaus apskr. ir Lietuvoje 2007-2009 m.m.**

Bendras sergamumas dėl:	2007m.	2008 m.	2009 m.
<b>Kvėpavimo sist. ligų: 1000-čiui gyventojų</b>			
Lietuva	434,75	381,26	409,71
Vilniaus apskr.	486,76	403,08	434,36
Ukmergės r.	511,44	466,93	438,19
<b>Kraujotakos sist. Ligų: 1000-čiui gyventojų</b>			
Lietuva	248,52	264,97	275,04
Vilniaus apskr.	217,65	227,63	235,73
Ukmergės r.	318,67	328,6	321,86

Akių ligų: 1000-čiui gyventojų			
Lietuva	138,52	141,05	145,56
Vilniaus apskr.	153,64	149,54	156,94
Ukmergės r.	168,58	180,18	184,4

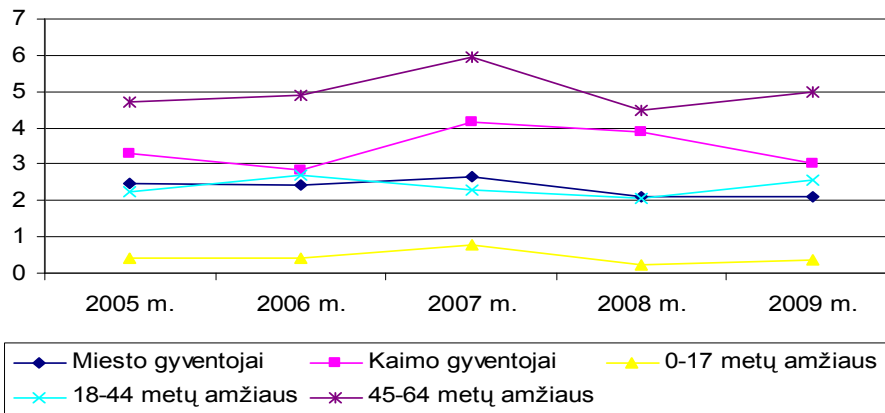
Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centras.

Sergamumas tuberkulioze (nauji nustatyti ligos atvejai) Ukmergės rajone 2009 m. - 57,72 atvejai 100 000 gyv. Lyginant nacionaliniu ir apskrities mastu šis rodiklis yra didesnis, tačiau, lyginat penkių metų laikotarpį, matyti, kad sergamumas tuberkulioze rajone palaipsniui mažėja (4 pav.)



5 pav. Sergamumas tuberkulioze Ukmergės r., Vilniaus apskr. ir šalyje 2005-2009 m.m. (100 000 gyv.) Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centras

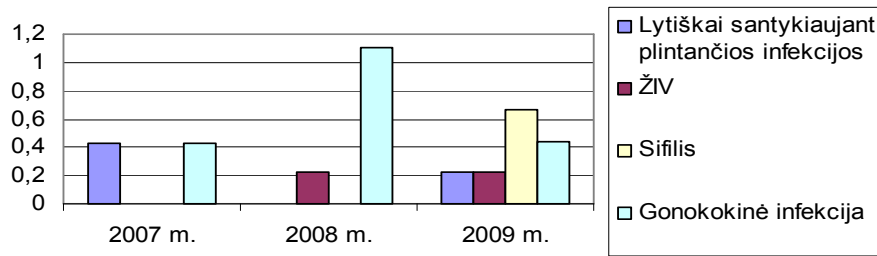
Daugiausiai tuberkulioze sergančių asmenų pasitaiko tarp kaimo gyventojų (2009 m. 3,03 atvejai 1000 gyv.). Didžiąją dalį sergančių asmenų sudaro vyresni (45-64 metų) amžiaus rajono gyventojai.



6 pav. Asmenų, sergančių tuberkulioze, pasiskirstymas pagal amžių ir gyvenamąją vietą Ukmergės r. 2009 m. (1000 gyv.) Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centras

Lytiškai plintanti liga (LPL) – tai liga, perduodama vieno asmens kitam lytinių santykių metu. Lietuvoje, kaip ir Rytų Europoje, lytiškai plintančios ligos, ypač sifilis, yra labai paplitusios.

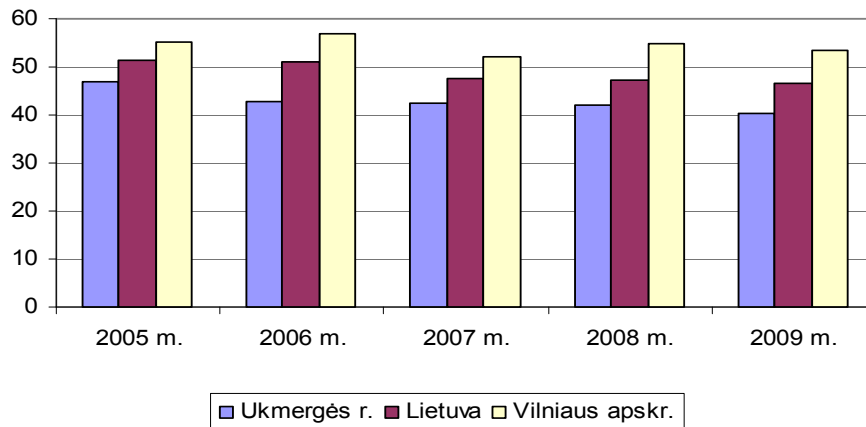
Rajone, kaip ir šalyje, užregistruojama tik maža dalis sergančių lytiškai plintančiomis ligomis asmenų. Dažniausiai sergantieji gydomsi privačiuose ar anoniminiuose kabinetuose, todėl rajone neregistruojami.



**7 pav. Rajono gyventojų sergamumas lytiškai plintančiomis infekcijomis 2007-2009 m.m. (10 000 gyv.)** Šaltinis: Vilniaus VSC Ukmergės skyrius.

Infekcinės parazitinės ligos gali būti užkrečiamos (persiduoti iš vieno sergančio organizmo kitam). Jos skirstomos pagal sukėlėją: gali būti bakterinės, virusinės, grybelinės ir žmogaus parazitų (pirmuonių bei kirmėlių) sukeltos ligos. Be to, infekcinės ligos gali būti vietinės (t.y., pažeisti tik vieną kurį nors organą) arba išplitusios (sisteminės) – pvz., sepsis.

Remiantis HISIC duomenimis, 2005–2009 m. Ukmergės rajone šis rodiklis buvo mažesnis lyginant su šalies bei Vilniaus apskrities rodikliu (8 pav.). Labiausiai sergamumas infekcinėmis ir parazitinėmis ligomis yra paplitęs tarp 0-17 metų amžiaus asmenų (2009 m. 55,45 atvejai 1000 gyv.), miesto gyventojų (2009 m. 45,02 atvejai, tačiau lyginant su 2005 m. šis rodiklis sumažėjo 16,89 proc.) ir tarp moterų (44,11 atvejai 1000 gyv.).



