

DRUSKININKŲ SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO DIREKTORIAUS 2022 METŲ ATASKAITA

I. BENDROJI DALIS

2014 m. kovo 3 d. įkurtas Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuras (toliau biuras).

Adresas: M.K. Čiurlionio g. 80, Druskininkai, vsb@druskininkai.lt, interneto svetainė www.druskininkuvsb.lt,

Facebook paskyra <https://www.facebook.com/Druskininkuvsb>

Tel. nr. 8 612 97211.

Pagrindinė biuro veikla savivaldybėje:

- Visuomenės sveikatos stiprinimas;
- Visuomenės sveikatos stebėseną (monitoringą);
- Vaikų ir jaunimo sveikatos stiprinimas
- Visuomenės sveikatos programų įgyvendinimas savivaldybėje: tikslinių Savivaldybės sveikatos stiprinimo ir profilaktikos programų rengimas pagal savivaldybėje nustatytą sveikatos sutrikimų ar sveikatai įtaką darančių veiksnių paplitimą; valstybinių visuomenės sveikatos stiprinimo ir profilaktikos programų pritaikymas ir įgyvendinimas.

Biuro veiklos tikslas - rūpintis gyventojų sveikata, siekiant mažinti gyventojų sergamumą ir mirtingumą, gerinti gyventojų kokybę, teikiant kokybiškas visuomenės sveikatos priežiūros paslaugas, įtakoti nuo elgsenos priklausomų visuomenės sveikatos rizikos veiksnių mažėjimą.

Biuras visuomenės sveikatos priežiūros veiklas ir priemones vykde vadovaujantis Lietuvos Respublikos Konstitucija, Lietuvos Respublikos įstatymais, Lietuvos Respublikos Vyriausybės nutarimais, kitais teisės aktais, Druskininkų savivaldybės tarybos sprendimais, mero potvarkiais, administracijos direktoriaus įsakymais, biuro nuostatais, patvirtintais Druskininkų savivaldybės tarybos 2014 m. sausio 30 d. sprendimu Nr. T1-22. (Druskininkų savivaldybės tarybos 2018 m. rugsėjo 27 d. sprendimo Nr. T1-160 redakcija).

II. PERSONALO VALDYMAS

Biuro struktūroje visi darbuotojai tiesiogiai pavaldūs Biuro direktoriui. Padaliniai neįsteigti, tačiau Biuro veiklos pobūdis nulemia savitą personalo veiklos modelį. Biuro etatų skaičius (1 lentelė).

1 lentelė. Pareigybių pasiskirstymas pagal užimama etatų skaičių

Pareigybės pavadinimas	Užimtas etatų skaičius
Direktorius	1
Sekretorė	0,5
Visuomenės sveikatos specialistai biure: Visuomenės sveikatos specialistas (stiprinimui)	2
Visuomenės sveikatos specialistas (stebėsenai)	1
Visuomenės sveikatos priežiūros specialistai, vykduantys sveikatos priežiūrą mokyklose ir ikimokyklinio ugdymo įstaigose	5
Iš viso	9,5

Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuro darbuotojų vidutinis darbo užmokestis pateikiamas 2 lentelėje.

2 lentelė. Darbuotojų vidutinis darbo užmokestis 2021-2022 m.

Eil. Nr.	Pareigos	2021 m.		2022 m.	
		Etatų skaičius	Vidutinis mėnesinis nustatytasis (paskirtasis) darbo užmokestis, Eur	Etatų skaičius	Vidutinis mėnesinis nustatytasis (paskirtasis) darbo užmokestis, Eur
1	Direktorius	1	1896	1	2905
2	Sekretorė	0,5	535	0,5	647
3	Visuomenės sveikatos	3	929	3	1353

	biuro specialistas				
4	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas	5	1040	5	1251
5	Projekto jaunimui palankių sveikatos priežiūros paslaugų koordinatorius	0,5	552	0,5	565

III. BIURO FINANSAVIMAS

2022 metams visuomenės sveikatos priežiūros funkcijoms vykdyti skirta Druskininkų savivaldybės biudžetui specialioji tikslinė dotacija – 209 900 eurų iš kurių: mokinių visuomenės sveikatos priežiūros funkcijoms vykdyti – 106 000 eurų, visuomenės sveikatos stiprinimo ir stebėsenos funkcijoms vykdyti – 59 700 eurų, savižudybių prevencijos funkcijoms vykdyti – 38 600 eurų, lėšos psichologinės gerovės ir psichikos sveikatos stiprinimo funkcijoms vykdyti 5 600 eurų. 2022 m. buvo skirta savivaldybės biudžeto lėšos įstaigos veiklai vykdyti 5251,43 eurais. 2022 metais biuro pajamos už teikiamas paslaugas sudarė 6 166 eurų., tai lėšos gautos iš privalomųjų sveikatos mokymų (3 lentelė).

