



Švenčionių rajono savivaldybės  
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

# Švenčionių rajono savivaldybės ikimokyklinio amžiaus vaikų elgesio ir gyvenamosios tyrimo rezultatai

Ingrida Grigonytė  
Visuomenės sveikatos stiprinimo specialistė  
2013, Švenčionys

- Lietuvos vaikų sveikata kasmet blogėja.
- Lietuvos vaikai (lyginant su kitų Europos šalių vaikais):
  - ✓ yra nelaimingesni;
  - ✓ blogiau vertina savo sveikatą.
- Lietuva pirmauja pagal savižudybių skaičių, gana plačiai paplitęs vienišumas, depresija, stresas.
- Gerą savijautą įtakoja:
  - ✓ pakankamas fizinis aktyvumas;
  - ✓ racionali mityba;
  - ✓ grūdinimasis;
  - ✓ tinkamas poilsis;
  - ✓ savitvarda;
  - ✓ ramus dvasinis pasaulis;
  - ✓ sveikatai žalingų įpročių atsisakymas.

Gera vaiko sveikata ir savijauta yra vienos svarbiausių jo normalaus vystymosi bei mokymosi prielaidų. Tik sveikas, gerai besijaučiantis vaikas gali sėkmingai prisitaikyti prie nuolat besikeičiančios aplinkos, būti aktyvus ir sėkmingai įveikti gyvenimo sunkumus.

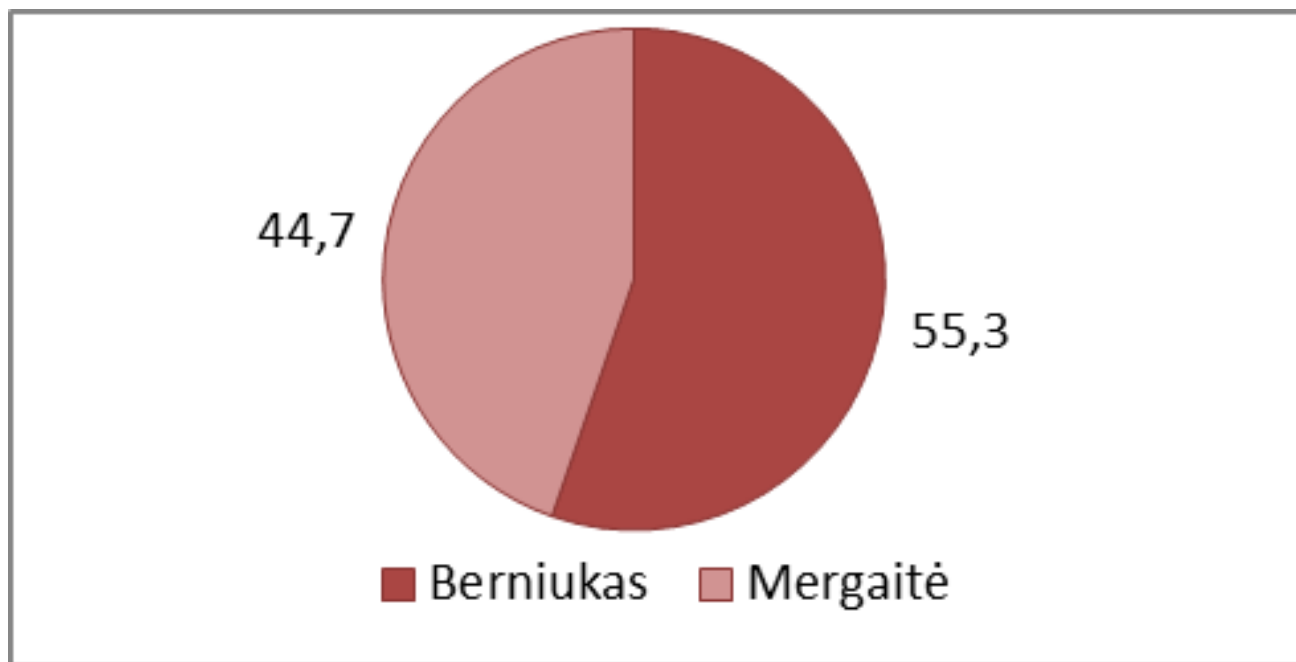
Veiksniai, lemiantys vaikų sveikatą ir savijautą:

- paveldimumas;
- fizinė aplinka;
- socialinė aplinka;
- gyvenimo būdas,
- asmeninės nuostatos ir įpročiai.