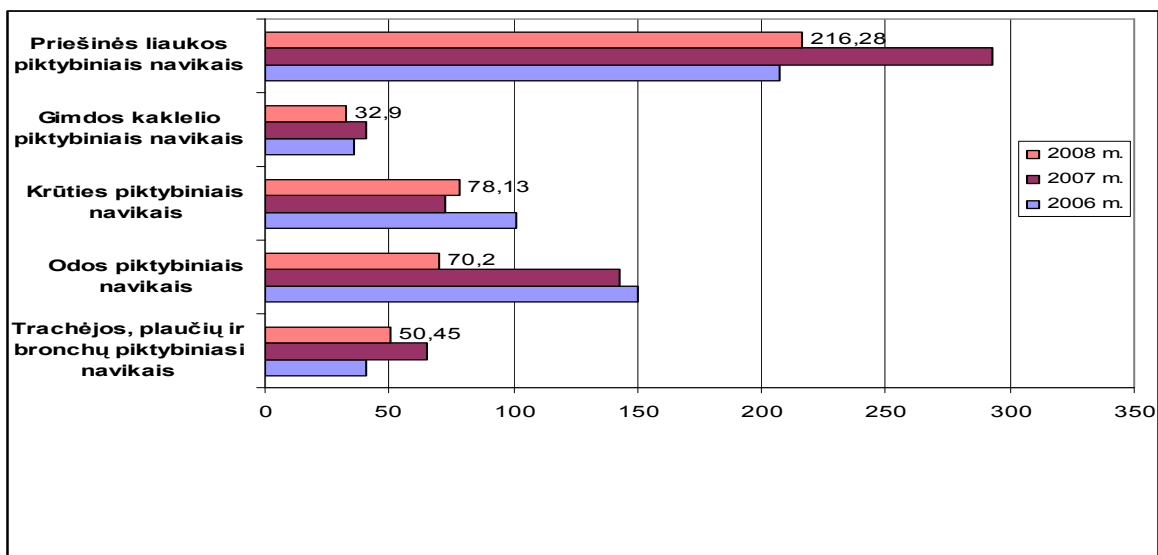
**8 pav. Asmenų, sergančių infekcinėmis ir parazitinėmis ligomis, skaičius 2005-2009 m.m.**

**Ukmergės r., Vilniaus apskr., šalyje (1000 gyv.).** Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centras.

Onkologiniai susirgimai vieni iš labiausiai nerimą keliančių gyventojų sveikatos sutrikimų. Jų skaičius kasmet nuolat auga tiek Ukmergės rajone, tiek šalyje. Lietuvoje kasmet diagnozuojama apie 15 tūkst. naujų vėžio atvejų ir apie 8 tūkst. žmonių miršta nuo šios ligos.

Ukmergės rajono savivaldybės moterų ir vyrų sergamumas navikinėmis ligomis šiek tiek didesnis (2008 m. - 18,16 atvejai 1000 gyventojų) nei šalies bei Vilniaus apskrities vidurkis. Standartizuotas moterų mirtingumas didesnis (2005 m. - 157,1 atvejai 100 tūkst. gyventojų), o vyrų mažesnis (2005 m. - 270,8 atvejai 100 tūkst. gyventojų).

Analizuojant atskirus, lokalizuotus piktybinius navikus, matyti, kad Ukmergės rajone didžiausias sergamumas yra priešinės liaukos piktybiniais navikais, o mažiausias gimdos kaklelio piktybiniais navikais (9 pav.). Sergamumas piktybiniais navikais palaipsniui mažėja, tačiau vis tiek rodikliai išlieka didesni nei Lietuvos ir Vilniaus apskrities. Siekiant sumažinti sergamumą piktybiniais navikais, labai svarbu kuo anksčiau ir kuo kokybiškiau atlikti profilaktinius sveikatos patikrinimus, todėl labai svarbu, kad gyventojai dalyvautų prevencinėse profilaktinėse programose.



9 pav. Sergamumas piktybiniais navikais pagal lokalizacijas 2006-2008 m. Ukmergės r. (100 000gyv.) Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centras.

Analizuojant Ukmergės rajono sergamumą hipertenzinėmis širdies ligomis, matyti, kad rodiklis, lyginant su Lietuvos ir apskrities rodikliu, yra mažesnis ir lyginant su 2005m. sumažėjo beveik 2 kartus. Sergamumas katarakta lyginant su 2005 m. taip pat sumažėjo beveik 2 kartus, 2009 m. rodiklis buvo 5,17 atvejų 1000 gyventojų (3 lentelė). Sergamumo kitomis ligomis ženklų pokyčių per pastaruosius penkis metus nėra.

3 lentelė. Sergamumas kai kuriomis ligomis Ukmergės r., Vilniaus apskr. ir Lietuvoje 2005-2009 m.m.

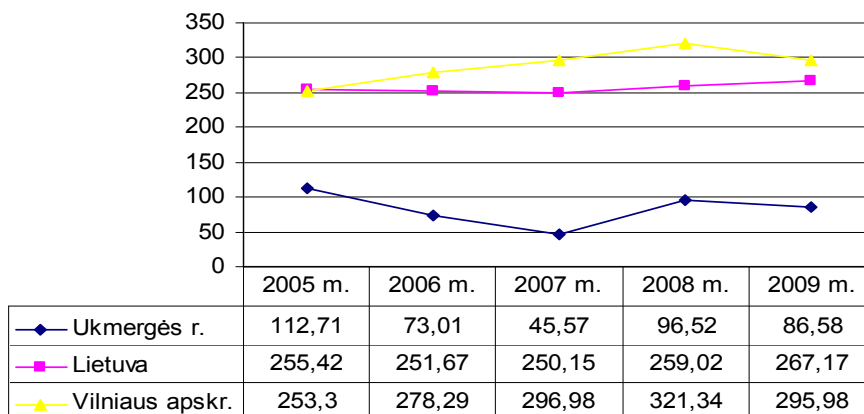
Sergamumas anemijomis 1000 gyv.					
	2005	2006	2007	2008	2009
Ukmergės r.	3,81	4,62	3,93	4,67	3,91
Lietuva	4,6	4,56	4,29	4,58	4,77
Vilniaus apskr.	3,88	4,08	3,72	4,29	4,42
Sergamumas cukriniu diabetu 1000 gyv.					
Ukmergės r.	2,49	2,53	2,5	2,61	2,69
Lietuva	2,09	2,18	2,45	2,86	2,77
Vilniaus apskr.	2,21	2,37	2,71	3,22	3,05
Sergamumas katarakta 1000 gyv.					
Ukmergės r.	10,12	6,74	5,21	4,1	5,17
Lietuva	4,99	5,17	5,2	5,2	5,12
Vilniaus apskr.	4,14	3,95	3,83	3,73	3,72
Sergamumas glaukoma 1000 gyv.					
Ukmergės r.	3,89	4,12	3,23	3,55	3,62
Lietuva	2,72	2,6	2,49	2,5	2,74
Vilniaus apskr.	2,26	2,24	2,13	2,03	2,24
Sergamumas hipertenzinėmis ligomis 1000 gyv.					
Ukmergės r.	10,48	11,53	10,31	8,03	6,06
Lietuva	10,96	11,02	11,04	11,67	10,89
Vilniaus apskr.	9,62	10,3	9,89	11,02	9,65
Sergamumas išemine širdies liga 1000 gyv.					
Ukmergės r.	4,06	4,79	3,75	3,4	2,8