3 lentelė. Gautų lėšų iš privalomųjų sveikatos mokymų ir išduotų privalomųjų sveikatos pažymėjimų skaičiaus kitimas 2021 -2022 m.

Veiklos pavadinimas	2021 m.	2022 m.
	Vnt.	Vnt.
Privalomieji higienos įgūdžių mokymai	570	486
Privalomieji pirmosios pagalbos mokymai	408	505
Privalomieji mokymai alkoholio ir narkotikų žalą žmogaus sveikatai	13	16
Bendra suma:	991	1007

IV. VISUOMENĖS SVEIKATOS PRIEŽIŪROS VEIKLOS SRITYS

Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuro (toliau Biuras) veiklos kryptis – informuoti gyventojus apie sveikatos išsaugojimo būdus ir priemones, siekiant atkreipti visuomenės dėmesį į įvairių ligų ir žalingų įpročių prevenciją, skatinti bendruomenių narius pasirinkti sveikesnį, aktyvesnį gyvenimo būdą. Visuomenės sveikatos priežiūra buvo orientuojama į visuomenės sveikatos ugdymą ir gyventojų mokymą sveikai gyventi. Sveikatos mokymas buvo pagrindinė sveikatos stiprinimo priemonė, kuri apėmė sveikos gyvensenos skatinimą, sveikatos paslaugų prieinamumo gerinimą, aplinkos ir sveikatos išsaugojimą ir palaikymą.

Atsižvelgiant į aktualiausias visuomenės sveikatos problemas Druskininkų savivaldybėje, pasirinkta 7 pagrindinės visuomenės sveikatos stiprinimo prioritetinės kryptys:

1. Vaikų ir jaunimo sveikatos išsaugojimas ir gerinimas, formuojant sveiko gyvenimo įgūdžius.

2. Šeimos sveikata.

3. Fizinio aktyvumo skatinimas.

4. Sveikos mitybos propagavimas.

5. Užkrečiamųjų ligų prevencija.

6. Sveikatingumo renginių organizavimas.

7. Informacijos sklaida.

8. Žmonių su negalia socialinė integracija.

Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuras visuomenės sveikatos priežiūros veiklas ir priemones vykdė vadovaujantis Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuro nuostatais, patvirtintais Druskininkų savivaldybės tarybos 2014 m. sausio 30 d. sprendimu Nr. T1-22. (Druskininkų savivaldybės tarybos 2018 m. rugsėjo 27 d. sprendimo Nr. T1-160 redakcija).

Sveikatos priežiūros specialistų veikla ugdymo įstaigose: vykdydami visuomenės sveikatos priežiūrą mokyklose specialistai 668 kartus suteikė pirmąją pagalbą ir įgyvendino gydytojo rekomendacijas mokiniams. 2471 kartus suteikė konsultacijas mokiniams, tėvams, darbuotojams. Iš jų 90 konsultacijos mokiniams ugdomiems pagal ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programas, 1072 konsultacijų mokiniams ugdomiems pagal pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo programas, 245 konsultacijų ikimokyklinių ir mokyklinių įstaigų bendruomenių nariams, 1064 konsultacijų mokinių tėvams.

Visuomenės sveikatos stiprinimo veiklos, sveikatos stiprinimo tikslai ir uždaviniai savivaldybėje nustatomi išanalizavus ir įvertinus visuomenės sveikatos stebėsenos rodiklių duomenis.

V. VISUOMENĖS INFORMAVIMAS VISUOMENĖS SVEIKATOS KLAUSIMAIS

2022 metais Biuras organizavo 1469 renginius. Šiuose renginiuose dalyvavo 18548 dalyviai, iš jų: 9031 Druskininkų savivaldybės gyventojai ir 9517 ugdymo įstaigų bendruomenių nariai. Dauguma renginių organizuota sveikatos saugos ir stiprinimo, bendrųjų sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos bei fizinio aktyvumo skatinimo temomis. 2022 metais publikuoti 228 straipsniai ir pranešimai, publikacijos periodiniuose leidiniuose ir internete. Informaciniai pranešimai skelbiami Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuro interneto svetainėje www.druskininkuvsb.lt, biuro paskyroje socialiniame tinkle „Facebook“ www.facebook.lt, „Mano Druskininkai“ savaitraštyje bei Druskininkų savivaldybės svetainėje www.druskininkusavivaldybe.lt. Viešinimui išleista suma per 2022 m. 3056,57 eur.

