

ALYTAUS RAJONO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATO BIURAS

2020 METŲ MOKSLEIVIŲ SVEIKATOS ŽINIŲ TESTO ANALIZĖ

Parengė: Alytaus rajono savivaldybės
Visuomenės sveikatos biuro
visuomenės sveikatos stebėsenos specialistė
Ieva Dudavičienė

Alytus, 2020

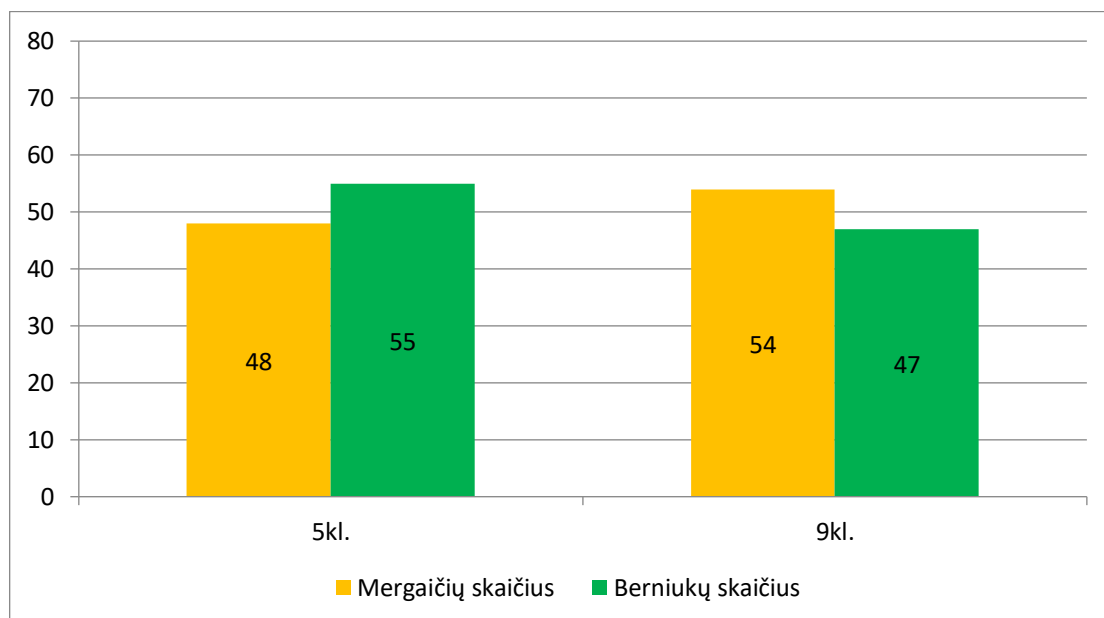
2020 METŲ MOKSLEIVIŲ SVEIKATOS ŽINIŲ TESTO ANALIZĖ

Moksleivių sveikatos ugdymas vystosi įvairioje aplinkoje: mokykloje, šeimoje, bendruomenėje. Sveikatos ugdymas nuo ankstyvos vaikystės efektyviai padeda jaunuoliui augti sveikam, įgyti praktinių įgūdžių, leidžiančių prieinamomis priemonėmis nuolat stiprinti sveikatą, priimti teisingus sprendimus ir atsakomybę bei rūpintis savo ir aplinkinių sveikata. Būtina išlaikyti ją kiek įmanoma geresnę kritinėse situacijose, naudotis naujausia visuomenei teikiama informacija apie sveikatos išsaugojimą ir jos stiprinimą. Pagrindinis šio ugdymo tikslas yra mokyti vaikus sveikos gyvensenos įpročių [1].

Alytaus rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro vienas iš prioritetinių uždavinių yra vykdyti vaikų ir jaunimo sveikatos priežiūrą, organizuojant ir įgyvendinant priemones, susijusias su sveikatos stiprinimu, ligų ir traumų profilaktika.