Lietuva	5,17	4,97	4,84	5,07	4,79
Vilniaus apskr.	3,86	3,95	3,52	3,52	3,21
<b>Sergamumas insultu 1000 gyv.</b>					
Ukmergės r.	2,23	2	2,13	1,75	1,91
Lietuva	1,31	1,34	1,28	1,47	1,5
Vilniaus apskr.	1,55	1,6	1,55	1,76	1,92

Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centras

Psichikos sveikata – tai viena svarbiausių visuomenės sveikatos problemų, nes ją įtakoja daugelis veiksnių: genetiškai nulemti veiksniai, individo asmeninės savybės, socioekonominė padėtis, išsilavinimas, nedarbas, sukrečiantys gyvenimo įvykiai, alkoholio ir narkotikų vartojimas, santykiai šeimoje, mokykloje, darbe, tėvystės įgūdžių stoka ir kt. Dabar tiek mūsų šalyje, tiek visame pasaulyje yra įtempta ekonominė situacija, psichinė sveikata tampa ypač trapi net ir mažiau pažeidžiamuose visuomenės sluoksniuose.

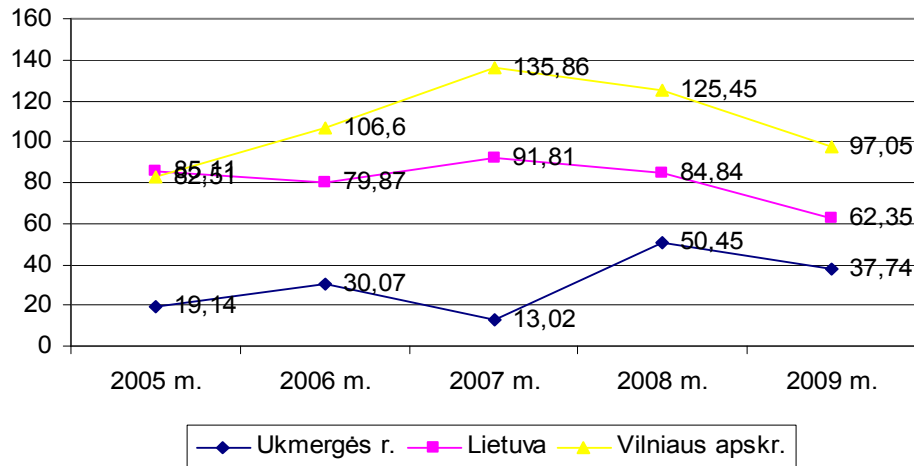
Sergamumas psichikos ir elgesio sutrikimais rajone 2009 m. yra tris kartus mažesnis, lyginant su šalies rodikliu (10 pav.). Daugiausiai šis sergamumas pasireiškia 45-64 metų amžiaus ir vyresniems nei 65 metų amžiaus asmenims. Labiau šis susirgimas yra paplitęs tarp moterų (2009 m. 65,01 atvejis 1000 gyv.). Tarp vyrų, sergančių psichikos ir elgesio sutrikimais, 2009 m. - 45,31 atvejai 1000 gyv.



10 pav. Sergamumas psichikos ir elgesio sutrikimais 2005-2009 m.m. Ukmergės r., Vilniaus apskr. ir Lietuvoje (100 000 gyv.) Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centras

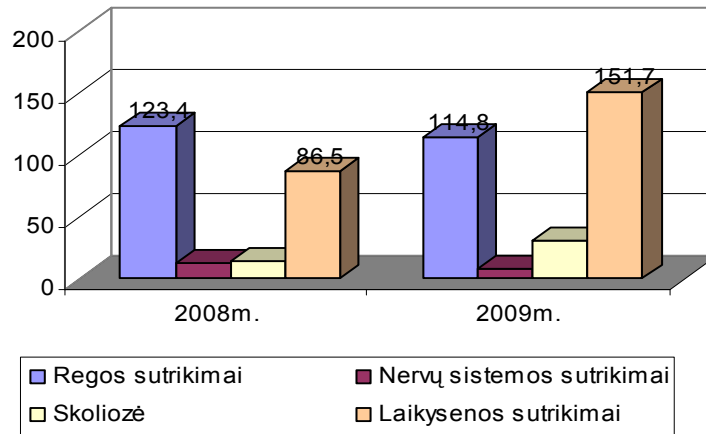
Analizuojant psichikos ir elgesio sutrikimus, sukeltus alkoholio, matyti, kad Ukmergės rajone sergamumas 2009 m. 37,74 atvejai 1000 gyventojų (11 pav.). Lyginant su 2005 m., šis rodiklis išaugo 2 kartus Ukmergės rajone, tačiau, lyginant su nacionaliniu rodikliu, jis yra beveik 2 kartus mažesnis. Lyginant kelių metų sergamumą psichikos ir elgesio sutrikimais vartojant psichoaktyvias medžiagas, žymių pokyčių nėra.





**11 pav. Sergamumas psichikos ir elgesio sutrikimais vartojant alkoholį 100 000 gyv. Ukmergės r., Vilniaus apskr. ir šalyje 2005-2009 m.m. Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centras.**

Bendras mokinių sergamumas Ukmergės rajono bendrojo lavinimo mokyklose 2009 metais buvo 526 atvejai 1000 mokinių, tai 1,5 karto daugiau nei 2008 m. Iš patikrinusių sveikatą mokinių 2009 m. užregistruoti 114,8 regos sutrikimų atvejai 1000 mokinių, 8 nervų sistemos sutrikimų atvejai 1000 mokinių, nustatyti 151,7 laikysenos sistemos sutrikimų atvejai 1000 mokinių, iš kurių skoliozės 31,3 atvejai (12 pav.).