VI. VISUOMENĖS SVEIKATOS STEBĖSENA

Visuomenės sveikatos stebėsenos savivaldybėje tikslas - nuolat rinkti, tvarkyti, analizuoti ir interpretuoti visuomenės sveikatą charakterizuojančius rodiklius, kad remiantis išsamia informacija apie savivaldybės bendruomenės sveikatos būklę, sveikatos rizikos veiksnius, būtų galima planuoti ir įgyvendinti savivaldybės visuomenės sveikatos gerinimo priemones, taip pat vykdyti visuomenės sveikatos stebėsenos duomenų sklaidą bei tinkamai informuoti savivaldybės politikus, siekiant efektyvaus valstybinių (valstybės perduotų savivaldybėms) bei savarankiškųjų visuomenės sveikatos priežiūros funkcijų įgyvendinimo savivaldybės teritorijoje.

Kasmetinėje visuomenės sveikatos stebėsenos ataskaitoje pateikiami ir aprašomi 2021 m. visuomenės sveikatos būklę atspindintys sveikatos rodikliai Druskininkų savivaldybėje. Pateikiami rodikliai (iš Valstybės deleguotų savivaldybėms visuomenės sveikatos stebėsenos pagrindinių rodiklių sąrašo) atspindi kaip įgyvendinami Lietuvos sveikatos strategijos tikslai bei uždaviniai. Lietuvos sveikatos strategijoje iškeltų tikslų ir uždavinių įgyvendinimo savivaldybėse stebėsenai, parengtas baigtinis pagrindinių rodiklių sąrašas, kurį sudaro 61 unifikuotas rodiklis, geriausiai apibūdinantis Lietuvos sveikatos 2014 – 2025 metų strategijos siekinius.

2021 metais Druskininkų savivaldybėje 23 rodiklių reikšmės iš 61 buvo geresnės už Lietuvos vidurkį, 30 atitiko Lietuvos vidurkį, 8 buvo prastesni.

2021 m. Druskininkų savivaldybėje teigiami rodiklių pokyčiai nustatyti sumažėjus asmenų, žuvusių ar sunkiai sužalotų darbe atvejams, mirtingumo atvejams nuo nukritimo, mirtims transporto įvykiuose, pėsčiųjų mirtims, traumoms dėl transporto įvykių, bendrai išvengiamų hospitalizacijų ir išvengiamų dėl cukrinio diabeto, išaugus slaugytojų, šeimos gydytojų skaičiui, apsilankymams, tenkantiems vienam gyventojui, pas šeimos gydytoją. Išaugo vaikų, dalyvavusių dantų dengimo silantinėmis medžiagomis, neturinčių ęduonies pažeistų, plombuotų ir išrautų dantų, dalis. Daugiau žmonių dalyvavo širdies ir kraujagyslių ligų profilaktinėje programoje. Nebuvo registruota asmenų, kurie žuvo ar buvo sunkiai sužaloti darbe, susirgusių ŽIV ar lytiškai plintančiomis ligomis.

2021 m. Druskininkų savivaldybėje sumažėjo vidutinė tikėtina gyvenimo trukmė, padidėjo išvengiamo mirtingumo dalis, padaugėjo bandymų žudytis, išaugo ilgalaikio nedarbo lygis, gyventojų skaičiaus pokytis (prieaugio ir migracijos suma) buvo neigiamas, didesnis skaičius vaikų gavo nemokamą maitinimą (atkreiptinas dėmesys, kad šiame rodiklyje yra įskaičiuoti ir visi pirmokai-trečiokai, Lietuvoje gaunantys nemokamą maitinimą mokyklose), daugiau asmenų tapo socialinės pašalpos gavėjais. Įvyko daugiau traumų dėl nukritimų 65+ amžiaus grupėje, daugiau asmenų pripažinti neįgaliaisiais pirmą kartą, daugiau gyventojų susirgo žarnyno infekcinėmis ligomis. Į atmosferą pateko didesnis kiekis teršalų, tenkančių 1 kv. km iš stacionarių taršos šaltinių. Užfiksuota daugiau nusikalstamos veikos atvejų, susijusių su narkotinėmis medžiagomis. Išaugo mirčių atvejų nuo alkoholio sąlygotų priežasčių, buvo 3 kūdikių netektys. Nežymiai išaugo mirties nuo piktybinių navikų, cerebrovaskulinių ligų atvejų, buvo didesnis susirgimas II tipo cukriniu diabetu. Mažiau moterų dalyvavo krūties vėžio ir gimdos kaklelio patikros programoje.

