

**ŠILUTĖS RAJONO SAVIVALDYBĖS IKIMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ
GYVENSENOS TYRIMAS**

**Doc. dr. Birutė Strukčinskienė
Klaipėdos universitetas, Sveikatos mokslų fakultetas**

Projektą koordinavo: Šilutės rajono savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras

2009 m.

IŽANGA

Pasaulio mokslininkai yra nustatę, kad apie 50 proc. žmogaus sveikatos priklauso nuo žmogaus gyvenimo. Gyvenimo veiksniai sveikatą gali silpninti arba stiprinti. Sveika gyvenimo apima fizinį aktyvumą, tinkamą mitybą, atsisakymą žalingų įpročių, asmens higienos įpročius, tinkamą sveikatos priežiūrą, sužalojimų profilaktiką, lytinę ir reprodukcinę sveikatą.

Epidemiologiniais tyrimais įrodyta, kad lėtinės neinfekcinės ligos, tame tarpe ir širdies ir kraujagyslių sistemos susirgimai, pradeda vystytis daug anksčiau, negu jie yra diagnozuojami. Šių ligų dažnėjimas, ir tai, kad jomis serga vis jaunesnio amžiaus gyventojai, verčia ieškoti būdų šių ligų prevencijai. Efektyvi pirminė susirgimų ir sužalojimų profilaktika, rizikos veiksnių nustatymas ir kontrolė, padėtų sumažinti bei išvengti daugelio susirgimų bei traumų. Dauguma rizikos veiksnių, tame tarpe ir padidėjęs arterinis kraujo spaudimas bei antsvoris, mažas judėjimo aktyvumas, bei netinkama asmens higiena, yra susiję su gyvenimo būdu, gyvenimo būdu, įpročiais, kurie susiformuoja vaikystėje ir paauglystėje. Anksti pradėta taikyti vaikams ir paaugliams skirta susirgimų profilaktika bei sveikos gyvenimo ugdymas ypač padeda mažinti sergamumą, mirtingumą, neįgalumą nuo įvairių susirgimų ir sužalojimų, padeda užtikrinti aukštesnę gyvenimo kokybę žmogui suaugus. Gyvenimui skirti tyrimai padeda nustatyti ir analizuoti įvairius sveikatos ir gyvenimo rodiklius, ir jais remiantis taikyti profilaktines priemones sveikos gyvenimo skatinimui ir sveikatos stiprinimui.

TYRIMO METODIKA

Tyrimo kontingentas ir imtis

Ikimokyklinio amžiaus vaikų gyvenimo ypatumų ištyrimui taikyta jų tėvų anoniminė apklausa raštu. Buvo tirti 4 ir 6 metų vaikai, lankantys Šilutės rajono ikimokyklinio ugdymo įstaigas, ir apklausti jų tėveliai. Šilutės rajono savivaldybėje yra: 4 metų vaikų - 605, 6 metų vaikų - 576. Siekiant tyrimo išvadų patikimumo taikyta tikimybinė daugiapakopė lizdinė atranka. Tyrimo darželio grupė yra traktuojama kaip lizdas. Atsitiktiniu būdu yra atrenkami darželiai iš bendro rajono ikimokyklinių įstaigų sąrašo, po to atsitiktinai atrenkamos grupės. Tyrimo imtis sudaroma remiantis 95 proc. pasiklovimo lygmeniu. Pasirinkus 0,05 (5 proc.) dydžio α klaidos tikimybę, ir β klaidos tikimybę 0,2 (tyrimo statistinis pajėgumas 0,8), tyrimo imtis apskaičiuojama pagal T. Yamane pasiūlytą formulę. Apskaičiuota, kad tyrimo imtis turėtų būti 477 (241+236).

Tyrimo eiga

Tyrimo vykdymui buvo gautas institucinio bioetikos komiteto leidimas. Tyrimui atrinktų grupių tėveliams ikimokyklinėse ugdymo įstaigose vykstančių susirinkimų metu buvo pateikta informacija apie tyrimą, bei gautas tėvų sutikimas, kad jų vaikai dalyvautų tyrimo. Pritarus ugdymo įstaigų administracijai, bei paaiškinus vaikams apie tyrimą, dalyvaujant grupės auklėtojai ir visuomenės sveikatos specialistei/slaugytojai buvo atlikta vaikų tėvelių anoniminė apklausa raštu. Tyrimas vyko 2009 metais.

Tėveliai buvo apklausiami atėjus pasiimti vaikų. Anketos buvo išdalintos vienam iš tėvelių, kurių vaikai tyrimo dieną buvo mokykloje. Jeigu tėveliai turi daugiau, negu vieną tiriama amžiaus vaiką, informacijai apie kiekvieno vaiko gyvenimą ir sveikatą pildoma atskira anketa. Užpildžius anketas, tėveliai jas įdėjo į jiems duotus vokus. Statistinėje analizėje naudotos anketos, kuriose užpildyta daugiau, negu pusė klausimų.

Tyrimo instrumentas

Tyrimui buvo naudojamas Klaipėdos universiteto Sveikatos mokslų fakulteto Visuomenės sveikatos katedros mokslininkų sudarytas klausimynas, skirtas ikimokyklinio amžiaus vaikų tėvelių apklausai. Parengiant klausimyną, atsižvelgta į Visuomenės sveikatos stebėsenos programos Sveikatos sistemos rodiklių sąrašą. Klausimyną sudaro sociodemografiniai klausimai, bei klausimai apie gyvenimą ir elgseną pagal sveikatos rodiklius (fizinio aktyvumo, mitybos įpročių, eismo

saugos, burnos higienos, traumų ir sveikatos priežiūros). Klausimyno patikimumui vertinti naudota patikimumo analizė ir taikytas Cronbach'o alfa koeficientas. Klausimynas yra patikimas ir validus, kai klausimų kategorijų Cronbach'o alfa yra $> 0,7$. Prieš atliekant apklausą klausimyno tinkamumui įvertinti yra atliekamas bandomasis tyrimas. Šio tyrimo metu vertinama, ar pateikiamų klausimų ir atsakymų variantų pakanka respondentams atsakyti į klausimus, ar tinkama klausimyno apimtis, klausimų išdėstymas. Atsižvelgus į bandomojo tyrimo dalyvių nuomonę ir komentarus, pakoreguojamos klausimų ir atsakymų formuluotės.

Gauti atsakymai į klausimus buvo statistiškai apdorojami SPSS 13.0 statistinių programų paketu. Statistinis hipotezių reikšmingumas patvirtinamas, kai $p \leq 0,05$.

Ikimokyklinio amžiaus vaikų ūgio, svorio ir arterinio kraujo spaudimo (AKS) matavimas.

Ikimokyklinio amžiaus vaiko fiziniam išsivystymui vertinti naudotas kūno masės indeksas - KMI (*angl. BMI*). Kūno masės indeksas (KMI) apskaičiuotas pagal formulę: $KMI = \frac{\text{kūno masė (kg)}}{\text{ūgis}^2 (\text{m})}$. Svorio trūkumo kriterijus – šio rodiklio 10-tas procentilis, antsvorio – 90-tas procentilis. Vaikų fizinė raida gali būti vertinama, naudojant fizinės raidos lenteles. Ikimokyklinio amžiaus vaikų kūno masės indekso duomenys interpretuoti sekančiai: nuo 14 iki 18 kg/m^2 – vaiko svoris normalus, kai $KMI \leq 14 \text{ kg/m}^2$ – vaiko svoris per mažas, jeigu $KMI \geq 18 \text{ kg/m}^2$ – vaiko svoris per didelis (yra antsvoris).

Arterinis kraujo spaudimas vaikams matuotas du kartus, išvedant sistolinio (SAKS) ir diastolinio (DAKS) arterinių kraujospūdžių vidurkius. Vaikų arterinis kraujo spaudimas (AKS) vertintas sekančiai: nežymimai padidėjusio (ribinio) ir labai padidėjusio AKS kriterijais laikyti atitinkamai 90-tas ir 95-tas sistolinio ir diastolinio AKS procentiliai.