Norint įvertinti Alytaus rajono mokyklose vykdomų sveikatos priežiūros veiklų našumą, devintus metus iš eilės buvo atliekamas penktų ir devintų klasių moksleivių sveikatos žinių vertinimas. Tyrimo instrumentas buvo klausimynas, sudarytas remiantis moksline literatūra. Klausimai susiję su mityba, fiziniu aktyvumu, asmens higiena ir kitomis su sveikata susijusiomis temomis. Jį sudarė 10 klausimų, moksleiviai turėjo pasirinkti teisingus atsakymų variantus.

2020 metais sveikatos žinių testą sprendė 204 Alytaus rajono ugdymo įstaigų 5 ir 9 klasių moksleiviai (1 pav.). Lyginant su praėjusiais metais tyrimo imtis nežymiai padidėjo 6,8 proc.



1 pav. 2020 m. moksleivių pasiskirstymas pagal lytį ir klasę.

Atsižvelgiant į bendrus testo rezultatus, pastebima, jog devintokai į klausimus atsakinėjo geriau ir pateikė daugiau teisingų atsakymų (penktokai vidutiniškai teisingai atsakė į 37,7 proc. pateiktų klausimų, o devintokų tarpe šis skaičius siekia 50,6 proc.).

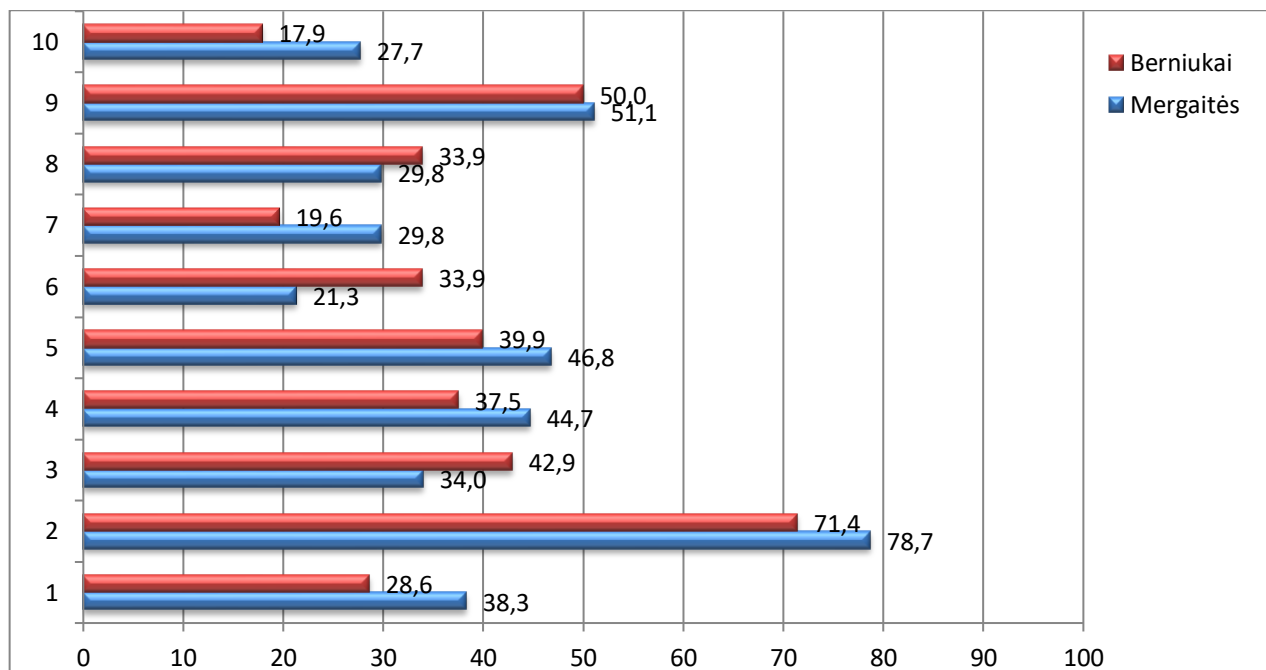
Atlikus duomenų analizę paaiškėjo, jog penktokai, taip pat kaip ir praėjusiais metais, daugiausiai teisingų atsakymų pateikė apie askarides ir sveikatai palankius riebalus. Lyginant pastarųjų klausimų rezultatus su praėjusiais metais, rezultatai išliko panašūs (2019 m. – 76,0 proc. ir 55,0 proc., 2020 m. – 72,6 proc. ir 49,1 proc.). Lyginant rezultatus su praėjusiais metais pastebėtina, kad šiais metais 1,7 kartus daugiau mokinių neteisingai atsakė į klausimą apie fizinio aktyvumo rekomenduojamą laiką vaikams per dieną. Daugiausiai neteisingų atsakymų penktokai pažymėjo apie antibiotikus ir priežastis dėl kurių silpnėja regėjimas (1 lentelė).