PSO: žmogaus sveikata 50 proc. priklauso nuo jo gyvenimo būdo.

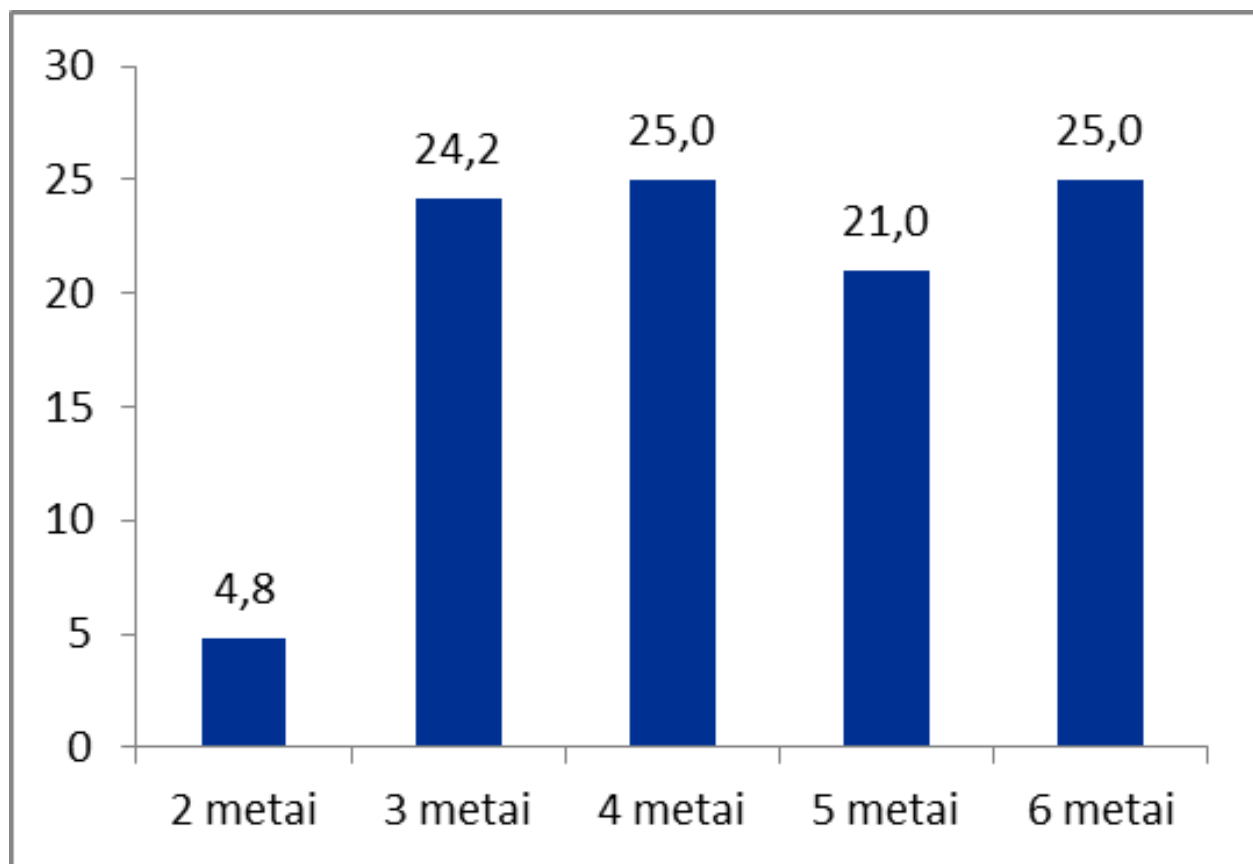
- 2011 metų gruodžio mėn. Švenčionių rajono ikimokyklinio ugdymo įstaigose atliktas vaikų elgesio ir gyvensenos tyrimas.
- Klausimyną rengė Klaipėdos universiteto Sveikatos mokslų fakulteto Visuomenės sveikatos katedra.
- Apklausti 2-6 metų amžiaus vaikų tėvai.
- Išdalinti 124 klausimynai. Grįžtamumas – 100 proc.