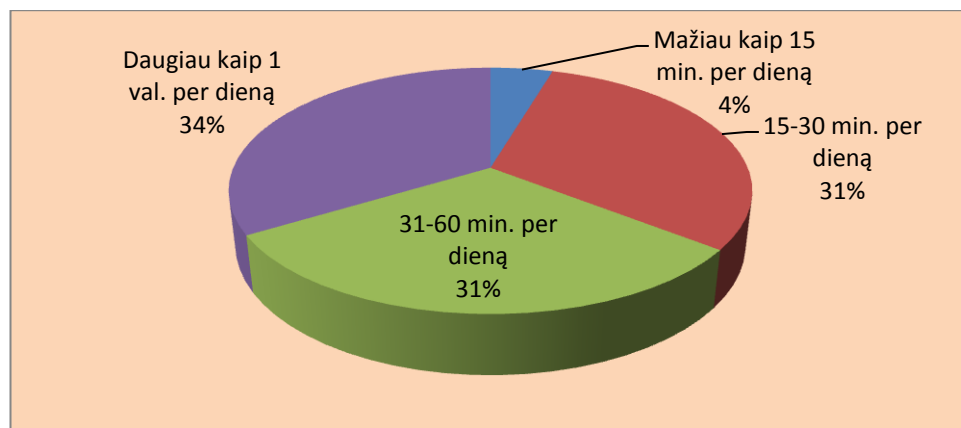
TYRIMO REZULTATAI

Tyrime analizuoti 372 tirtų ikimokyklinio amžiaus vaikų duomenys (anketų grįžtamumas 66 proc.). Tyrime dalyvavo 51,8 proc. berniukų ir 48,2 proc. mergaičių, 43,5 proc. 4 metų amžiaus ir 56,2 proc. 6 metų amžiaus vaikų. 61,7 proc. tiriamųjų gyvena mieste, 31,3 proc. – rajone/kaime.

Fizinis aktyvumas

Pakankamas judėjimo (fizinis) aktyvumas yra svarbus sveikos gyvensenos komponentas. Gerėjant gyvenimo infrastruktūroms, progresuojant technologijų pažangai, didėjant motorizacijos lygiui, gyventojai, tame tarpe ir vaikai, mažiau juda, mažiau mankština, bei mažiau laiko praleidžia gryname ore.

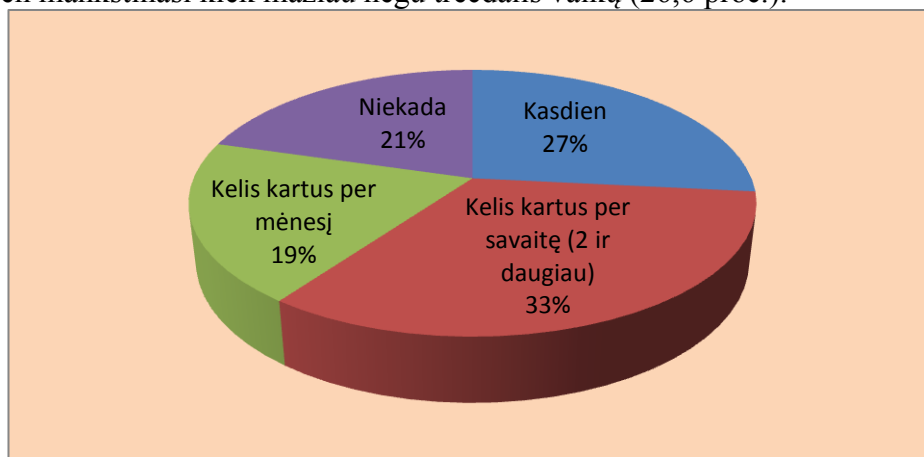
Norint sužinoti apie ikimokyklinio amžiaus vaikų fizinį aktyvumą, buvo klausama, kiek vidutiniškai laiko per dieną vaikas vaikšto pėsčiomis lauke, bei kaip dažnai vaikas laisvalaikiu mankština. Buvo nustatyta, kad trečdalis (33,6 proc.) vaikų pėsčiomis lauke vaikšto daugiau kaip 1 valandą per dieną, trečdalis vaikų (30,9 proc.) – vaikšto 0,5-1 val. per dieną, ir trečdalis (30,9 proc.) – nuo 15 minučių iki pusės valandos. 4,6 proc. vaikų lauke vaikšto mažiau kaip 15 minučių per dieną.



1 pav. Kiek minučių per dieną 4 ir 6 metų vaikai vaikšto pėsčiomis lauke

Panašūs rodikliai nustatyti ir pagal lytį (berniukams, mergaitėms), pagal amžiaus grupes (4 metų ir 6 metų), bei miesto ir kaimo vaikams. Tarp šių subkategorijų statistiškai reikšmingų skirtumų nėra ($p > 0,05$). Visose šiose vaikų subkategorijose apie trečdalis tiriamųjų lauke būna virš valandos, trečdalis – būna tarp pusvalandžio ir valandos, bei trečdalis – lauke vaikščioja tarp 15 ir 30 minučių.

Kasdien mankštinais kiek mažiau negu trečdalis vaikų (26,6 proc.).



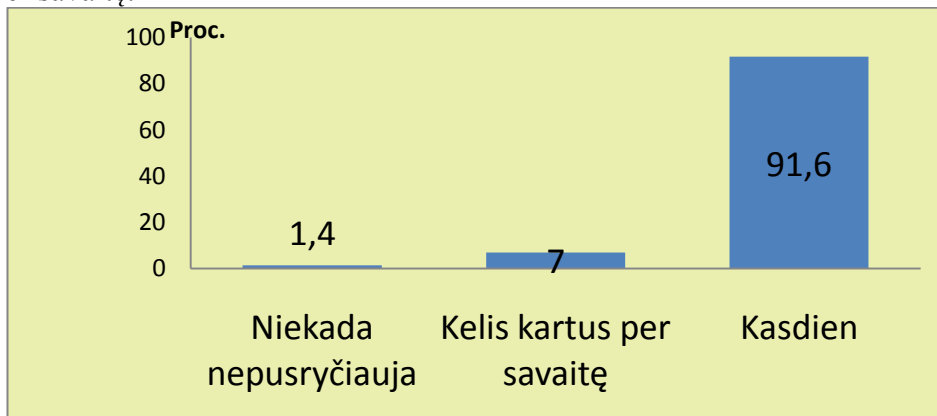
2 pav. Kaip dažnai vaikai mankštinais laisvalaikiu

Kasdien mankštinais 28,2 proc. berniukų ir 24,9 proc. mergaičių. Daugiau kaimo vaikų (33,6 proc.), negu miesto vaikų (22,2) mankštinais kasdien. Keturmečiai (23,4 proc.) kasdien mankštinais panašiai kaip ir šešiamečiai (28,7 proc.). Ne pamokų metu, laisvalaikiu bent 2 kartus per savaitę mankštinais iš viso 60 proc. vaikų (58 proc. berniukų ir 62,2 proc. mergaičių, 59,5 proc. miesto ir 60,6 proc. kaimo vaikų, 55 proc. keturmečių ir 64,1 proc. šešiamečių).

Mityba

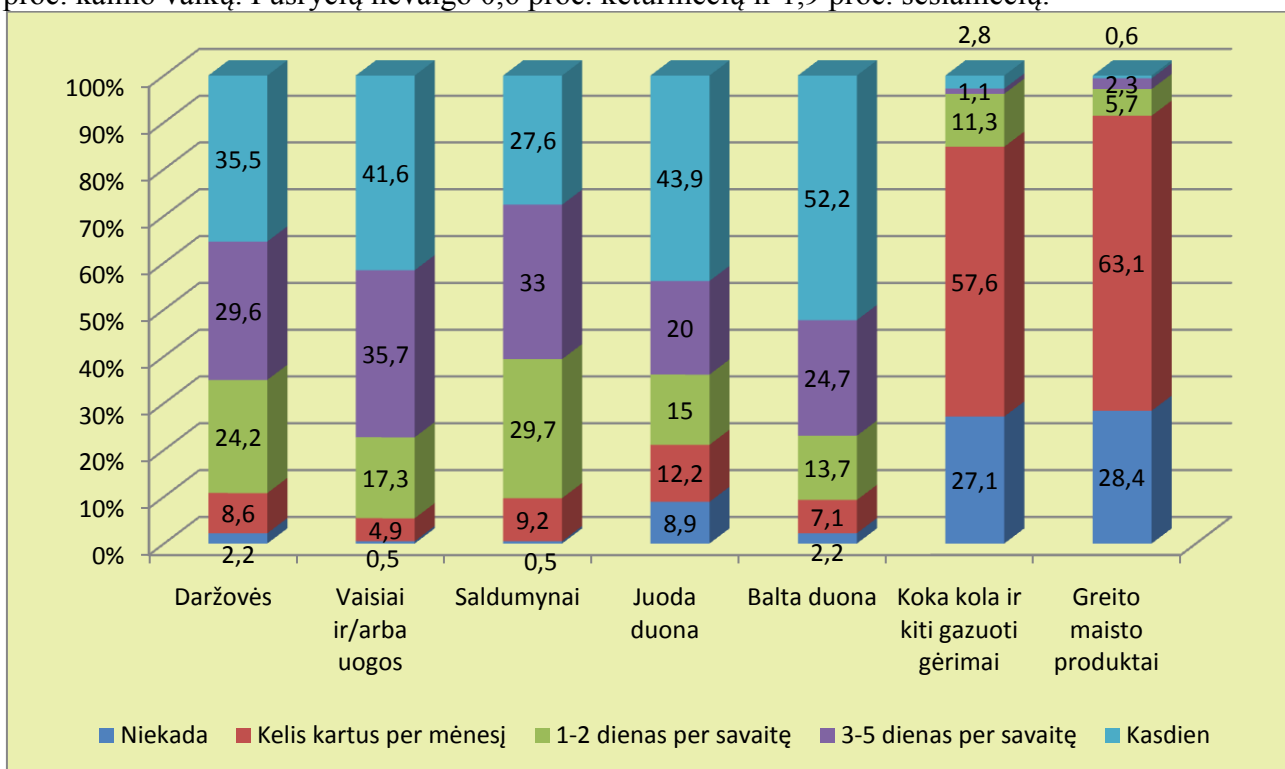
Tinkama mityba yra viena pagrindinių sveikos gyvensenos sudėtinių dalių. Pasaulio sveikatos organizacija daug dėmesio skiria sveikai žmogaus mitybai. Yra išskiriami trys pagrindiniai sveikos mitybos principai: nuosaikumas, įvairovė, subalansuotumas. Sveikatai yra svarbus mitybos režimas. Sveikos mitybos rekomendacijas gerai atspindi sveikos mitybos piramidė. Rekomenduojama valgyti maistingą, įvairų, dažniau augalinės kilmės maistą. Patariama kasdien valgyti daržovių ir vaisių, vengti saldumynų, greito maisto produktų, gazuotų, saldžių gėrimų, vartoti liesą pieną ir jo produktus, maisto gaminimui vartoti augalinį aliejų, valgyti nesūrų maistą, naudoti mažiau cukraus. Ruošiant maistą laikytis higienos taisyklių, valgyti virtą, troškintą, gamintą su kuo mažiau riebalų maistą.