**12 pav. Ukmergės rajono bendrojo lavinimo mokyklų mokinių sveikatos būklė 2008-2009 metais.**

## II. Savivaldybei būdinga dalis

Ukmergės rajono savivaldybėje valstybės lėšomis įgyvendinamos 6 prevencinės programos. Keturios patikros programos skirtos gimdos kaklelio ir krūties vėžio (moterims), priešinės liaukos (vyrams), storosios žarnos (moterims ir vyrams) vėžio prevencijai. Šių programų tikslas – anksti diagnozuoti ir gydyti onkologines ligas ir mažinti mirčių skaičių. Taip pat savivaldybėje įgyvendinama valstybinė Asmenų, priskirtinų širdies ir kraujagyslių ligų didelės rizikos grupei, atrankos ir prevencijos priemonių programa bei Vaikų krūminių dantų dengimo silantinėmis medžiagomis programa. Šių programų tikslas įgyvendinant ankstyvosios profilaktikos priemones, mažinti gyventojų mirtingumą ir/ar sergamumą.

**Gimdos kaklelio vėžio prevencija.** Gimdos kaklelio piktybinių navikų prevencinių priemonių programa pradėta įgyvendinti 2004 metais, skirta moterų nuo 25 iki 60 metų amžiaus gimdos kaklelio piktybinių navikų prevencijai. Programos metu siekiama nustatyti tam tikrų organų

ikinavikinius pokyčius ir kliniškai dar nepasireiškančius navikus. Juos nustatius ir pašalinus, užkertamas kelias vėžiui atsirasti bei vystytis.

Ukmergės rajono savivaldybėje Gimdos kaklelio piktybinių navikų prevencinių priemonių programa įgyvendinama nepakankamai efektyviai. 2009 m. programoje dalyvavo daugiau nei du kartus mažesnis skaičius moterų nei turėtų dalyvauti, siekiant užtikrinti programos įgyvendinimo efektyvumą, o per metus savivaldybės PASPĮ informacijos dėl gimdos kaklelio piktybinių navikų profilaktikos teikimo paslauga suteikta 3,7 proc. mažiau moterų nei 2008 metais.

**4 lentelė. Gimdos kaklelio piktybinių navikų prevencinėje programoje dalyvavusių moterų dalis (proc.) nuo bendros programos tikslinės grupės populiacijos Ukmergės r. savivaldybės PASPĮ 2006-2009 m.m.**

Pirminės asmens sveikatos priežiūros įstaiga	2006 m.	2007 m.	2008 m.	2009 m.
Ukmergės PSPC	7,9	7,7	13,3	10,9
UAB Laimutės šeimos gydytojo centras	13,6	17,3	26,7	14,1
UAB „Teragyda“	16,4	19,3	22,6	18,1
Stanislavos Žižienės terapinis kabinetas	4,1	4,4	31,0	4,4
UAB Vilkmergės klinika	-	1,5	7,7	11,5
Ukmergės r. PASPĮ vidurkis	9,4	9,7	16,0	12,3

Šaltinis: Vilniaus TLK

**Krūties vėžio prevencija.** Atrankinės mamografinės patikros dėl krūties vėžio programa (įgyvendinama nuo 2005 metų) skirta moterų nuo 50 iki 69 metų amžiaus krūties piktybinių navikų prevencijai. Laiku pastebėjus ligą, jai galima užkirsti kelią, nes daugiau kaip 95 proc. moterų, sergančių pirmos stadijos krūties vėžiu, visiškai išgydomos. Remiantis įvairių šalių duomenimis, (Suomijoje, Švedijoje, Kanadoje, JAV ir kt.) įdiegus minėtą prevencinę programą, mirtingumas nuo krūties vėžio per 5 m. sumažėjo apie 30 proc..

Iki 2009 metų Ukmergės rajono savivaldybėje Atrankinė mamografinės patikros dėl krūties vėžio programa vykdyta prasčiausiai, lyginant su kitomis Vilniaus apskrities savivaldybėmis. 2007 - 2008 metais Ukmergės rajono savivaldybės gyventojai šioje programoje dalyvavo beveik keturis kartus rečiau nei vidutiniškai Vilniaus apskrityje.

**5 lentelė. Valstybinėje atrankinėje mamografinės patikros dėl krūties vėžio programoje dalyvavusių moterų dalis (proc.) nuo bendros programos tikslinės grupės populiacijos Ukmergės r. savivaldybės PASPĮ 2006-2009 m.**

Pirminės asmens sveikatos priežiūros įstaiga	2006 m.	2007 m.	2008 m.	2009 m.
Ukmergės PSPC	1,7	2,3	2,5	10,0
UAB Laimutės šeimos gydytojo centras	1,2	19,1	18,8	9,1
UAB „Teragyda“	2,6	10,4	4,2	19,4

<b>Stanislavos Žižienės terapinis kabinetas</b>	51,0	35,6	7,4	8,1
<b>UAB Vilkmergės klinika</b>	-	1,7	2,0	11,7
<b>Ukmergės r. PASPĮ vidurkis</b>	3,0	4,2	3,1	10,5

Šaltinis: Vilniaus TLK

**Storosios žarnos vėžio prevencija.** Valstybinė storosios žarnos vėžio ankstyvosios diagnostikos programa Lietuvoje patvirtinta 2009 m. birželio mėnesį ir šiuo metu įgyvendinama kaip pilotinis projektas Vilniaus ir Kauno apskrityse. Atsižvelgus į pilotinio projekto rezultatus, bus sprendžiama apie šios programos vykdymą šalies mastu.

Storosios žarnos vėžio ankstyvosios diagnostikos programa skirta asmenims nuo 50–74 metų amžiaus storosios žarnos vėžio ankstyvosios diagnostikos prevencijai.

Kadangi storosios žarnos vėžio ankstyvosios diagnostikos programa pradėta įgyvendinti tik nuo 2009 metų vidurio, nėra įmanoma įvertinti šios programos efektyvumo Savivaldybėje. 2009 metų duomenimis, prie Savivaldybės PASPĮ yra prisirašę 13016 programos tikslinės grupės pacientų. Iš jų, 363 pacientams (2,79 proc.) suteikta informavimo apie storosios žarnos vėžio ankstyvąją diagnostiką ir imunocheminio slauto kraujavimo testo išmatose rezultatų įvertinimo paslauga, o 8 pacientai (0,06 proc.) nusiųsti gydytojo specialisto konsultacijai su kolonoskopija (storosios žarnos endoskopinis tyrimas).

Priešinės liaukos (prostatos) vėžio prevencija. Valstybinė priešinės liaukos vėžio ankstyvosios diagnostikos programa pradėta įgyvendinti 2006 metais ir skirta vyrų nuo 50 iki 75 metų amžiaus ir vyrų nuo 45 metų, kurių tėvai ar broliai yra sirgę prostatos vėžiu, susirgimų prevencijai. Valstybės lėšomis priešinės liaukos tyrimai atliekami ne dažniau kaip kartą per du metus.