Remiantis vaikų sveikatos stebėsenos informacine sistema, 2021 metais mokiniai daugiausia sirgo kvėpavimo sistemos ligomis (372 atvejo 1000 mokinių; iš jų daugiausia ūminės viršutinių kvėpavimo takų infekcijos), virškinimo sistemos ligomis (325 atvejo 1000 mokinių), dantų ligomis (297 atvejai 1000 mokinių), regėjimo sutrikimai ir ligos (236 iš 1000 mokinių). Neklasifikuojami simptomai, požymiai ir nenormalūs klinikiniai bei laboratoriniai radiniai sudarė 216 atv. iš 1000, iš jų daugiausia dėl nenormalios laikysenos. Psichikos ir elgesio sutrikimai pasireiškė 108 atv. iš 1000 dažnumu, iš jų daugiausia dėl psichologinės raidos sutrikimų.

2022 metais buvo vykdytas suaugusiųjų gyvenimo stebėsenos tyrimas. 2022 metais apklausti Druskininkų savivaldybės gyventojai gyvenimo kokybę, sveikatą, laimingumą vertino kaip geresnius nei 2018 metais. Šie rodikliai buvo geresni ir už Lietuvos vidurkį. Maždaug kas penktas respondentas teigė, kad jį buvo apėmusi prislėgta nuotaika ar nerimas labiau nei anksčiau, vienas iš penkiolikos neturi artimo žmogaus, su kuriuo galėtų pasitarti dėl sunkios asmeninės problemos. Druskininkų savivaldybėje mažiau respondentų teigė, kad turi ilgalaikių sveikatos problemų, lyginant su Lietuvos rodikliu. Išaugo dalis žmonių, bent kartą per dieną valgančių vaisius

ir daržoves, tiek lyginant su 2018 metais, tiek su Lietuvos vidurkiu. Mažiau suaugusiųjų vartojo saldumynus, saldžius gazuotus gėrimus ir energetinius gėrimus, tabako gaminius, elektronines cigaretes, narkotines ir psichotropines medžiagas nei Lietuvos vidurkis. Pastebėtas didesnis alkoholio vartojimas, lyginant per mėnesį ir metus vartotą alkoholį. Taip pat daugiau suaugusiųjų tamsiu paros metu vengė nešioti atšvaitus, ne visada dėvėjo šalną, važiuodami dviračiu. Tačiau daugiau Druskininkų respondentų visada segi saugos diržą, važiuodami automobiliu.

VII. VISUOMENĖS SVEIKATOS STIPRINIMAS

Lėtinių neinfekcinių ligų prevencijai ir fizinio aktyvumo skatinimui Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuras 2022 m. organizavo mankštas, treniruotes įvairaus amžiaus grupių žmonėms. Šaltuoju sezonu mankštas ir treniruotes vykdėme Druskininkų jaunimo užimtumo centre bei Druskininkų socialinių paslaugų centre. Atėjus vasaros sezonui persikėlėme į K. Dineikos sveikatingumo parką. Šiais metais žmonės turėjo galimybę išbandyti Nirvana fitness, joga užsiėmimus. Kaip ir kiekvienais metais rūpinamės senjorų fizinio aktyvumo skatinimu, organizuojant rytmečio mankštas 2 kartus per savaitę. Druskininkų bendruomenei ir miesto svečiams siūlėme šiaurietiškojo ėjimo žygius Druskininkų mieste ir vietinėse apylinkėse.

Tradiciją betęsiant kvietėme visus norinčius į Sausio 13-osios bėgimą, kuriuo norime skatinti fizinį aktyvumą bei pagerbti įvykių dalyvius ir visus, kurie kovojo už Lietuvos laisvę.

Šeštadienį praleisti aktyviai - organizavome „Šeimos bėgimą aplink Druskonio ežerą“. Tai puiki pramoga skirti laiko savo šeimai ir užsiimti fiziniu aktyvumu kartu.

Pajvairinant fizinį aktyvumą, gyventojai turėjo galimybę dalyvauti AQUA aerobikoje, mankšta vandenyje tai yra pakankamai lengva, tonizuojanti, gerinanti psichologinę bei fizinę sveikatą, priemonė.

Viena iš fizinio aktyvumo skatinimo priemonių tai naktiniai pėsčiųjų žygiai, gerinantys ne tik fizinę ir psichinę sveikatą bei ypatingai naudingi kvėpavimo pratimai.