Analizuojant tirtų vaikų mitybos ypatumus, buvo klausiama, kiek kartų per savaitę vaikas pusryčiauja, kiek vidutiniškai kartų per dieną vaikas maitinasi. Pusryčius kasdien valgo 91,6 proc. tirtų vaikų. Tačiau yra vaikų (1,4 proc.) kurie pusryčių iš viso negauna, o 7 proc. vaikų pusryčiauja kelis kartus per savaitę.

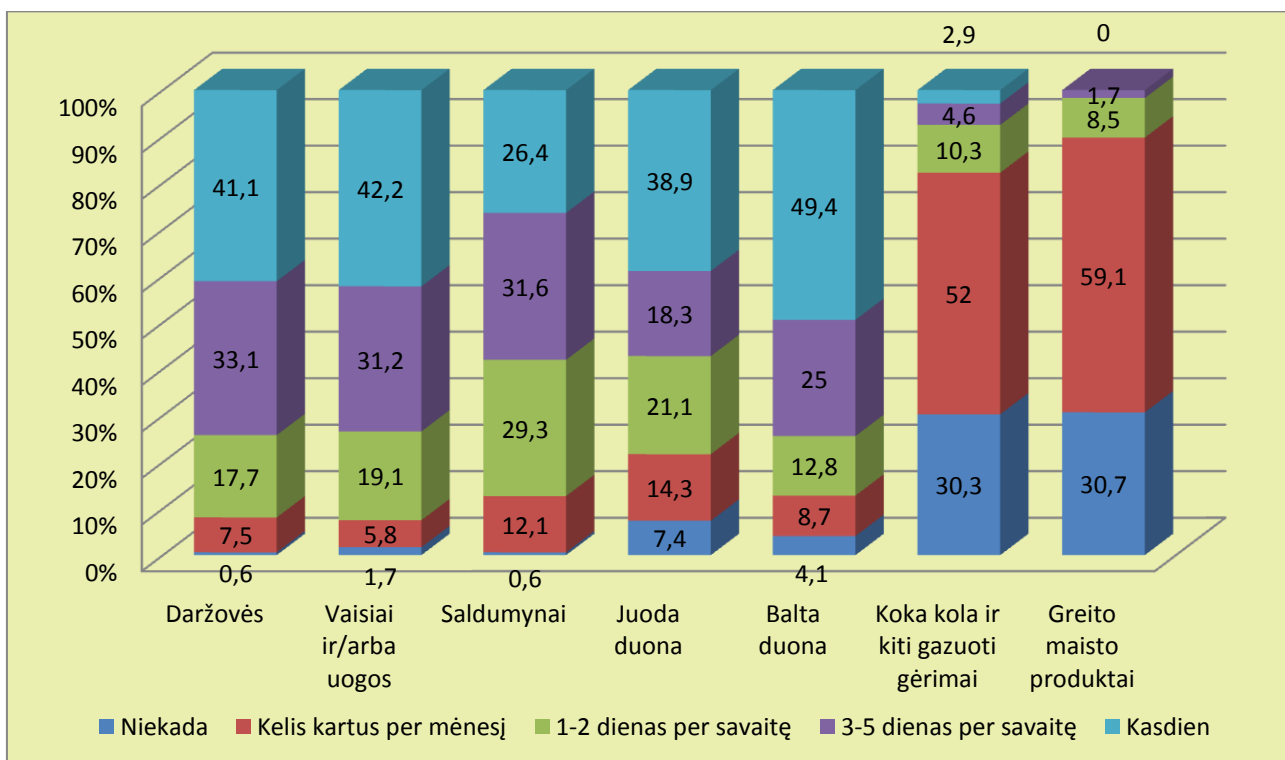


3 pav. Vaikų pusryčiavimas

Niekada nepusryčiauja 1,6 proc. berniukų ir 1,1 proc. mergaičių, bei 1,8 proc. miesto ir 0,7 proc. kaimo vaikų. Pusryčių nevalgo 0,6 proc. keturmečių ir 1,9 proc. šešiamečių.



4 pav. Berniukų valgomas maistas



5 pav. Mergaičių valgomas maistas

Tyrimas parodė, kad didžioji dauguma vaikų (72,78 proc.) valgo keturis ir daugiau kartų per dieną. Tris kartus per dieną maitinasi 25,3 proc. tirtų vaikų. Visgi du procentai ikimokyklinio amžiaus vaikų valgo tik 2 kartus per dieną. Vieną kartą per dieną valgančių ikimokyklinio amžiaus vaikų nebuvo.

Analizuojant mitybos įpročius, buvo domėtasi, kokius produktus valgo ikimokyklinio amžiaus vaikai. Tiek berniukų, tiek mergaičių mitybos įpročiai reikšmingai nesiskiria (abiejų grupių mitybos įpročiai yra panašūs). Lyginant miesto ir kaimo vaikų valgomus produktus statistiškai reikšmingų skirtumų nepastebėta.

Pažangu tai, kad dauguma tirtų vaikų (69,5 proc.) kasdien ar beveik kasdien (bent 3 dienas per savaitę) valgo daržovių. Be to, dauguma vaikų (apie 75,4 proc.) bent 3 dienas per savaitę valgo vaisių ar uogų. Tačiau neigiama tai, kad dauguma vaikų (apie 60 proc.) kasdien ar beveik kasdien valgo saldumynus (saldainius, šokoladą, pyragaičius, tortą ir panašius produktus). Saldumynų nevalgo arba valgo 1-2 dienas per savaitę tik 30,2 proc. berniukų ir 29,9 proc. mergaičių, bei 31,8 proc. miesto ir 26,6 proc. kaimo vaikų, o taip pat - 30,2 proc. 4-mečių bei 29,7 proc. 6-mečių ikimokyklinukų.