Ukmergės rajono savivaldybės PASPĮ valstybinę priešinės liaukos vėžio ankstyvosios diagnostikos programą įgyvendina ženkliai geriau nei kitas valstybines vėžio prevencines programas. Kasmet joje dalyvauja ne mažiau kaip penktadalis tikslinės grupės vyrų.

**6 lentelė. Valstybinėje priešinės liaukos vėžio ankstyvosios diagnostikos programoje dalyvavusių vyrų dalis (proc.) nuo bendros programos tikslinės grupės Ukmergės r. savivaldybės PASPĮ 2006-2009 m.m.**

Pirminės asmens sveikatos priežiūros įstaiga	2006 m.	2007 m.	2008 m.	2009 m.
<b>Ukmergės PSC</b>	17,2	21,5	24,8	20,7
<b>UAB Laimutės šeimos gydytojo centras</b>	47,4	35,9	35,2	20,4
<b>UAB „Teragydą“</b>	10,6	25,7	24,7	31,3
<b>Stanislavos Žižienės terapinis kabinetas</b>	31,3	28,7	29,8	10,6
<b>UAB Vilkmergės klinika</b>	-	5,3	9,4	17,6
<b>Ukmergės r. ASPI vidurkis</b>	17,9	22,5	25,6	22,2

Šaltinis: Vilniaus TLK

**Širdies ir kraujagyslių ligų prevencija.** Valstybinė asmenų, priskirtinų širdies ir kraujagyslių ligų didelės rizikos grupei, atrankos ir prevencijos priemonių programa pradėta įgyvendinti 2006 metais. Programa skirta vyrų nuo 40 iki 55 metų amžiaus ir nuo 50 iki 65 metų amžiaus moterų širdies ir kraujagyslių ligų prevencijai.

Ukmergės rajono savivaldybės PASPI valstybinės širdies ir kraujagyslių ligų apimty nėra didelės. Kasmet joje dalyvauja mažiau nei dešimtadalis Programos tikslinės grupės pacientų. Minėtoje programoje dalyvauja trys savivaldybės PASPI, iš jų aktyviausiai – Ukmergės PSpC.

*7 lentelė. Valstybinėje asmenų, priskirtinų širdies ir kraujagyslių ligų didelės rizikos grupei, atrankos ir prevencijos priemonių programoje dalyvavusių asmenų dalis (proc.) nuo bendros programos tikslinės grupės populiacijos Ukmergės r. savivaldybės PASPI 2006-2009 m.m.*

Pirminės asmens sveikatos priežiūros įstaiga	2006 m.	2007 m.	2008 m.	2009 m.
<b>Ukmergės pirminės sveikatos priežiūros centras</b>	0,1	4,6	8,3	7,1
<b>UAB „Teragydą“</b>	-	2,3	5,7	3,9
<b>UAB Vilkmergės klinika</b>	-	-	0,8	0,2
<b>Ukmergės r. ASPI vidurkis</b>	0,05	4,3	7,5	6,2

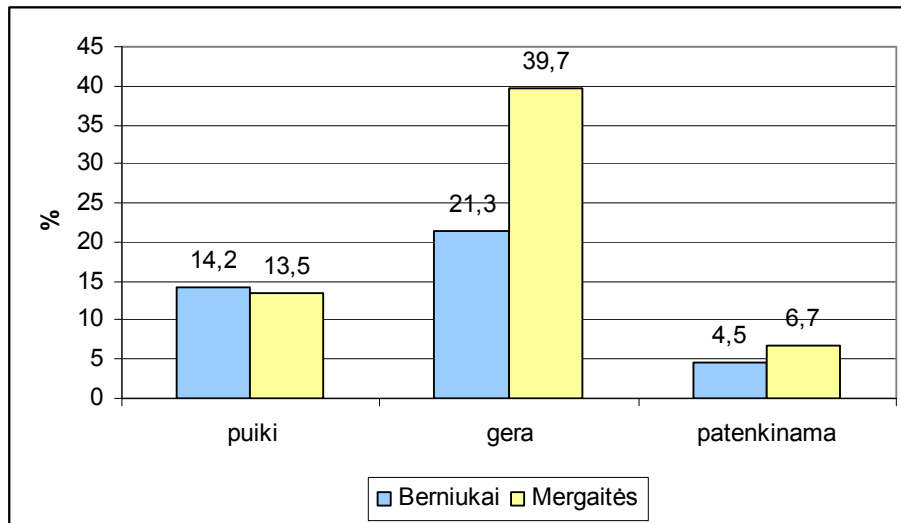
Šaltinis: Vilniaus TLK

### **Ukmergės rajono mokinių mitybos tyrimas**

Kauno medicinos universiteto Biomedicininų tyrimų instituto Socialinės pediatrijos laboratorija kartu su Visuomenės sveikatos biurais visoje Lietuvoje 2009 metais atliko vyresnio amžiaus mokinių mitybos tyrimą, kurio tikslas buvo įvertinti Lietuvos mokyklų vyresnių klasių mokinių mitybos įpročius ir maitinimo mokykloje kokybę, pateikti pasiūlymų jai pagerinti. Ukmergės rajone šis tyrimas atliktas 5 ugdymo įstaigose 2009 metų kovo mėnesį. Tyrime dalyvavo 269 mokiniai, iš jų: 9 kl.- 149 (55,4proc.), 11 kl.- 120 (44,6proc.) mokiniai. Berniukų 109 (40,3proc.), mergaičių 160 (59,7 proc.).

### **Mokinių subjektyvus savo sveikatos vertinimas**

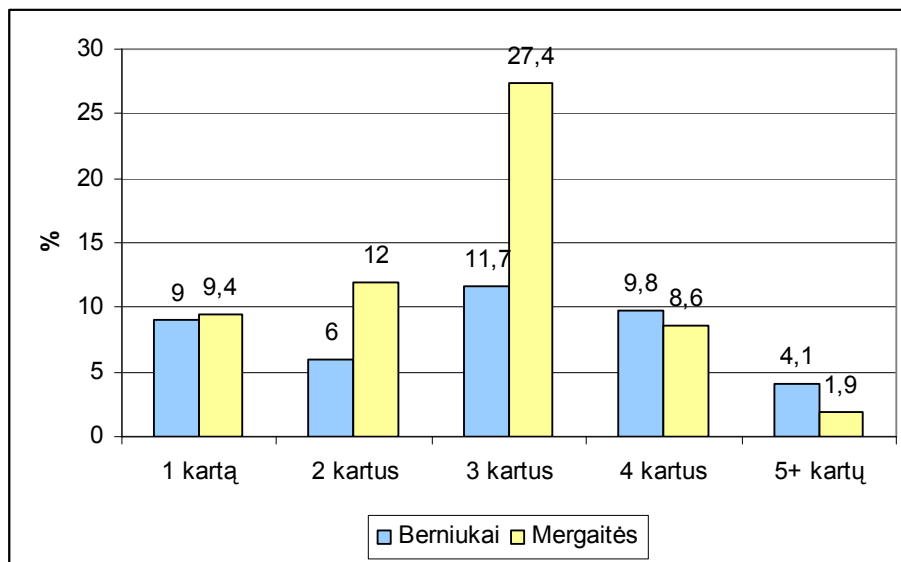
Atlikus tyrime dalyvavusių mokinių anketinės apklausos duomenų analizę, buvo nustatyta, kad 21,3 proc. berniukų ir 39,7 proc. mergaičių savo sveikatą vertina *gerai*, 4,5 proc. berniukų ir 6,7 proc. mergaičių vertina *patenkinamai*(13 pav.).