1 lentelė. 2020 m. penktokų sveikatos žinių testo rezultatai, proc. (n=103)

Eil. nr.	Klausimai	Teisingai, proc.	Neteisingai, proc.
1.	Kurie teiginiai apie utėles teisingi?	32,1	67,9
2.	Askaridė – tai...	72,6	27,4
3.	Priklausomybę gali sukelti (pažymėti visus teisingus teiginius)	37,7	62,3
4.	Pasyvus rūkymas, tai...	39,6	60,4
5.	Kiek kartų per metus rekomenduojama apsilankyti pas odontologą?	41,5	58,5
6.	Per parą vaikams rekomenduojama mankštintis ne mažiau kaip:	27,4	72,6
7.	Pažymėti visas priežastis, dėl kurių silpnėja regėjimas?	23,6	76,4
8.	Angliavandeniai svarbus energijos šaltinis. Daugiausia jų galime rasti šiuose išvardintuose produktuose:	31,1	70
9.	Jūsų nuomone, kurie riebalai yra sveikiausi?:	49,1	50,9
10.	Antibiotikais gydomos ligos, kurias sukelia:	21,7	78,3

 - daugiausiai teisingų atsakymų  - daugiausiai neteisingų atsakymų

Analizuojant penktokų teisingų atsakymų pasiskirstymą pagal lytį, paaiškėjo, kad jaunesnių mergaičių žinios apie sveikatą yra nežymiai geresnės nei tokio paties amžiaus berniukų. Berniukų teisingų atsakymų vidurkis siekė 33,1 proc., mergaičių – 41,1 proc. (2 pav.), visgi daugiau teisingų atsakymų apie priklausomybes, fizinį aktyvumą ir angliavandenius pažymėjo berniukai.



2 pav. 2020 m. penktokų teisingų atsakymų pasiskirstymas pagal lytį, proc. (berniukai=55, mergaitės=48)

Lietuvoje atlikti 15-16 metų amžiaus moksleivių tyrimai rodo, kad šalyje plinta tiek rūkymas, tiek alkoholinių gėrimų vartojimas [2]. Visgi, šiais laikais, kai vaikai vis daugiau laiko praleidžia prie išmaniųjų telefonų, kompiuterių, atsiranda naujos priklausomybių rūšys, kryptys. Žaidimai internetu dabar jau tapo kiekvieno jaunuolio kasdienybe. Piktnaudžiavimas kompiuteriniais žaidimais, ne retai tampa padidėjusio agresyvumo, suprastėjusių bendravimo įgūdžių, bei impulsyvumo priežastimi. Moksliniais tyrimais įrodyta, kad priklausomybė kompiuteriniams žaidimams tapo nauju šio laikmečio reiškiniu [3]. Moksleiviai dažnai nepripažįsta, kad kompiuteriniai žaidimai, energetiniai gėrimai gali sukelti priklausomybę, dažnai priklausomybių sąvoką jie sieja su psichotropinių medžiagų ar tabako vartojimu. Tai puikiai atsispindi ir penktokų atsakymuose apie priklausomybes. Penktokai geriausiai žino, kad priklausomybę gali sukelti narkotikai, alkoholis ir rūkymas, šiuos atsakymų variantus pažymėjo virš 80 proc. moksleivių. Prasčiau moksleiviams sekėsi pažymėti internetą (52,4 proc.) ir energetinius gėrimus (47,6 proc.). Visgi, lyginant pernai metų rezultatus matome, kad internetą, kaip vieną iš priklausomybę sukeliančių dalykų pasirinko 1,4 kartus daugiau moksleivių. Apskritai į šį klausimą teisingai atsakė ir pasirinko visus variantus tik 37,7 proc. penktokų.