# Respondentų pasiskirstymas pagal lytį (proc.)



Daugiau nei pusė apklaustųjų – asmenys, auginantys vyriškos lyties vaiką. 44,7 proc. respondentų – mergaičių tėvai.

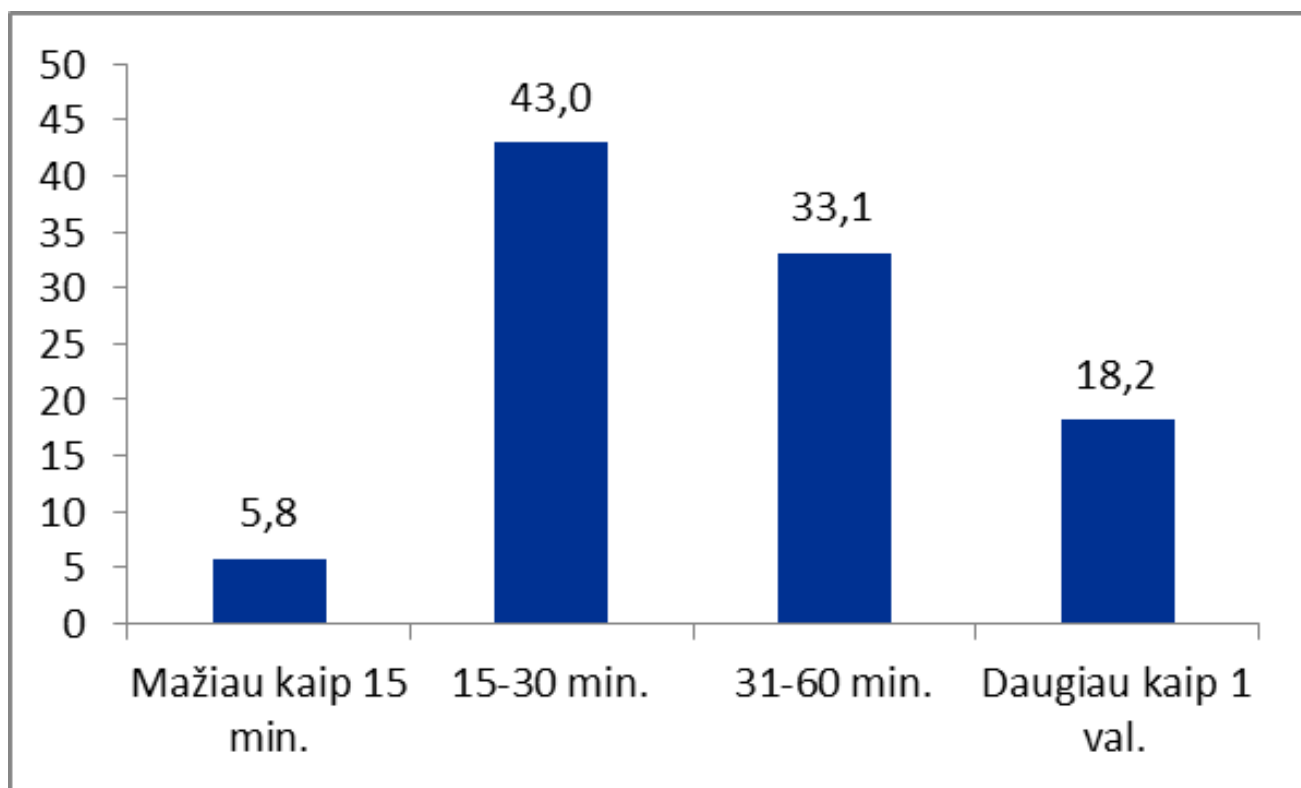
# Respondentų pasiskirstymas pagal amžių (proc.)