**13 pav. Mokinių subjektyvaus savo sveikatos vertinimo pasiskirstymas proc. tarp berniukų ir mergaičių.**

### Valgymo įpročiai

Valgymo įpročiai ir mitybos režimas yra labai svarbus siekiant išsaugoti gerą sveikatą, ypač tarp mokyklinio amžiaus vaikų, nes netinkamas maisto racionas vaikystėje nesukelia staigių sveikatos sutrikimų, tačiau tai įtakoja lėtinių negalavimų atsiradimą vyresniame amžiuje. Lyginant berniukų ir mergaičių valgymo įpročius, nustatyta, kad mergaitės per dieną valgo daugiausiai 3 kartus (27,4proc.). Berniukų mitybos įpročiai yra pasiskirstę įvairiai ir svyruoja nuo valgymo vieną kartą per dieną (9proc.) iki 4 kartų (9,8proc.) (14 pav.).



**14 pav. Valgymo dažnio per dieną pasiskirstymas tarp apklaustų berniukų ir mergaičių, proc.**

Išanalizavus tyrimo anketinės apklausos duomenis bei mokinių valgymo įpročius, buvo nustatyta, kad vyresnio amžiaus mokiniai yra labiau linkę valgyti namuose. Namuose kasdien valgo pusryčius 64,4 proc., pietus 82,8 proc., vakariene 85,7 proc. apklaustųjų, kai tuo tarpu mokyklos valgykloje šiltus pusryčius ar pietus kasdien valgo tik 19,6 proc. mokinių. Apklaustieji nurodė, kad jie mokykloje retai arba visai nevalgo iš namų atsinešto maisto (87,8proc.), saldinių, traškučių (58,9 proc.), tačiau obuolius ir kitus vaisius mokiniai vartoja kasdien (53,8 proc.) 8 lentelė.

**8 lentelė. Mokinių valgymo įpročiai tomis dienomis, kai eina į mokyklą.**

Mokiniai valgo	Kasdien (proc.)	3-4 kartus per savaitę (proc.)	1-2 kartus per savaitę (proc.)	Retai arba niekada (proc.)
Pusryčius namuose	64,4	7,1	4,9	23,6
Šiltus pusryčius arba pietus mokyklos valgykloje	19,6	14	10,6	55,9
Lengvus užkandžius mokyklos valgykloje	9,5	10,6	22,7	57,2
Iš namų į mokyklą atsineša maistą	3	2,7	6,5	87,8
Saldainius, sausainius, traškučius pertraukų metu	3,8	9,8	27,6	58,9
Obuolius arba kitus vaisius pertraukų metu	53,8	11,7	5,3	29,3
Pietus namuose	82,8	8,6	4,1	4,5
Vakarienę	85,7	7,9	4,1	2,3

### Maisto produktų vartojimas

Maisto produktų vartojimo dažnis pateiktas 2 lentelėje. Tokius duomenis analizuojant, yra priimta maisto produktus skirstyti į „sveikus“ - maistingus ir daug energetinės vertės turinčius - vaisius, daržoves, pieno produktus ir t.t. ir į „nesveikus“, - saldumynai, sūrūs ir riebius maisto produktai, gaivieji gėrimai ir pan. Todėl siekiant užtikrinti sveiką mitybą vien reguliariai maitintis nepakanka, būtina ir maisto produktų įvairovė. Išanalizavus gautus rezultatus, matyti, kad didesnės biologinės vertės maisto produktų dalį renkasi didesnė dalis respondentų. Vaisius *2-4 dienas per savaitę* vartoja 29,1 proc., žalias daržoves 31,8 proc. apklaustųjų. Iš pieno produktų daugiausia, t.y. kartą per dieną, vartoja pieną, kefyra, jogurtą 14,2 proc. mokinių, o varškę ir sūrį vartoja retai. Kas trečias moksleivis sultys gėrė *2-4 kartus per savaitę*. Juoda duona *retai* vartoja 21 proc., o baltą duoną, batoną 21,8 proc. apklaustųjų mokinių. Nemaža dalis respondentų *kartą per dieną* vartoja mėsą ir jos produktus (22,5proc.), kai tuo tarpu žuvies produktus *kartą per dieną* valgo tik 4,1 proc. mokinių.