Moksliniais straipsniais įrodyta, kad sveiki mitybos įpročiai susiformuoja dar vaikystėje, todėl ypatingai svarbu juos diegti ir formuoti būtent šiame periode. Kadangi 50 proc. mūsų sveikatos priklauso nuo gyvensenos, labai svarbu, kad kasdienė mityba atitiktų pagrindinius principus ir taisykles. Baltymų, riebalų ir angliavandenių, gaunamų su maistu, santykis turėtų būti lygus 1:1:4–6 [4]. Pirmoje lentelėje

galime matyti, kad tik trečdalis (31,1 proc.) penktokų teisingai pažymėjo maisto produktus, kuriuose yra daugiausiai angliavandenių. Lyginant su praeitais metais teisingai pasirinkusiųjų procentas išliko beveik nekitęs (2019 m. – 30 proc.).


Pasaulio sveikatos organizacijos (PSO) duomenimis, kiekvienais metais pasyvus rūkymas nužudo per 600 tūkst. žmonių. Beveik trečdalis jų – vaikai. Smilkstančios cigaretės dūmuose yra didesnė vėžį sukeliančių ir kitų sveikatai pavojingų medžiagų koncentracija nei aktyvaus rūkymo metu, per cigaretės filtrą į plaučius traukiamuose dūmuose [5]. Penktokų klausėme ar apskritai jie žino šią sąvoką ir kas yra pasyvus rūkymas. Teisingai atsakymą pasirinko 39,6 proc. respondentų. Peržiūrėjus praeitų metų rezultatus galime pasidžiaugti, jog žinančių apie pasyvų rūkymą procentas padidėjo (2019 m. – 30 proc.).


Lietuvoje dantų ėduonies problemos yra plačiai paplitusios: net 94 proc. šešiamečių vaikų jau turi ėduonies pažeistus dantis. Dar labiau pažeisti yra vyresnių vaikų dantys. Ėduonis yra paveikus nuo 69 iki 98 proc. dvylikamečių ir nuo 84 iki 100 proc. penkiolikamečių dantų [6]. Labai svarbu tinkamus burnos higienos įgūdžius ir žinias gilinti nuo pat mažų dienų, todėl kiekvienais metais organizuojami užsiėmimai, vaikai mokomi, kaip taisyklingai valytis ir prižiūrėti dantis. 2020 m. sveikatos žinių testo duomenys rodo, jog 41,5 proc. penktokų (2019 m. – 40 proc.) žino kiek kartų per metus rekomenduojama apsilankyti pas odontologą (1 lentelė).