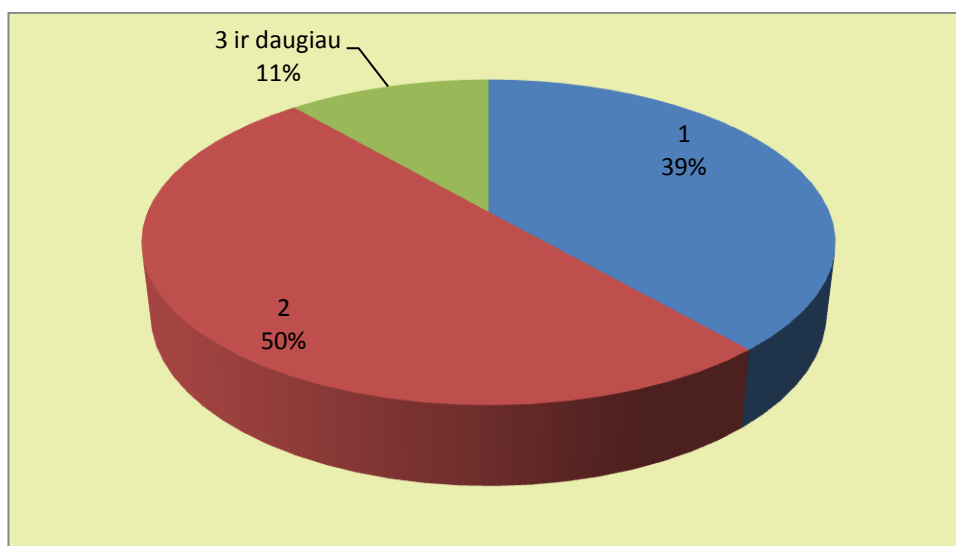
Ikimokyklinio amžiaus vaikai retai geria kokakolą ir kitus gazuotus gėrimus. Jie retai valgo ir greito maisto produktus, nors visgi kelis kartus per mėnesį gazuotus gėrimus vartoja 54,8 proc., o greito maisto produktų valgo 61,1 proc. visų tirtų vaikų. Koka kolos ir kitų gazuotų gėrimų negeria tik 29 proc. visų tirtų vaikų, o greito maisto produktų niekada nevalgo tik 29,5 proc. visų tirtų ikimokyklinukų.

Kasdien juodą duoną valgo 41,4 proc., o baltą -50,8 proc. visų tirtų vaikų. Juodą duoną kasdien valgo 43,9 proc. berniukų, ir 38,9 proc. mergaičių, o baltą duoną – 52,2 proc. berniukų ir 49,4 proc. mergaičių. Juodą duoną kasdien valgo 36,6 proc. miesto vaikų ir 49,3 proc. kaimo vaikų, o baltą duoną -48,6 proc. miesto vaikų ir 53,3 proc. kaimo vaikų. Juodos duonos kasdien savo maisto racione turi 41,7 proc. 4 metų vaikų ir 41,0 proc. 6 metų vaikų, o baltą duoną kasdien gauna 47,1 proc. 4 metų vaikų ir 53,7 proc. 6 metų vaikų. Tyrimai parodė, kad ikimokyklinio amžiaus vaikai šiek tiek daugiau valgo baltos, nei juodos duonos (bet skirtumai nėra statistiškai reikšmingi).

Kiaušinių iš viso nevalgo 9,9 proc. tirtų vaikų (12,3 proc. berniukų ir 7,4 proc. mergaičių).

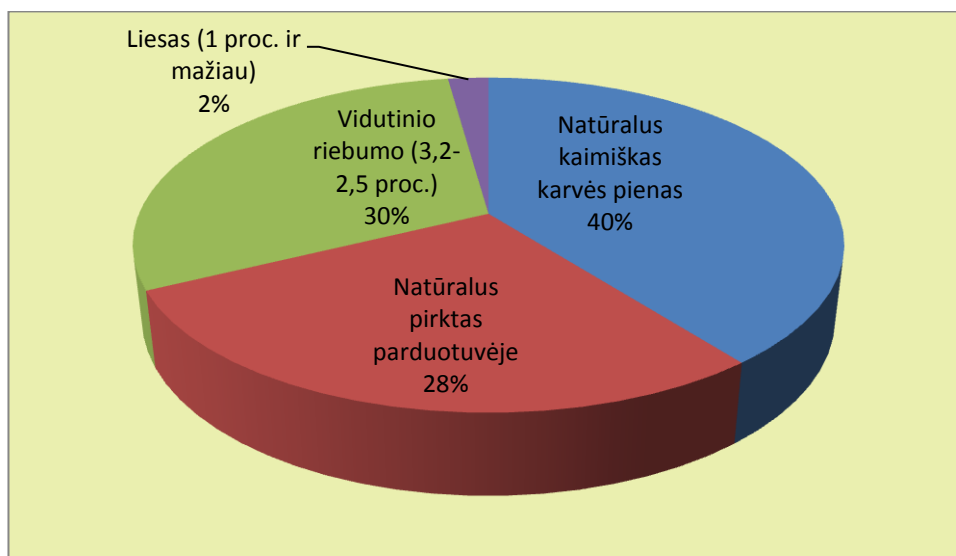
1-2 kiaušinius per savaitę suvalgo 69,7 proc. , o 3 ir daugiau kiaušinių suvalgo 20,4 proc. vaikų. 71,2 proc. miesto vaikų suvalgo 1-2 kiaušinius per savaitę, o 17,1 proc. - 3 ir daugiau kiaušinių per savaitę. Kaime 67,4 proc. vaikų suvalgo 1-2 kiaušinius per savaitę, o 25,4 proc. kaimo vaikų suvalgo 3 ir daugiau kiaušinių per savaitę. 68,1 proc. keturmečių ir 70,7 proc. šešiamečių per savaitę suvalgo 1-2 kiaušinius. Visų tirtų subkategorijų ikimokyklinio amžiaus vaikai per savaitę vidutiniškai suvalgo 1-2 kiaušinius. Nevalgančių arba suvalgančių ne daugiau kaip 2 kiaušinius per savaitę rasta 79,6 proc. visų tirtų vaikų (73,3 proc. berniukų ir 86,4 proc. mergaičių, bei 82,9 proc. miesto ir 74,6 proc. kaimo vaikų, o taip pat 78,1 proc. keturmečių ir 80,5 proc. šešiamečių).

Per savaitę tirti vaikai išgeria vidutiniškai 3 stiklines pieno ir 2 stiklines kefyro. Vidutiniškai per savaitę 1 stiklinę pieno išgeria 18,6 proc., 2 stiklines pieno -36,2 proc., o tris ir daugiau stiklinių -45,2 proc. vaikų. Vidutiniškai per savaitę 1 stiklinę kefyro išgeria 38,6 proc., 2 stiklines kefyro - 50,1 proc., o tris ir daugiau stiklinių kefyro -11,3 proc. vaikų.



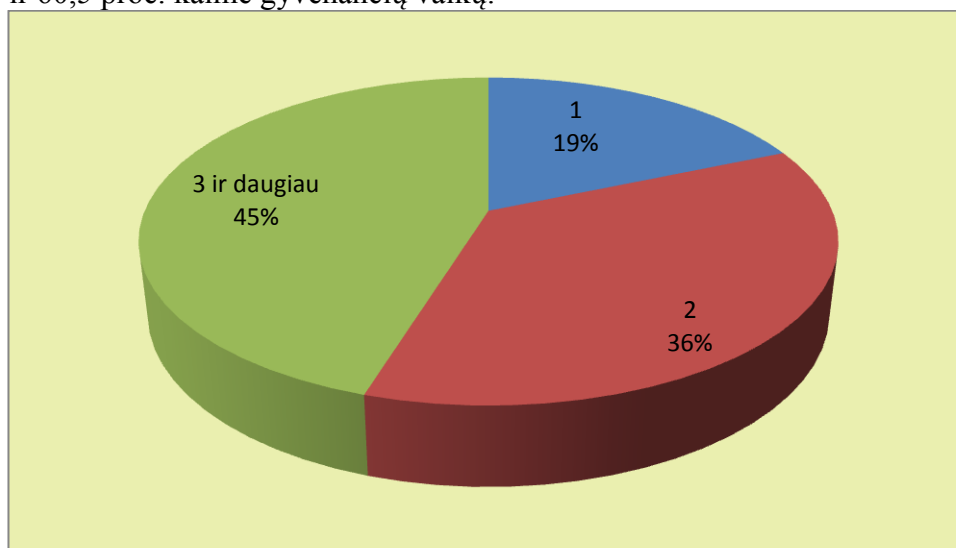
6 pav. Vaikų vidutiniškai per savaitę išgeriamos kefyro stiklinės

Natūralų kaimišką karvės pieną geria 39,4 proc. vaikų, o natūralų parduotuvėje pirktą pieną geria 28,4 proc. vaikų.



7 pav. Vaikų geriamas pienas

Šį pieną geria 41,5 proc. berniukų ir 36,9 proc. mergaičių. Kaimo vaikai geria šį pieną statistiškai reikšmingai dažniau, negu miestiečiai. Šį pieną mėgsta gerti 25,9 proc. mieste gyvenančių, ir 60,5 proc. kaime gyvenančių vaikų.