Daugiausia tyrime dalyvavo asmenys, kurių vaikams yra 3-6 metai.

# **FIZINIS AKTYVUMAS**

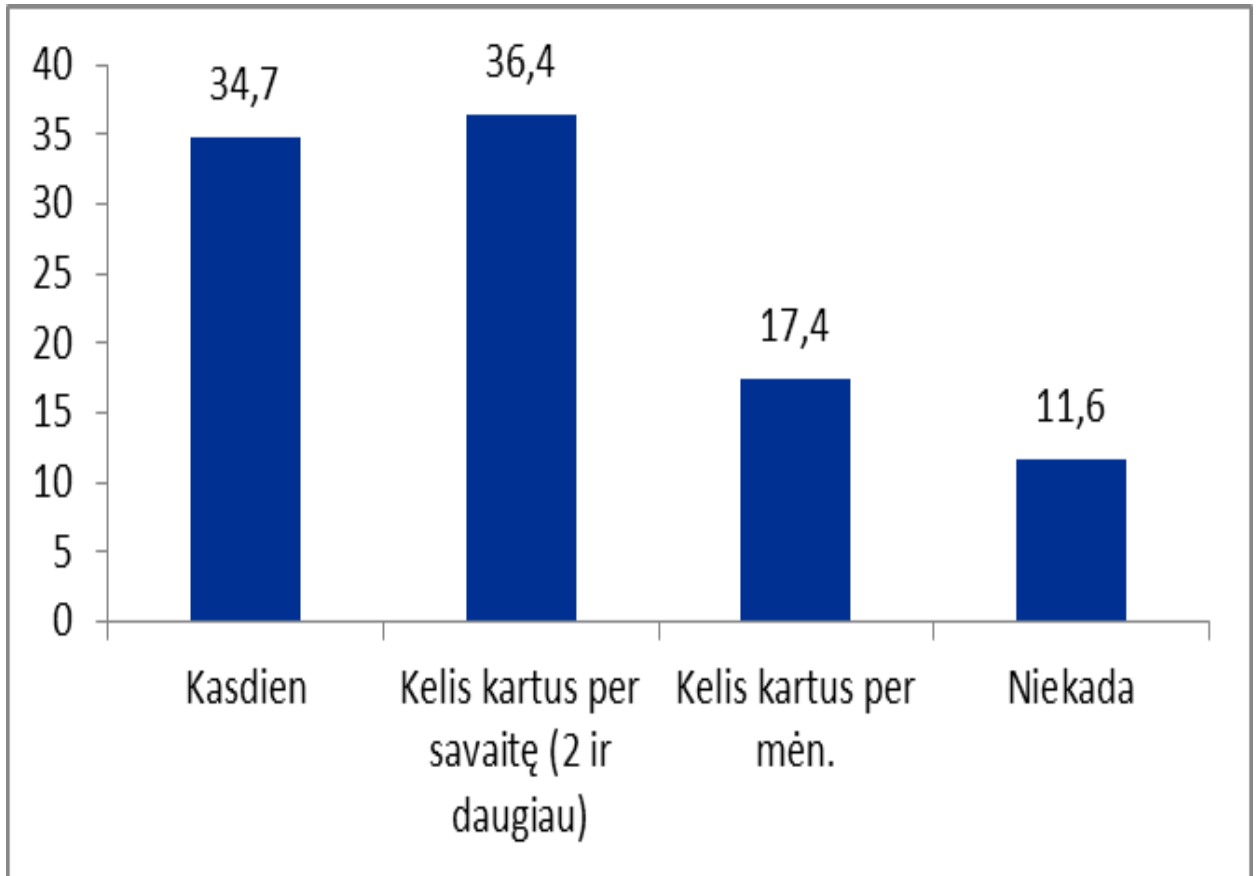
# Kiek minučių vidutiniškai per dieną Jūsų vaikas vaikšto pėsčiomis lauke?