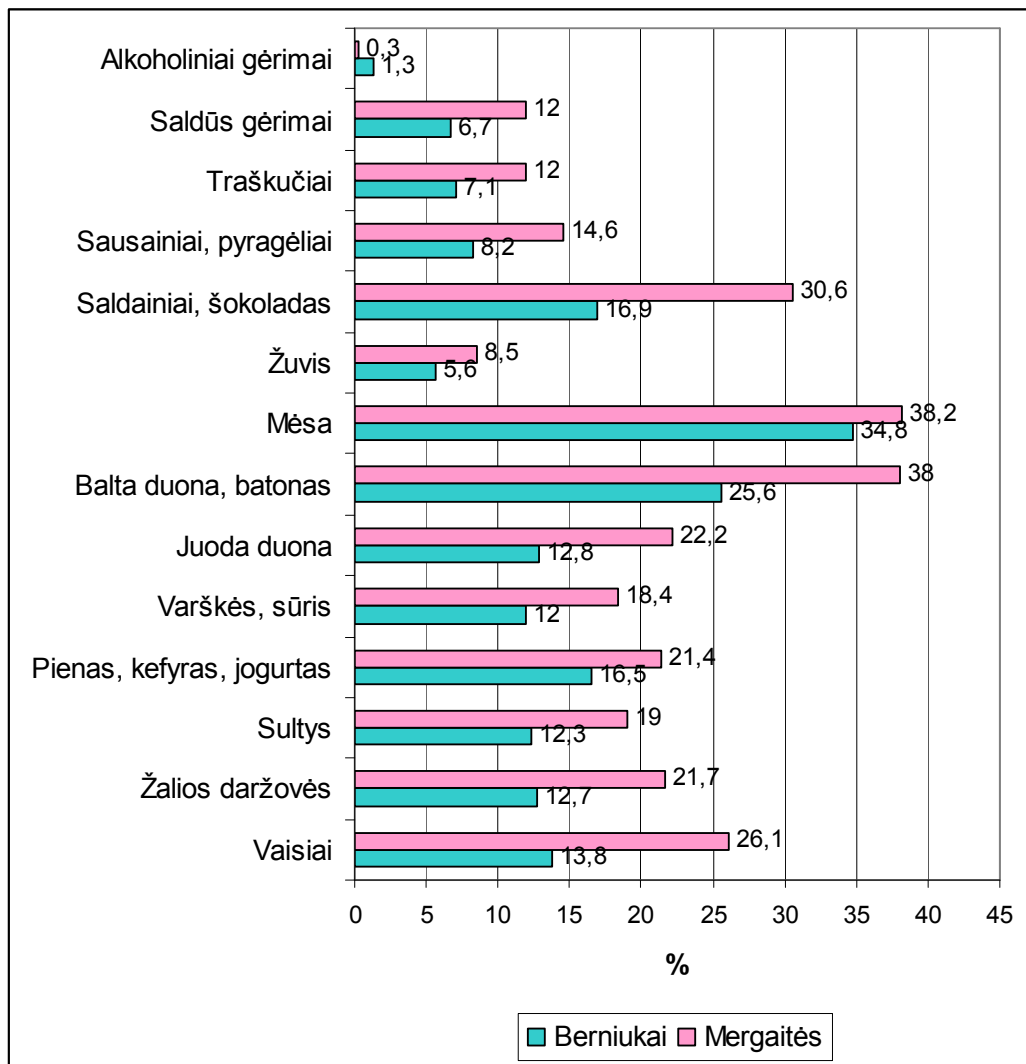
Nemaža dalis apklaustųjų mokinių renkasi ir mažą maistinę vertę turinčius produktus. Saldainius, šokoladą valgo *2-4 kartus per savaitę* 25,7proc. mokinių, o sausainius ir pyragėlius vartoja *retai* 25,7 proc. apklaustųjų. Traškučius nors kartą per savaitę vartoja 18 proc., o saldžius gėrimus 17,9 proc. respondentų. Alkoholinius gėrimus vartoja retai, tačiau nors kartą per savaitę geriančių tarp apklaustųjų mokinių yra 13,2 proc.

**9 lentelė. Apklaustųjų 9 ir 11 klasės mokinių pasiskirstymas proc. priklausomai nuo to kaip dažnai jie vartoja įvairius maisto produktus.**

Maisto produktai	Vartoja						Niekada nevirtuoja
	Kelis kartus per dieną	Kartą per dieną	5-6 dienas per savaitę	2-4 dienas per savaitę	Kartą per savaitę	Retai	
<b>Vaisiai</b>	14,2	13,8	11,9	29,1	20,9	8,6	1,5
<b>Žalios daržovės</b>	6,7	13,1	14,6	31,8	22,1	10,1	1,5
<b>Sultys</b>	13,1	6,3	11,9	28,7	21,6	16,4	1,8
<b>Pienas, kefyras, jogurtas</b>	9	14,2	14,6	26,6	16,9	14,2	4,5
<b>Varškės, sūris</b>	7,1	8,6	14,6	25,5	22,5	18,7	3
<b>Juoda duona</b>	10,2	13,1	11,7	15,8	10,9	21	16,9

<b>Balta duona, batonas</b>	3,8	6	9	17,7	17,7	21,8	24,1
<b>Mėsa</b>	15,4	22,5	23,2	26,6	8,2	3,7	0,3
<b>Žuvis</b>	1,5	4,1	8,6	18,3	25	13	14,3
<b>Saldainiai, šokoladas</b>	13,1	16,4	17,9	25,7	15	9,7	1,5
<b>Sausainiai, pyragėliai</b>	6,4	8,2	8,2	22,5	25	25,7	3,4
<b>Traškučiai</b>	4,5	4,5	10,1	14,2	18	37,1	11,6
<b>Saldūs gėrimai</b>	7,1	3,7	7,8	18,3	17,9	32,5	12,7
<b>Alkoholiniai gėrimai</b>	0,3	0,3	0,3	4,1	13,2	39,1	41,7

Atlikus 9-11 klasės mokinių mitybos tyrimo apklausos duomenų analizę ir įvertinus mokinių dažną įvairių maisto produktų vartojimo pasiskirstymą pagal lytį, matyti, kad mergaitės yra dažniau linkusios vartoti mėsą bei baltą duoną ir tuo pačiu labiau yra linkusios vartoti „nesveiką“ maistą - saldinius, šokoladą ir sausinius, priešingai nei berniukai, kurie šių produktų suvartoja beveik 2 kartus mažiau. Vaisių, žalių daržovių bei juodos duonos berniukai suvartoja taip pat beveik 2 kartus mažiau nei mergaitės. Taigi galime daryti prielaidą, kad įvairių maisto produktų vartojimas tarp berniukų ir mergaičių skiriasi. Mergaitės yra labiau linkusios vartoti „nesveiko“ maisto grupei priskiriamus produktus (15 pav.).



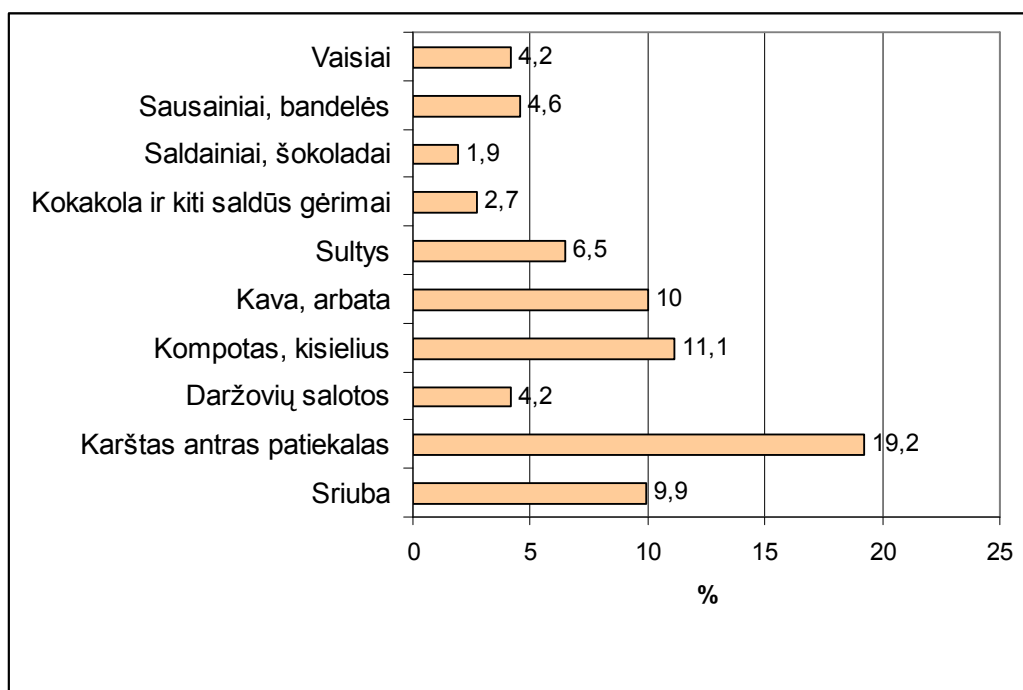
15 pav. Moksleivių reguliarius\* maisto produktų vartojimas (proc.) pagal lytį.