Prisidėjome prie sporto festivalio „Saulės vaikai 22“. Visiems norintiems suteikėme galimybę išbandyti triračius paspirtukus „Trikke“.

Vasaros metu vaikams neleidome liūdėti stovykloje „SWIM‘22“. Vaikai užsiiminėjo įvairiomis fizinio aktyvumo veiklomis: kūrybinėmis užduotimis, sporto rungtimis, plaukimo užsiėmimais.

2022 metais Druskininkuose vyko XI Pasaulio lietuvių sporto žaidynės, kuriose kartu su LŠĖA (Lietuvos šiaurietiškojo ėjimo asociacija) organizavome šiaurietiškojo ėjimo varžybas.

Taip pat Druskininkiečiai ir miesto svečiai susipažinti su mūsų miesto vietovėmis ir lankomais objektais galėjo dalyvaudami orientacinėse varžybose.

Kaip ir kiekvienais metais, bendradarbiaudami su Druskininkų vietos veiklos grupe ir jos organizuojamame kaimo bendruomenių sąskrydžio renginyje prisidėjome savo rungtimis.

Kasmetinis ir vienas didžiausių renginių šiaurietiškojo ėjimo žiemos sezono atidarymas Druskininkuose. Šio renginio metu sulaukėme daugybės žygeivių iš visos Lietuvos, virš 300 asmenų.

Stiprinant Druskininkų savivaldybės gyventojų psichinę sveikatą ir vykdant prevenciją

Druskininkų savivaldybėje taip pat vyksta nemokamos individualios ir grupinės psichologo konsultacijos, skirtos 14-29 metų jaunuoliams.

Sausio – vasario mėnesiais rengėme motyvacinius interviu, su asmenimis, kurie dalinasi savo pasiekimais, gerą patirtimi, įkvepiančiomis istorijomis. Šių pokalbių tikslas – įkvėpti žmones gyventi sveikai, parodyti jiems teigiamą pavyzdį.

Nauja veikla „Meninė taškučių terapija“ buvo dar vienas puikus būdas, pakelti psichinę sveikatą.

Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuras vykdė aprašą "2019 m. gegužės 17d. įsakymas Nr. V-590 Psichikos sveikatos kompetencijų didinimas įmonių darbuotojams". 2022 m. mokymai vyko VšĮ "Druskininkų ligoninės" ir Druskininkų lopšelio – darželio „Žibutė“ darbuotojams. Užsiėmimus vedė specialistai iš įmonės "Psichologinių idėjų namai". Profesionalių psichologų ir įmonės darbuotojų komandos tikslas yra mažinti neigiamą psichosocialinių rizikos veiksnių poveikį darbuotojų sveikatai, gerinti mikroklimatą, stiprinti darbuotojų psichikos sveikatą.

Organizavome psichikos sveikatos kompetencijų didinimo veiklas pagal „Bendrojo ugdymo mokyklų darbuotojų gebėjimų visuomenės psichikos sveikatos srityje stiprinimo“ programą, kuriose dalyvavo ir grupė Druskininkų „Atgimimo“ mokyklos mokytojų. Užsiėmimus vedė VšĮ „Psichologinių idėjų namai“ specialistai.

Dar vienas didelio susidomėjimo sulaukęs renginys buvo atsipalaidavimo žygis į Grūtą. Šio užsiėmimo metu ypatingas dėmesys buvo skirtas meditacijai, atsipalaidavimui, kvėpavimui.

Ėduonies profilaktikos ir burnos higienos tema

Besirūpindami gyventojų burnos higiena kvietėme į nuotolinę paskaitą "Burnos sveikata". Šįkart ypatingą dėmesį skyrėme žmonėms, dėl negalios ar kitų motorinių sunkumų susiduriantiems su burnos priežiūros problemomis. Kalbėjome, kaip galime palengvinti priežiūrą sau ar savo

artimajam, kokius uždegiminius procesus lemia netinkama higiena ir kokios sukurtos šiuolaikinės priemonės puoselėti mūsų šypsenas ir sveikus dantis.

Bendradarbiaujant su LR Odontologų Rūmais organizavome „Dantukų karavaną“, renginį skirtą vaikų su negalia dantų priežiūrai ir tėvų švietimui. Mokslinių tyrimų duomenys rodo, kad sveikų vaikų burnos sveikata yra geresnės būklės nei vaikų, turinčių specialiųjų poreikių, todėl labai svarbu tėvams auginantiems vaikus su specialiais poreikiais suteikti tinkamas žinias.