Atlikus devintokų sveikatos žinių testo rezultatų analizę paaiškėjo jog devintokai, kaip ir pernai metais, daugiausiai teisingų atsakymų pažymėjo klausimuose apie mažakraujystę (2019 m. – 70,3 proc., 2020 m. – 67,3 proc.), narkotines medžiagas (2019 m. – 61,5 proc. 2020 m. – 72,5 proc.), ląstelieną (2019 m. – 51,6 proc. 2020 m. – 59,4 proc.) (2 lentelė). Mažiausiai teisingų atsakymų moksleiviai pažymėjo apie antibiotikus - 32,7 proc., lyginant su pernai metais, teisingai atsakiusiųjų respondentų procentas beveik nepasikeitė (2019 m. – 30,8 proc.). Taip pat mažiau nei pusė moksleivių teisingai atsakė į klausimus apie pirmąją pagalbą įgėlus bitei (49,5 proc), skydliaukei reikalingą mikroelementą (36,6 proc.), angliavandenius (40,2 proc.) ir pasyvų rūkymą (40,6 proc.). Galime pasidžiaugti, kad šiemet net 3,6 kartus daugiau devintokų teisingai atsakė į klausimą apie asmens higieną ir žinojo, kaip dezodorantai veikia prakaitavimą (2019 m. – 15,4 prc., 2020 m. – 55,4 proc.).

2 lentelė. 2020 m. devintokų sveikatos testo rezultatai, proc. (n=101)

Eil. nr.	Klausimai	Teisingai, proc.	Neteisingai, proc.
1.	Kuris teiginys apie energiniu gėrimus yra neteisingas?	50,5	49,5
2.	Kaip elgtis įgėlus bitei?	49,5	75,8
3.	Kas yra ląsteliena (skaidulinės medžiagos) ir kokia jų nauda organizmui?	59,4	40,6
4.	Kaip dezodorantai ir antiperspirantai veikia prakaitavimą?	55,4	44,6
5.	Pažymėkite atsakymus, kurie apibūdina narkotines medžiagas:	72,5	27,5
6.	Angliavandeniai – svarbus energijos šaltinis. Daugiausia jų galime rasti šiuose išvardintuose produktuose:	40,2	59,8
7.yra pagrindinis mikroelementas, būtinas normaliai skydliaukės hormonų funkcijai palaikyti. Daugiausia jo yra žuvyje, jūros kopūstuose, moliukuose. Koks tai elementas?	36,6	63,4
8.	Antibiotikais gydomos ligos, kurias sukelia:	32,7	67,3
9.	Pasyvus rūkymas, tai...	40,6	49,4
10.	Per mažas raudonųjų kraujo kūnelių ir/arba hemoglobino kiekis kraujyje dažnai organizme sukelia ligą, kuri vadinama...	67,3	32,7