Mokyklos valgykloje apklaustieji respondentai kasdien dažniausiai perka *antrą karštą patiekalą* (19,2 proc.), *kompotą*, *kisielių* (11,1proc.), *kavą ir arbatą* (10 proc.). Tik apie 4,5 proc. 9-11 klasių moksleiviai kasdien mokyklos valgykloje perka *vaisius* ir *daržovių salotas*, o *sriubą* perka tik 9,9 proc. (16 pav.).

\*

5-6 dienas per savaitę, kasdien arba kelis kartus per dieną.

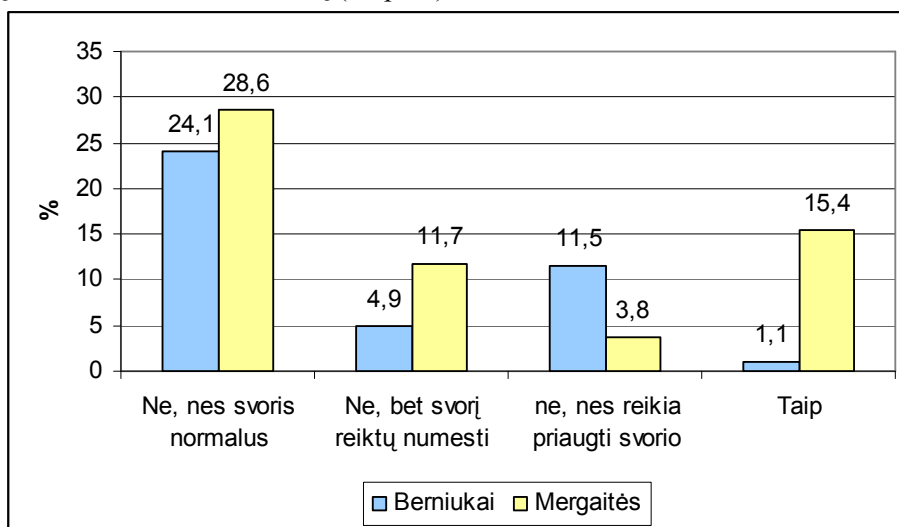




16 pav. Mokyklos valgykloje kasdien perkamų maisto produktų dažnis, proc.

### Dietos laikymasis

Tiriant ar mokiniai laikosi dietos, nustatyta, kad dauguma, t.y. 98,9 proc. berniukų ir 84,6 proc. mergaičių, dietos nesilaiko. Pastebėta, kad dietos laikytis labiau yra linkusios mergaitės (15,4 proc.) negu berniukai (1,1 proc.). 28,6 proc. mergaičių ir 24,1 proc. berniukų mano, kad jų svoris yra normalus. 11,5 proc. berniukų norėtų priaugti svorio, o 11,7 proc. mergaičių mano, kad joms reikėtų sumažinti savo kūno svorį (17 pav.).



17 pav. Dietos laikymasis ar valgymas mažiau, kad sumažinti kūno svorį, proc.

Dėl blogesnės sveikatos dietos nesilaiko 35,6 proc. berniukų ir 47,2 proc. mergaičių. Tačiau dėl blogesnės sveikatos laikytis dietos nusprendė pačios 7,1 proc. mergaičių.

### III. Rekomendacijos

1. Siekiant mažinti sergamumą užkrečiamosiomis ligomis, ypač svarbus visuomenės informuotumas ir mokymas. Norėdamas sveikai gyventi ir pasirinkti tinkamą gyvenimo būdą, žmogus privalo žinoti, kas yra sveika ir kaip elgtis. Todėl visais amžiaus tarpsniais būtina ugdyti gyventojų higienos įgūdžius, siekiant stiprinti ir apsaugoti gyventojų sveikatą nuo ligų, kurių galima išvengti; nuolat stebėti ir profilaktiškai tikrinti socialinės rizikos šeimas ir socialinės rizikos asmenis.
  2. Valstybės prevencinės programos Savivaldybėje įgyvendinamos nepakankamai efektyviai. Įgyvendinant valstybines prevencines programas bei formuojant asmens sveikos elgsenos įpročius, itin svarbus šeimos gydytojų, kitų sveikatos sektoriaus darbuotojų, visuomeninių organizacijų dalyvavimas. Būtina sistemingai analizuoti valstybinių prevencinių programų įgyvendinimo rodiklius.
  3. Siekti užtikrinti kokybiškų ir moksliskai pagrįstų didelės apimties sveikatos ugdymo ir stiprinimo priemonių teikimą bendrojo lavinimo mokyklose, įtraukiant sveikatos mokymą į mokinių bendrojo lavinimo programą, efektyviai išnaudojant mokyklų visuomenės sveikatos priežiūros specialistų kompetencijas bei žinias.
  4. Siekiant kovoti su nepilnamečių žalinga sveikatai elgsena būtina, bendradarbiaujant su Savivaldybėje veikiančiomis institucijomis, vykdyti nuolatinę nepilnamečių alkoholio, tabako bei kitų psichotropinių medžiagų vartojimo bei socialinės rizikos šeimose augančių vaikų stebėseną.
  5. 50 proc. žmogaus sveikatai turi įtakos jo gyvensena, todėl būtina vykdyti gyventojų švietimą sveikos gyvensenos temomis, atlikti atrankinius gyvensenos tyrimus, siekiant išsiaiškinti veiksnius, turinčius neigiamą poveikį sveikatai. Sudaryti kiek įmanoma palankesnes sąlygas rajono gyventojams sveikai gyventi.
  6. Siekti sumažinti akivaizdžius sveikatos netolygumus tarp miesto ir kaimo gyventojų bei skirtingų socialinių sluoksnių. Siekti padaryti kuo labiau prieinamas asmens sveikatos ir visuomenės sveikatos paslaugas socialinės rizikos šeimoms.
-