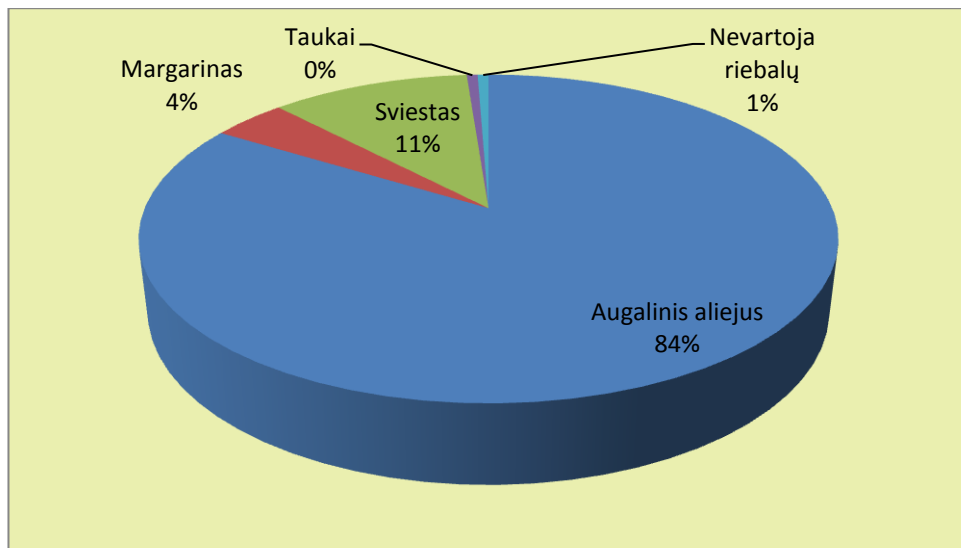


8 pav. Vaikų vidutiniškai per savaitę išgeriamos pieno stiklinės

Tuo tarpu miestiečiai (36,8 proc.) statistiškai reikšmingai dažniau geria natūralų parduotuvėje pirktą pieną, negu kaimo vaikai (15,3 proc.). Tiek berniukai (28,1 proc.), tiek mergaitės (28,9 proc.) vienodai mėgsta gerti natūralų parduotuvėje pirktą pieną. Tarp keturmečių ir šešiamečių vaikų reikšmingų skirtumų geriant įvairų pieną nėra. Reikia paminėti, kad tik 2,2 proc. visų tirtų vaikų geria liesą pieną.

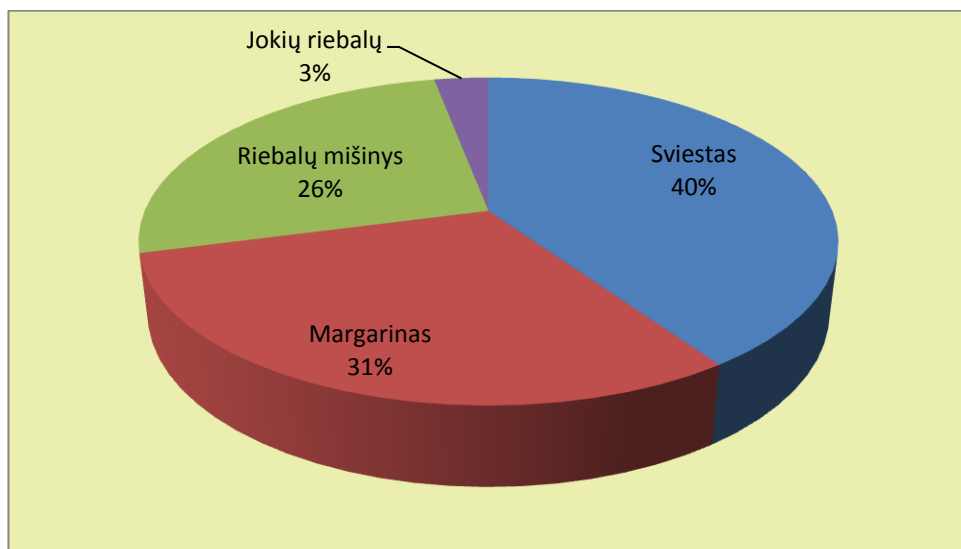
Pieno negeriančių vaikų tarp tiriamųjų nenustatyta.

Vaikų maisto gaminimui tėvai dažniausiai naudoja augalinį aliejų (83,7 proc.). 4,1 proc. tėvų maistą ruošia naudodami margariną, 11 proc. – sviestą, 0,6 proc. taukus, o jokių riebalų nenaudoja 0,6 proc. tėvų. Valgiui paruošti augalinį aliejų naudoja apie 84 proc. visų subkategorijų vaikų (berniukų, mergaičių, miesto, kaimo, keturmečių, šešiamečių) tėvų. Taukų maistui gaminti iš viso nenaudoja miestiečiai, tačiau vis dar naudoja 2,2 proc. kaime gyvenančių vaikų tėvų.



9 pav. Maisto gaminimui naudojami riebalai

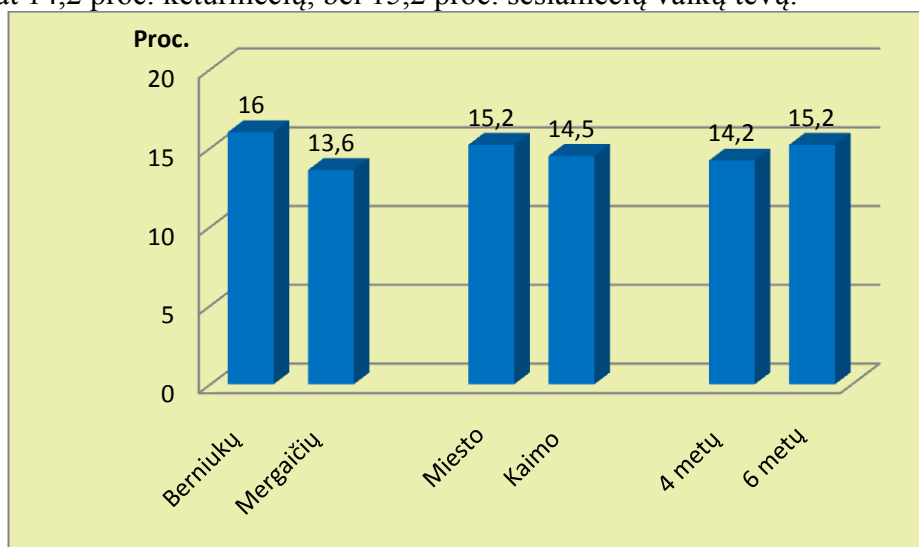
Vaikams ant duonos jokių riebalų netepa 3,0 proc. vaikų tėvų. 30,5 proc. tėvų tepa vaikams margariną, 26,1 proc. – riebalų mišinį, 40,4 proc. – sviestą. Taukų ant duonos vaikams tepančių tėvų tarp tiriamųjų nebuvo. Sviestą ant duonos vaikams tepa daugiau miesto vaikų tėvų (44,4 proc.), negu kaimo vaikų tėvų (34,1 proc.), o margariną – daugiau kaimo vaikų tėvų (35,5 proc.), negu miestiečių tėvų (27,4 proc.).



10 pav. Riebalai tepami ant duonos

Dažniausiai vaikai į puodelį arbatos deda 1-2 šaukštelių cukraus. Vieną šaukštelį cukraus deda 43 proc., o du šaukštelių - 48,1 proc. visų tirtų vaikų. Visai cukraus į arbatą nededa 5,4 proc. vaikų, o tris ir daugiau šaukštelių – 3,4 proc. vaikų. 39,2 proc. berniukų, į arbatos puodelį deda 1 šaukštelį cukraus, o 51,9 proc. berniukų deda 2 šaukštelių cukraus. 47,1 proc. mergaičių, į arbatos puodelį deda 1 šaukštelį cukraus, o 44,1 proc. mergaičių deda 2 šaukštelių cukraus. Kaime gyvenančių tiriamųjų daugiau deda 2 šaukštelių (55,9 proc.), o ne vieną šaukštelį (37,5 proc.), kai tuo tarpu miestiečiai deda arba vieną (46,2 proc.), arba du (43,4) šaukštelių cukraus. Daugiau šešiamečių deda 2 šaukštelių (55,8 proc.), nei vieną šaukštelį (37,7 proc.) cukraus. 49,4 proc. keturmečių deda vieną, o 39 proc. – du šaukštelių cukraus. Taigi šiek tiek daugiau berniukų, kaimo gyventojų ir šešiamečių labiau saldina savo arbatą (tačiau visi šie skirtumai yra statistiškai nereikšmingi). Nededančių visai ar dedančių ne daugiau kaip 1 šaukštelį cukraus į puodelį arbatos yra 48,4 proc. – apie pusė tirtų vaikų.