Savižudybių prevencijos tema

2022 metais, taip pat įvykdėme „SafeTalk“ savižudybių prevencijos mokymus, juos vedė 2 LivingWorks Education (www.livingworks.net) sertifikuoti lektoriai. Mokymų metu asmenys įgijo žinių, kaip atpažinti žmones mėstančius apie savižudybę, kaip pradėti pokalbį apie savižudybę, kur nukreipti tęstinės pagalbos. Išklausiems dalyviams buvo išduodami sertifikatai, pabaigę mokymų programas mokymuose dalyvavę specialistai ir „vartininkai“ taikys įgytas žinias savo tiesioginiame darbe ir dalyvaudami platesniame bendruomenės gyvenime.

Traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencijos tema

Įstaigose, įmonėse vedėme teorinius ir praktinius užsiėmimus traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencijos tema. Suaugusieji bei vaikai sužinojo apie pirmos pagalbos pagrindus, kaip elgtis atsitikus nelaimingam atsitikimui.

Didelio dėmesio susilaukė renginys „Vasaros saugumo atmintinė“, kuriame dalyvavo Lietuvos specialiosios tarnybos: Druskininkų priešgaisrinės gelbėjimo tarnybos pareigūnai, PAGT prie VRM Vilniaus PGV Alytaus PGT nariai, Druskininkų greitosios medicinos pagalbos skyriaus specialistai, Valstybės sienos apsaugos tarnybos Varėnos rinktinės Druskininkų užkardos kinologai, Lietuvos automobilių kelių direkcija. Renginio metu šios tarnybos atliko savo pasirodymus: Demonstruojamas automobilio apsvertimo įrenginys – tai galimybė pajusti, kokie svarbūs saugos diržai automobiliui verčiantis, sužinojo apie skęstančiųjų gelbėjimo būdus, išmoko kaip veiksmingai suteikti pirmąją pagalbą nukentėjusiam, kinologo pasirodymas.

Žalingų įpročių prevencijai:

Teikėme priklausomybių konsultanto paslaugas, žmonėms turintiems žalingų įpročių bei priklausomybių, tai nemokama, anonimiška ir profesionalo pagalba asmenims.

Skiriame didelį dėmesį prevencinėms veikloms, lapkričio 17 d. subūrėme jaunimo komandas, kurioms teko dalyvauti interaktyviam protmūšyje „Nepešk“ ir gilinti savo žinias susijusias su

sveikatos stiprinimo tematika. Renginyje svečiavosi Panaros Dievo Gailestingumo koplyčios Klebonas Petras Algirdas Kanapka bei "J&J United" šokių studija.

Dažnas rūkantysis savo pertrauką panaudoja cigaretės surūkymui, todėl mes siekdami keisti žalingus įpročius visų įstaigų kolektyvus kvietėme sukurti aktyvų kolektyvo šokį.

Vykdėme ankstyvosios intervencijos programą, ji skirta jaunuoliams (nuo 14 iki 21 metų amžiaus), kurie eksperimentuoja /nereguliariai vartoja alkoholį ar narkotikus, bet dar neturi išreikštų priklausomybės požymių.

Sveikatos saugos ir stiprinimo temomis:

Visuomenės sveikatos specialistai aplankydavo Druskininkų savivaldybės įstaigas, kuriose organizuodavo „Sveikatos stotelę“, jų metu konsultavo sveikatos stiprinimo ir išsaugojimo klausimais, atliko kūno sudėties analizę, matavo arterinį kraujo spaudimą bei nustatė gliukozės, cholesterolio kiekį kraujyje.

Atsižvelgiant į dar viena opią šių dienų problemą – skaitmeninę priklausomybę, surengėme paskaitą skirtą tėvams „Kaip išGYVENTI tarp ekranų“? Mokinomės atpažinti ar vaikas yra priklausomas nuo skaitmeninio pasaulio ir kaip to išvengti.

Minint Pasaulinę sveikatos dieną paruošėme sveikatos tematika testą, kurio metu dalyviai praturtino savo turimas žinias ir turėjo galimybę laimėti mūsų įsteigtus prizus.

Būsimus ir esamus tėvelius kvietėme dalyvauti „Nėščiujų mokyklėlėje“, kurioje atnaujino, sužinojo gimdymo, žindymo, gimdyvės sveikatos, kūdikio priežiūros bei kitus aktualius klausimus.

Minint senjorų dieną, senyvo amžiaus žmonės išmoko savimasažo technikos, kurią galės panaudoti kasdieniui savo veiklai pajvairinti, stiprinant savo sveikatos būklę.