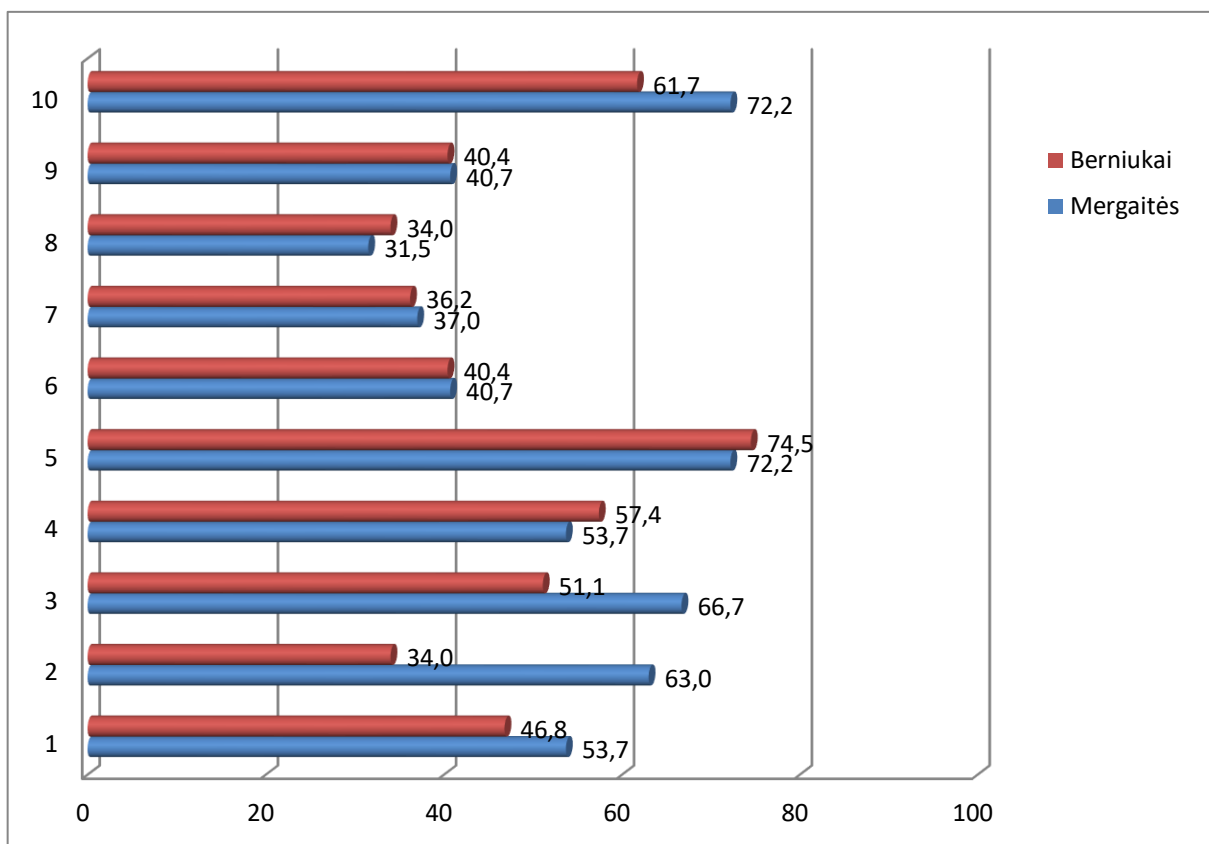
 -daugiausiai teisingų atsakymų

 -daugiausiai neteisingų atsakymų

Didėjant įvairių infekcinių ligų sukėlėjų atsparumui antibiotikams, džiugina po truputį gerėjančios žinios, kokių sukėlėjų sukeltos ligos gydomos antibiotikais (30,8 proc. - 2019 m., 32,7 proc. – 2020 m. (2 lentelė).

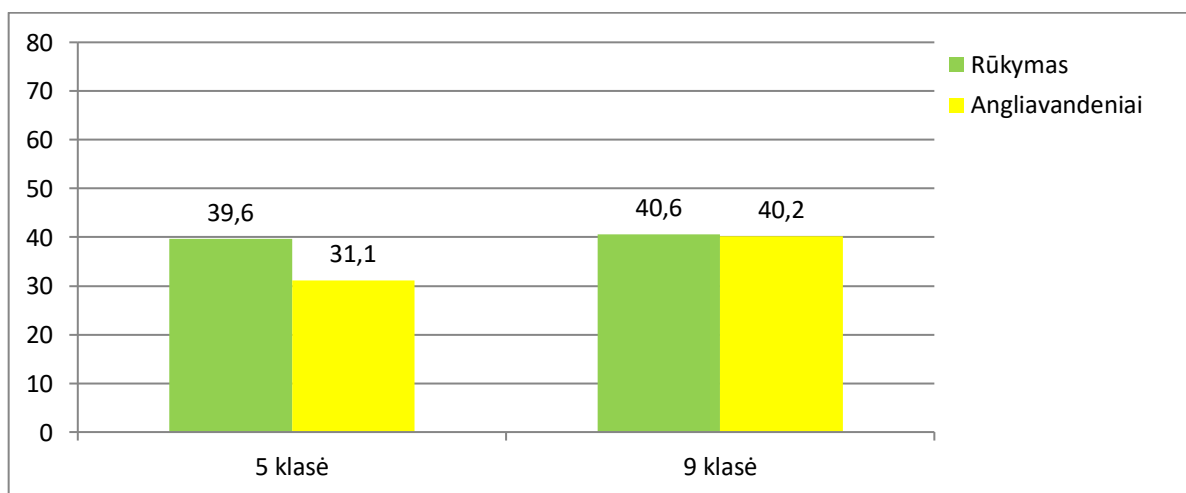
Apžvelgiant devintos klasės moksleivių testo rezultatus pagal lytį, pastebėta, kad berniukų ir mergaičių žinios apie sveikatą yra panašios: berniukų bendras teisingų atsakymų vidurkis siekia 47,6 proc., mergaičių – 53,1 proc. Moksleivių teisingų atsakymų pasiskirstymas pagal lytį pavaizduotas 3 paveikslėlyje. Galime matyti, kad mergaitės pateikė ženkliai daugiau teisingų atsakymų apie pagalbą po bičių įgėlimo (1,9 kartus daugiau) ir jos turėjo daugiau žinių apie ląstelieną (1,3 kartus), lyginant praeitų metų rezultatus, skirtumas šių klausimų grupėse nepastebėtas. Kitų klausimų atsakymai skyrėsi nežymiai, todėl galima teigti, kad šių devintokų sveikatos žinioms lytis įtakos neturi.