Papildomai druskos į vaikui paruoštą maistą deda 14,8 proc. visų tėvų. Papildomai druskos deda 16 proc. berniukų ir 13,6 proc. mergaičių tėvų, bei 15,2 proc. miesto ir 14,5 proc. kaimo vaikų tėvų, o taip pat 14,2 proc. keturmečių, bei 15,2 proc. šešiamečių vaikų tėvų.



11 pav. Ikimokyklinio amžiaus vaikų tėvai, papildomai dedantys druskos į paruoštą vaikams maistą

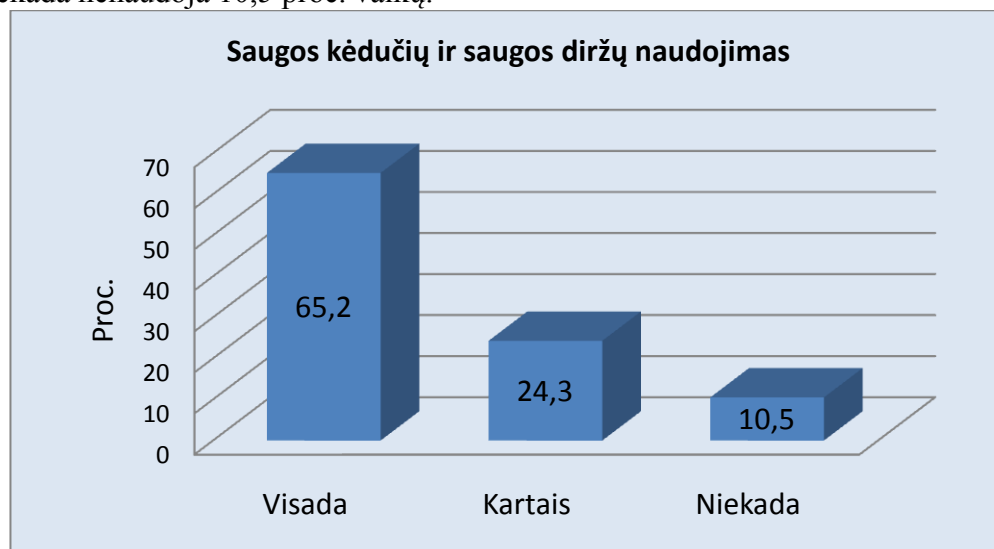
VAIKŲ SVEIKATA

Tyrime buvo nagrinėta vaikų sveikata, burnos higiena, sužalojimų prevencijos bei lėtinių neinfekcinių susirgimų profilaktikos aspektai.

Eismo sauga

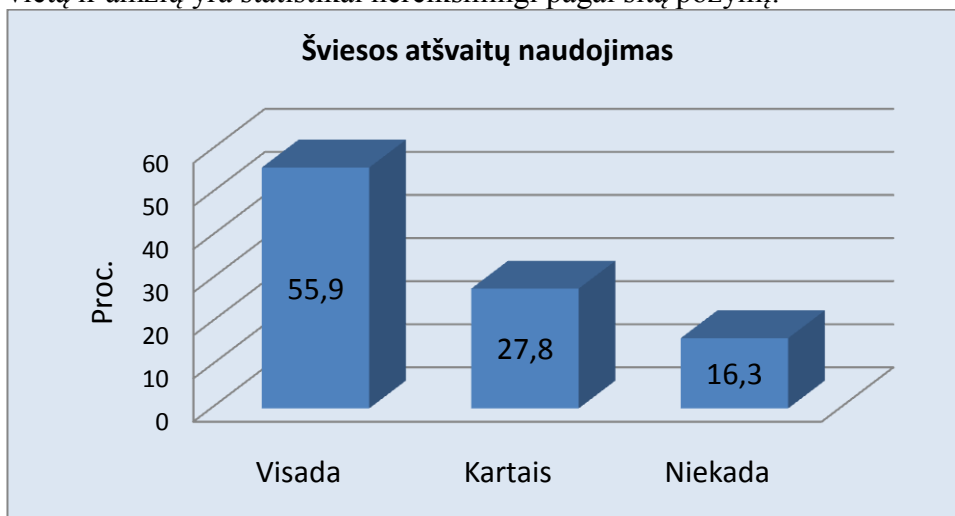
Pasaulyje, Europoje ir Lietuvoje mirtys nuo išorinių priežasčių yra svarbi visuomenės sveikatos problema. Lietuvoje jau eilę metų sužalojimai užima trečią vietą mirties priežasčių struktūroje, o eismo traumos yra tarp aktualiausių vaikų mirtingumo problemų. Taigi tyrimo metu buvo domėtasi ar vaikai naudoja efektyvias ir tarptautiniu mastu pripažintas eismo saugos priemones –vaikų saugos kėdutes, saugos diržus, atšvaitus.

Pasidomėjus apie vaikų saugą eisme, buvo nustatyta, kad važiuodami automobiliu, specialias vaikiškas kėdutes bei saugos diržus visada naudoja 65,2 proc. vaikų, kartais naudoja 24,3 proc., o niekada nenaudoja 10,5 proc. vaikų.



12 pav. Saugos kėdučių ir saugos diržų naudojimas

13,8 proc. kaime, 8,6 proc. mieste gyvenančių vaikų niekada nenaudoja eismo saugos priemonių automobilio viduje (saugos kėdučių ir saugos diržų). Jų niekada nenaudoja ir 12,8 proc. šešiamečių bei 7,6 proc. keturmečių. Tamsiu paros metu eidami neapšviesta gatve šviesos atšvaitus visada naudoja 55,9 proc. tirtų vaikų (63,9 proc. berniukų ir 46,8 proc. mergaičių, 54,1 proc. miesto ir 59,1 proc. kaimo vaikų, bei 58,9 proc. keturmečių ir 54 proc. šešiamečių. Atšvaitų niekada nedėvi iš viso 16,3 proc. tirtų vaikų (17,8 proc. berniukų ir 14,6 proc. mergaičių, 16,6 proc. miesto ir 16 proc. kaimo vaikų, bei 17,2 proc. keturmečių, ir 15,3 proc. šešiamečių. Skirtumai pagal lytį, gyvenamąją vietą ir amžių yra statistikai nereikšmingi pagal šitą požymį.



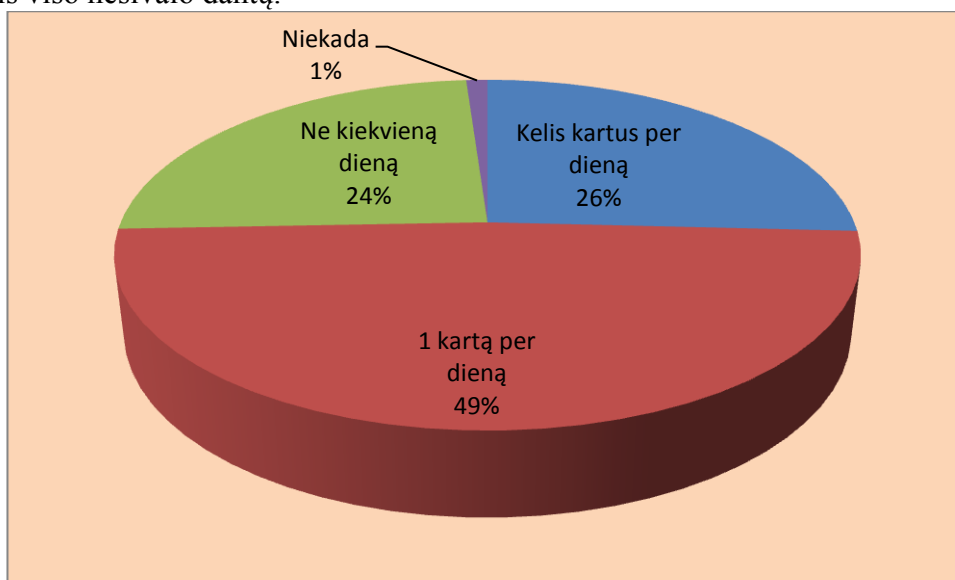
13 pav. Šviesos atšvaitų naudojimas

Rega

Akinius nešioja 3,6 proc. tirtų vaikų. Akinių reikia 3,7 proc. berniukų ir 3,4 proc. mergaičių. Mieste ir kaime gyvenančių vaikų akinius dėvi po 3,6 proc. 1,9 proc. keturmečių ir 5,4 proc. šešiamečių nešioja akinius arba lęšius, ir tai rodo, kad su amžiumi regėjimo problemų turinčių vaikų procentinė dalis didėja.