Spalio 12 d. Atvirų durų diena mūsų įstaigoje, kurioje atvykę asmenys galėjo degustuoti šviežiai spaustas sultis, išmokti pirmosios pagalbos veiksmų, pasidaryti gliukozės ir cholesterolio kraujo tyrimus, keliauti su šiaurietiškojo ėjimo lazdomis.

Sveikos mitybos ir nutukimo prevencijai:

Leipalingio ir Viečiūnų bendruomenėse didelio dėmesio susilaukė renginys „Sveikos mitybos link“. Užsiėmimo metu dalyviai mokėsi, gamino bei ragavo pagamintus sveikatai palankius maisto patiekalus. Susitikimo metu buvo pasakojama apie ajurvedinės virtuvės principus ir ypatumus.

Druskininkų savivaldybėje 2022 m. „Rakto skylutės“ simboliu notifikavome dar vieną maisto produktą. Tikslas – padėti vartotojams lengviau išsirinkti maisto produktus tarp kitų tos pačios grupės maisto produktų.

Minint vietos savivaldos dieną, visuomenės sveikatos specialistai šventės dalyvius vaišino šviežiais spaustų vaisių ir daržovių sultimis. Taip pat galėjo išbandyti ir išmokti pirmosios pagalbos veiksmų.

Kraujotakos sistemos ligų profilaktikai:

Visuomenės sveikatos biuras bendradarbiaudamas su Druskininkų pirminės sveikatos priežiūros centru įgyvendina širdies ir kraujagyslių ligų rizikos grupės sveikatos stiprinimo programą, kurią sudaro 7 nemokami užsiėmimai. Programos tikslas efektyviau stiprinti rizikos grupės asmenų sveikatą, supažindinti juos su širdies ir kraujagyslių ligų rizikos veiksniais, sveikos gyvensenos principais, išmokyti keisti gyvenseną, valdyti stresą, pasirinkti sveikatai palankią mitybą bei fizinį aktyvumą.

Didelį dėmesį skyrėme ligų prevencijos programų viešinimui, spaudoje, socialiniuose tinkluose, internetinėje svetainėje. Mums svarbu, kad žmonės periodiškai dalyvautų prevencinėse programose bei pastebėtų ligą laiku.

VIII. VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO ĮVYKDYTI PROJEKTAI

1. "Plaukimo užsiėmimai Druskininkų savivaldybės gyventojams"

Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos finansinė parama projektui įgyvendinti – 3200 eurų eurų. Projektas startavo 2022 m. rugsėjo mėn. ir baigėsi 2022 m. lapkričio mėn. Projektas vyko sanatorijos „Belorus“ baseine. Projekto metu įvykdyti 24 užsiėmimai, kuriuose dalyvavo 80 asmenų.

Šio projekto tikslas buvo – formuoti Druskininkų savivaldybės gyventojų fizinį aktyvumą ir treniruotumą, sveiką gyvenseną, vykdyti neurologinių ir širdies kraujagyslių, kvėpavimo takų ligų prevenciją, plaukimo naudos teikimas stuburo bei nutukimo problemas turintiems žmonėms, teisingos plaukimo technikos mokymas.

2. „Narkotinių medžiagų pėdsakų aptikimas Druskininkų savivaldybėje“

Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos finansinė parama projektui įgyvendinti skirta 1250 eurų. Projekto įgyvendinimo laikotarpis 2022 m. gegužės 1 d. - 2022 m. gruodžio 31 d. Projektas įgyvendintas Druskininkų savivaldybės įstaigose, tyrimai buvo atlikti 6 įstaigose.

Projekto tikslas: Įvertinti narkotinių medžiagų vartojimo paplitimą tarp Druskininkų savivaldybės jaunuolių.

3. „Mankšta vandenyje širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto rizikos grupių asmenų sveikatos stiprinimas“

Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialiosios programos finansinė parama projektui įgyvendinti – 4420 eurų: 2600 eur. pradinė suma ir 1820 eur. pinigai projekto pratęsimui.

Projektas įgyvendintas 2022 m. rugsėjo - 2022 m. gruodžio mėnesiais.

Mankštos vandenyje buvo skirtos 60+ metų vyrams ir moterims, užsiėmimai vyko Druskininkų sveikatinimo ir poilsio centre AQUA. Projekto metu suorganizuota 17 užsiėmimų, kuriuose dalyvavo 40 asmenų.