3 pav. 2020 m. devintokų teisingų atsakymų pasiskirstymas pagal lytį, proc. (berniukai=47, mergaitės=54)



Norint palyginti penktokų ir devintokų turimas žinias į klausimyną visiems respondentams buvo įtraukti du vienodi klausimai. Pirmas klausimas buvo apie pasyvų rūkymą, kitas apie angliavandenius. Moksleivių atsakymų pasiskirstymą pagal klases galima pamatyti 4 paveikslėlyje.

4 pav. 2020 m. teisingų atsakymų pasiskirstymas pagal klases, proc.



Iš paveikslėlio duomenų galime matyti, kad devintokų ir penktokų atsakymai apie pasyvų rūkymą beveik nesiskyrė, tačiau vyresni mokiniai pateikė daugiau teisingų atsakymų žymėdami produktus, kuriose yra angliavandenių. Įvertinus visus duomenis darytina išvada, kad respondentų žinios apie sveikatą yra kintančios ir nepastovios. Jeigu vienais metais sveikatos žinias pavyko patobulinti vienoje srityje, nėra garantijos, kad kitais metais jos nesuprastės. Tam reikalingas nepertraukiamas ir visapusiškas sveikatos ugdymas.

Kasmetinis sveikatos žinių klausimynas leidžia išvelgti, kokiose sveikatos srityse tiek jaunesnių, tiek vyresnių klasių mokiniams dar reikėtų pagilinti žinias. Atsižvelgiant į tai, organizuojami ir vykdomi renginiai įvairiomis sveikatos temomis, ruošama dalomoji medžiaga, rengiami mokyklų sveikatos ugdymo planai, stengiamasi atkreipti tėvų dėmesį ir analizuoti aktualius klausimus susirinkimų metu. Taip pat rengiami praktiniai užsiėmimai ir papildomos konsultacijos sveikatą stiprinančiomis temomis tikslinei grupei.

Literatūros sąrašas

1. Andrius Norkus RA. Studentų sveikatos ugdymas Lietuvos aukštosiose mokyklose: galimybės ir problemos. Studijos ŠIUOLAIKINĖJE VISUOMENĖJE. 2013.
2. Davidavičienė A.G. //Alkoholio ir kitų narkotikų tyrimo projektas Europos mokyklose (ESPAD): ESPAD tyrimo duomenys. 2013.
3. Prieiga per internetą: <https://www.prewencija.lt/pagalbos-resursai/priklausomybe-nuo-internetiniu-zaidimu/>
4. Prieiga per internetą: <http://www.smlpc.lt/media/file/Metodine%20medziaga/2014%20MOK%20rekom%20mitybos%20skatinimas%202015%2001%2012.pdf>
5. Prieiga per internetą: <https://kauno.diena.lt/naujienos/sveikata/sveikata/pasyvus-rukymas-kasmet-nuzudo-600-tukst-zmoniu-trecdalis-ju-vaikai-772854>