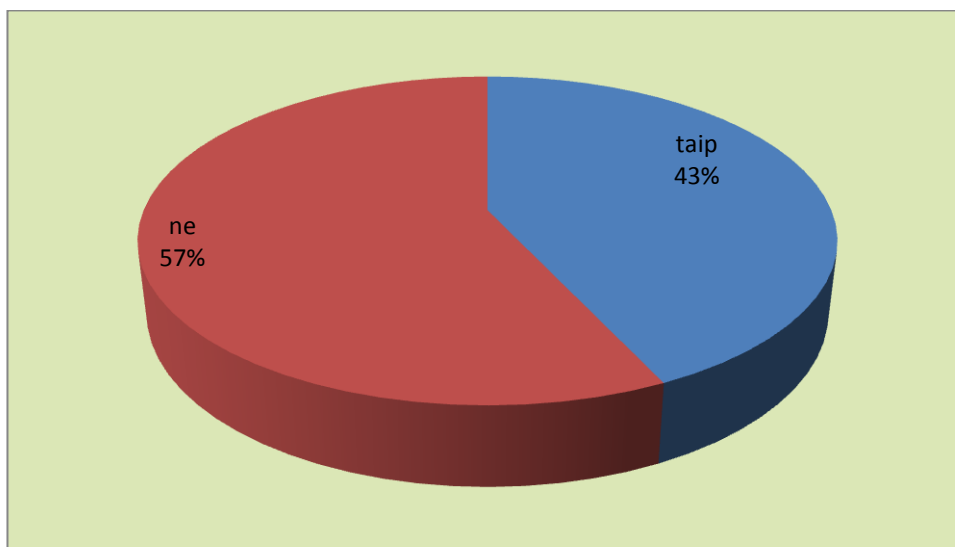
Burnos higiena

48,6 proc. visų tirtų vaikų dantis šepetėliu ir pasta valo vieną kartą per dieną. Apie pusė ir berniukų, ir mergaičių, bei tiek miesto, tiek kaimo/rajono vaikų, ir 4-mečių bei 6-mečių vaikų dantis valosi 1 kartą per dieną. Ne kasdien dantis valosi net ketvirtadalis tirtų vaikų (24,5 proc.), ir 1,1 proc. vaikų iš viso nesivalo dantų.



14 pav. Dantų valymas šepetėliu ir pasta

Per pastaruosius 12 mėnesių pas odontologą bent vieną kartą lankėsi 43 proc. vaikų. Iš šių vaikų pusė (50 proc.)- lankėsi 1 kartą, 30,1 proc. - lankėsi 2 kartus, o 9,6 proc.- lankėsi 3 kartus. Vidutiniškai per praėjusius 12 mėnesių pas odontologą lankėsi 1 kartą visų tirtų subkategorijų vaikai.

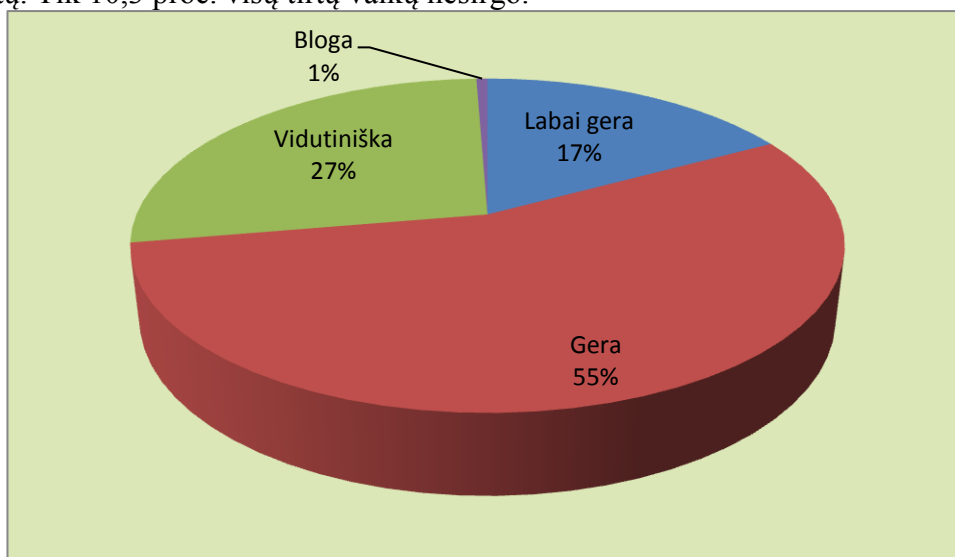


15 pav. Ar vaikas per paskutinius 12 mėnesių lankėsi pas odontologą

Sveikatos priežiūra

Per pastaruosius 12 mėnesių 88,5 proc. vaikų susižeidę nebuvo. 10,1 proc. vaikų buvo susižeidę 1-2 kartus, o 1,4 proc. vaikų buvo susižeidę 3 ir daugiau kartų.

Per pastaruosius 12 mėnesių 53,3 proc. vaikų sirgo 1-2 kartus, 36,4 proc. vaikų sirgo 3 ir daugiau kartų. Tik 10,3 proc. visų tirtų vaikų nesirgo.



16 pav. Subjektyvus vaiko sveikatos vertinimas tėvų nuomone

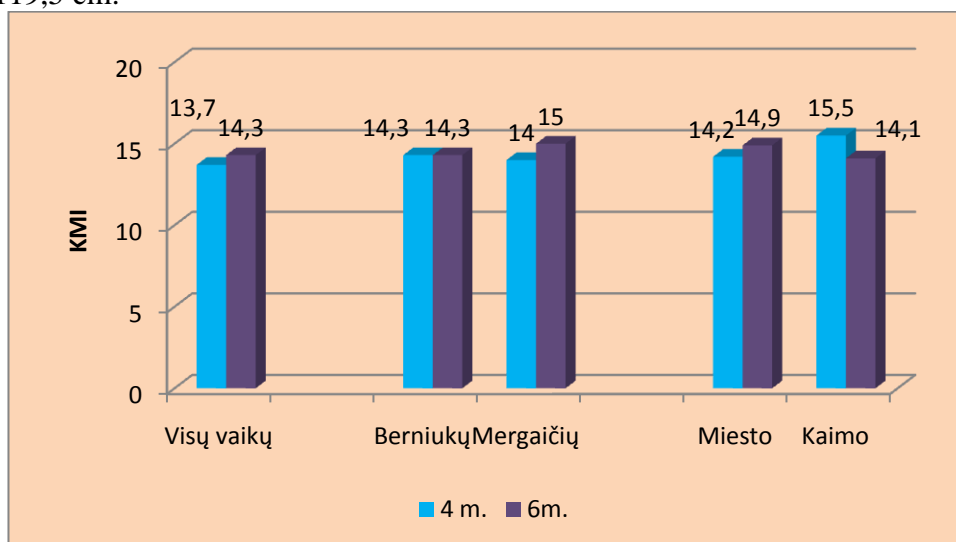
Apie pusė apklaustų tėvelių (55 proc.) subjektyviai mano, kad jų vaiko sveikata yra gera.

Lėtinių neinfekcinių ligų rizikos veiksniai

Tyrimo metu buvo matuotas vaikų ūgis ir svoris, apskaičiuoti ūgio ir svorio vidurkiai, nustatytas kūno masės indeksas (KMI). Pagal KMI nustatyta, koks procentas vaikų turi antsvorį. Be to, buvo matuojamas vaikų sistolinis ir diastolinis arterinis kraujo spaudimas, apskaičiuoti vidurkiai, nustatyta, kiek vaikų nustatyta arterinė hipertenzija (procentais).