4. „Sveikos gyvensenos įgūdžių formavimas ir psichikos sveikatos gerinimas“

Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biuras kartu su partneriais Ignalinos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuru ir Elektrėnų savivaldybės visuomenės sveikatos biuru įgyvendina projektą „Sveikos gyvensenos įgūdžių formavimas ir psichikos sveikatos gerinimas“. Projekto tikslas – teikti poreikius atitinkančias kokybiškas ir prieinamas jaunimui palankias sveikatos priežiūros paslaugas (JPSPP) bei paskatinti jaunos žmones rinktis sveikesnį gyvenimo būdą projekte numatytų savivaldybių teritorijose (Druskininkų, Zarasų, Ignalinos ir Elektrėnų). Siekiant numatytojo tikslo bus teikiamos jaunimui (14–29 m.) palankios, konfidencialios paslaugos, padedančios stiprinti fizinę ir psichinę sveikatą, bus prisidedama prie sveikos gyvensenos įpročių skatinimo, siekiant sumažinti jaunų žmonių sergamumą bei tikslingai spręsti jaunimui susirūpinimą keliančias problemas. Tam tikslui įdiegėme JPSPP modelį savivaldybėje, įdarbinome jaunimo koordinatorių ir psichologą. Projektas finansuojamas iš Europos sąjungos struktūrinių fondų lėšų, projekto suma, skirta Druskininkų savivaldybės visuomenės sveikatos biurui – 49 997,68 eur. Projekto trukmė – 2 metai. Per 2022 metus biuras įsisavino 14 900,38 eur. projekto lėšų.

5. „Sveikos gyvensenos formavimas Druskininkų savivaldybės bendruomenėse“

2022 metais baigėme vykdyti projektą „Sveikos gyvensenos formavimas Druskininkų savivaldybės bendruomenėse“ NR. DRUS. LEADER-6B-V-7-5-2020.

Projekto biudžetas – 21 052, 63 eur, iš kurių 17 000 eur. Europos žemės ūkio fondo kaimo plėtrai lėšos, 3 000 eur. Valstybės biudžeto lėšos ir 1 052,63 eur. Savivaldybės biudžeto lėšos. Per 2022 metus biuras panaudojo 10 706,36 eur. Veiklos finansuojamos EŽŪFKP ir Lietuvos Respublikos

valstybės biudžeto bei Druskininkų savivaldybės lėšomis pagal Druskininkų vietos veiklos grupės teritorijos vietos plėtros 2015-2020 m. strategiją“.

Projekto tikslas: formuoti Leipalingio ir Viečiūnų seniūnijų gyventojų sveiką gyvenseną, didinti jų dalyvavimą aktyviose veiklose, sveikatinimo programose bei skatinti bendradarbiavimą savanoriškose veiklose.

Projekto metu suorganizuoti 131 sporto ir sveikos gyvensenos užsiėmimai skirtingo amžiaus grupių asmenims, dvi 2-iejų dienų „Sveiko judesio“ vasaros stovyklos šeimoms, 60-iai žmonių. Taip pat 2-iejų dienų bendruomenių dviračių žygis po Druskininkų apylinkes. Projekto pabaigoje vainikavo sveikos gyvensenos patirties pasidalijimo konferencija, su kuria užbaigėme sėkmingai projektą.

IX. BENDRADARBIAVIMAS

Atsižvelgiant į tai, kad visuomenės sveikatos priežiūros paslaugos iš dalies yra įvairių įstaigų ir organizacijų veiklos dalis, siekiama plėtoti sveikos gyvensenos, fizinio aktyvumo mokymo ir ugdymo veiklos bendradarbiavimo. Visuomenės sveikatos biuras bendradarbiauja su Nacionaliniu visuomenės sveikatos centru, Druskininkų pirminės sveikatos priežiūros centru, Druskininkų miesto savivaldybės administracijos Švietimo ir asmens visuomenės sveikatos skyriumi, Druskininkų ugdymo įstaigomis, Druskininkų sav. bendruomenėmis, Druskininkų jaunimo užimtumo centru, VšĮ Druskininkų socialinių paslaugų centru, Alytaus apskrities vyriausiojo policijos komisariatu, Kauno apygardos probacijos tarnyba, VšĮ Druskininkų sporto centru, Druskininkų turizmo ir verslo informacijos centru, Druskininkų kultūros centru, Druskininkų miesto biblioteka, Druskininkų miesto muziejus, Druskininkų ligoninė, Druskininkų savivaldybės seniūnijomis, Lietuvos pensininkų sąjungos „Bočiai“ Druskininkų miesto bendrija.