Tyrimo rezultatai parodė, kad 4 metų vaikų ūgio vidurkis yra 107,8 cm, o 6 metų – 120,89 cm. Matuojant berniukus ir mergaites paaiškėjo, kad 4 metų berniukų ūgio vidurkis yra 107 cm, o 4 metų mergaičių – 102 cm, atitinkamai 6 metų berniukų ūgio vidurkis yra 117 cm, o 6 metų

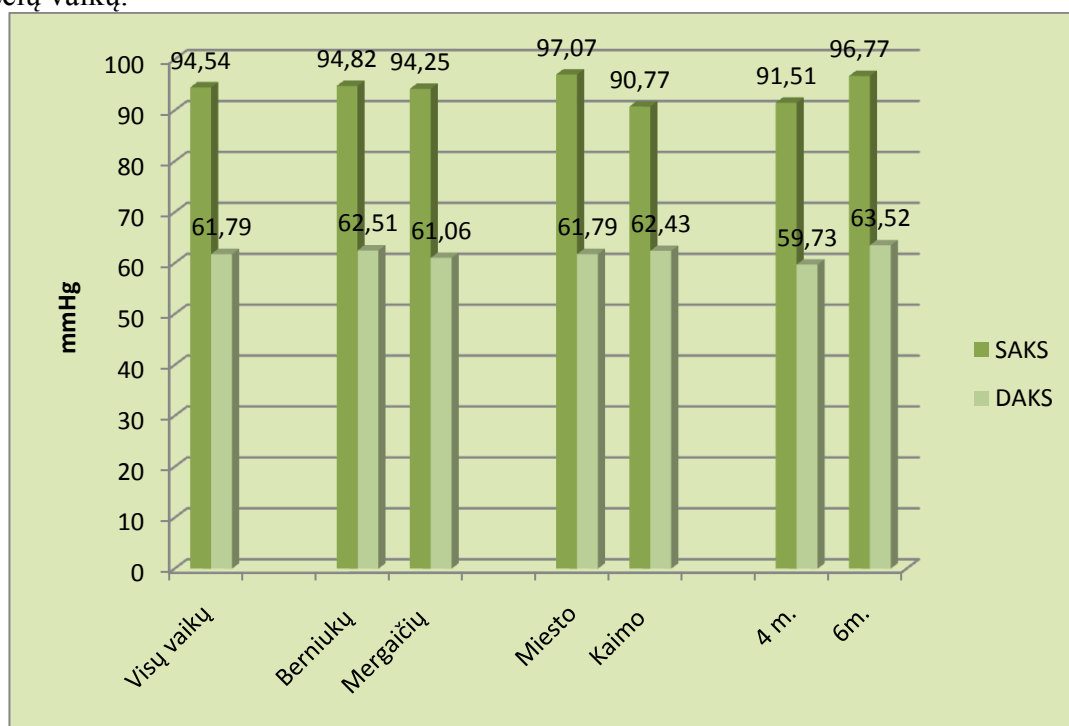
mergaičių – 112,5 cm. Keturių metų amžiaus miestiečių ūgio vidurkis yra 109 cm, o keturių metų kaimo gyventojų -108 cm. 6 metų amžiaus miesto vaikų ūgio vidurkis yra 119 cm, o 6 metų kaimo gyventojų -119,5 cm.



17 pav. Vaikų kūno masės indekso (KMI) vidurkis

Nustačius svorio vidurkius paaiškėjo, kad 4 m. visų tirtų vaikų svorio vidurkis yra 17,68 kg, o 6 m. vaikų - 22,79 kg. 4 metų berniukų svorio vidurkis yra 16,5 kg, o 6 metų berniukų – 19,5 kg. 4 metų mergaičių svorio vidurkis yra 14,5 kg, o 6 metų mergaičių svorio vidurkis -19 kg. 4 metų mieste gyvenančių vaikų svorio vidurkis yra 17 kg, o 4 metų kaimo vaikų – 18 kg. 6 metų miestiečių vaikų svorio vidurkis yra 21 kg, o 6 m. kaimo vaikų – 20. Apskaičiavus KMI ir įvertinus jų vidurkius nustatyta, kad atsivorį turi 9,4 proc. visų tirtų vaikų. Atsavoris nustatytas 9,6 proc. berniukų ir 9,1 proc. mergaičių, bei 12,2 proc. miesto ir 3,1 proc. kaimo vaikų, o taip pat 5,8 proc. 4 metų vaikų bei 12,1 proc. 6 metų vaikų.

Išmatavus arterinį kraujo spaudimą, paaiškėjo, kad arterinė hipertenzija nustatyta iš viso 16,38 proc. tirtų vaikų. Arterinė hipertenzija apskaičiuota 18,99 proc. berniukų, 13,29 proc. mergaičių, 13,63 proc. miesto ir 21,70 proc. kaimo vaikų, bei 14,84 proc. keturmečių bei 17,59 proc. šešiamečių vaikų.



18 pav. Vaikų sistolinio (SAKS) ir diastolinio (DAKS) arterinio kraujo spaudimo vidurkiai

IŠVADOS

1. Trečdalis tirtų ikimokyklinio amžiaus vaikų pėsčiomis lauke vaikšto 0,5-1 val. per dieną, ir trečdalis – daugiau kaip 1 val. per dieną. Ne pamokų metu, laisvalaikiu bent 2 kartus per savaitę mankštinasi 60 proc. vaikų.

2. Kasdien pusryčiauja dauguma (91,6 proc.), bet ne visi tirti 4 ir 6 metų vaikai. Dauguma vaikų (72,78 proc.) valgo keturis ir daugiau kartų, o ketvirtadalis (25,3 proc.) – tris kartus per dieną.

3. Dauguma ikimokyklinio amžiaus vaikų (69,5 proc.) bent 3 dienas per savaitę valgo daržovių (69,5 proc.) ir vaisių/uogų (75,4 proc.). Tačiau saldumynų nevalgo arba valgo 1-2 dienas per savaitę tik trečdalis (30,1 proc.) tirtų vaikų. Tirti ikimokyklinio amžiaus vaikai retai geria kokakolą ir kitus gazuotus gėrimus, bei retai valgo greito maisto produktus. Juodą duoną kasdien valgo 41,4 proc., o baltą – 50,8 proc. vaikų. Ikimokyklinio amžiaus vaikai per savaitę suvalgo 1-2 kiaušinius.

4. Ikimokyklinio amžiaus vaikai per savaitę vidutiniškai išgeria 3 stiklines pieno ir 2 stiklines kefyro. Natūralų kaimišką karvės pieną geria 39,4 proc., o natūralų parduotuvėje pirktą pieną geria 28,4 proc. vaikų. Kaimo vaikai geria natūralų kaimišką pieną statistiškai reikšmingai dažniau, negu miestiečiai, tuo tarpu miestiečiai reikšmingai dažniau geria natūralų parduotuvėje pirktą pieną, negu kaimo vaikai. Tik 2,2 proc. visų tirtų vaikų geria liesą pieną, o pieno negeriančių vaikų tarp tiriamųjų nebuvo.

5. Vaikų maisto gaminimui dauguma (83,7 proc.) taukų maistui gaminti iš viso nenaudoja miestiečiai, tačiau vis dar naudoja 2,2 proc. kaime gyvenančių vaikų tėvų. Vaikams ant duonos jokių trečdalis (30,5 proc.) tėvų tepa vaikams margarina, 26,1 proc. – riebalų mišinį, 40,4 proc. – sviestą.

6. Dažniausiai vaikai į puodelį arbatos deda 1-2 šaukštelių cukraus. Pusė tirtų vaikų (48,4 proc.) nededa visai ar deda ne daugiau kaip 1 šaukštelį cukraus. Papildomai druskos į vaikui paruoštą maistą deda nedaug (14,8 proc.) vaikų tėvų.

7. Specialias vaikiškas kėdutes bei saugos diržus automobilio viduje važiuodami visada naudoja dauguma (65,2 proc.) vaikų, kartais – ketvirtadalis (24,3 proc.), o niekada nenaudoja 10,5 proc. vaikų.

Šių saugos priemonių niekada nenaudoja 13,8 proc. kaime, 8,6 proc. mieste gyvenančių vaikų, 12,8 proc. šešiamečių bei 7,6 proc. keturmečių ikimokyklinukų. Šviesos atšvaitus tamsiu paros metu eidami neapšviesta gatve visada naudoja apie pusė (55,9 proc.) tirtų vaikų, o niekada nedėvi 16,3 proc. vaikų.

8. Akinius nešioja 3,6 proc. tirtų vaikų. Akinių reikia 1,9 proc. keturmečių ir 5,4 proc. šešiamečių.

9. Pusė vaikų (48,6 proc.) dantis šepetėliu ir pasta valo vieną kartą per dieną. Ne kasdien dantis valosi net ketvirtadalis tirtų vaikų (24,5 proc.), ir 1,1 proc. vaikų iš viso nesivalo dantų. Vidutiniškai per praėjusius 12 mėnesių vaikai pas odontologą lankėsi 1 kartą.

10. Per pastaruosius 12 mėnesių dauguma (88,5 proc.) ikimokyklinio amžiaus vaikų susižeidę nebuvo. 10,1 proc. vaikų buvo susižeidę 1-2 kartus.

11. Per pastaruosius 12 mėnesių apie pusė (53,3 proc.) vaikų sirgo 1-2 kartus, trečdalis (36,4 proc.) vaikų sirgo 3 ir daugiau kartų, ir tik 10,3 proc. vaikų nesirgo.

12. Apie pusė apklaustų tėvelių (55 proc.) subjektyviai mano, kad jų vaiko sveikata yra gera.

13. Atsvorį turi 9,4 proc. ikimokyklinio amžiaus vaikų, daugiau miesto, nei kaimo, ir daugiau šešiamečių, nei keturmečių vaikų.

14. Arterinė hipertenzija rasta 16,38 proc. vaikų.