Beveik 50 proc. vaikų per dieną vaikšto mažiau nei po 30 min. Mažiau nei penktadalio apklaustųjų vaikai yra labai aktyvūs ir vaikšto daugiau nei po 1 val. per dieną.

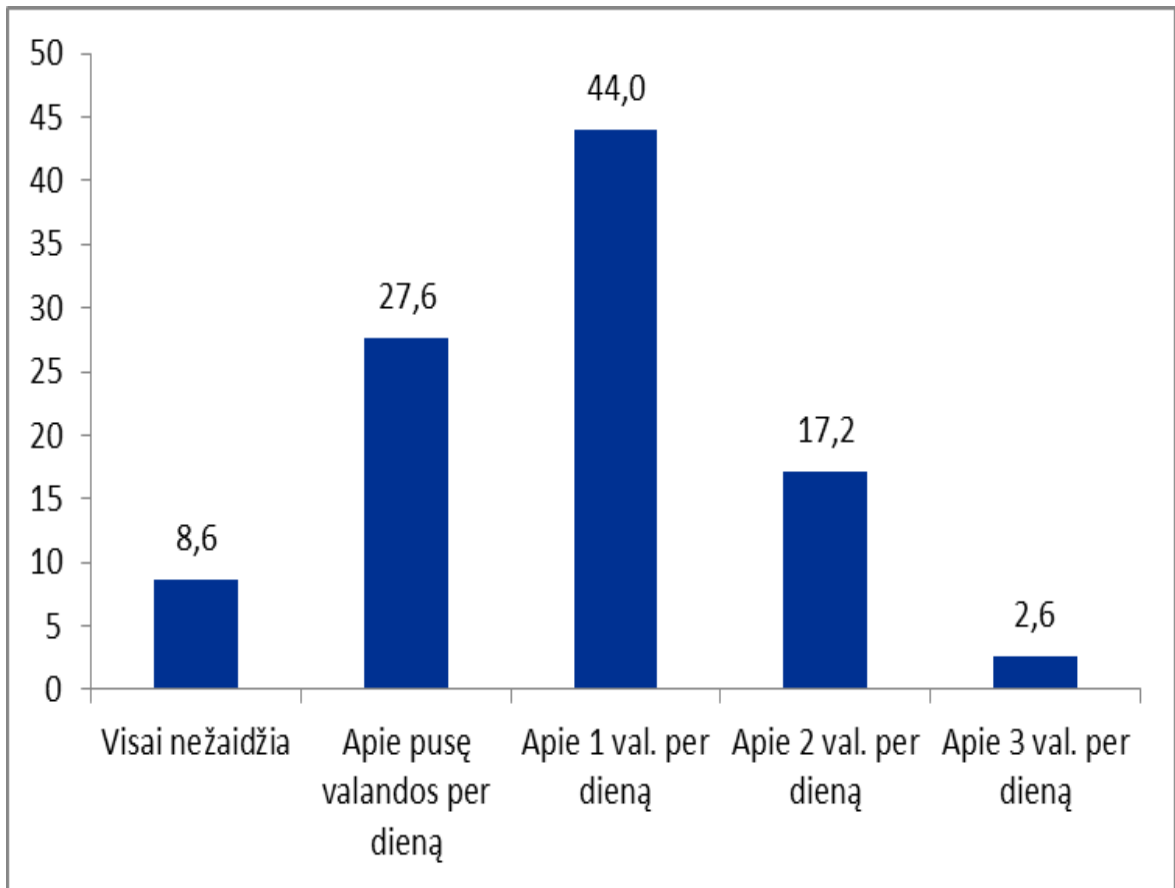


# Ar dažnai Jūsų vaikas mankština?



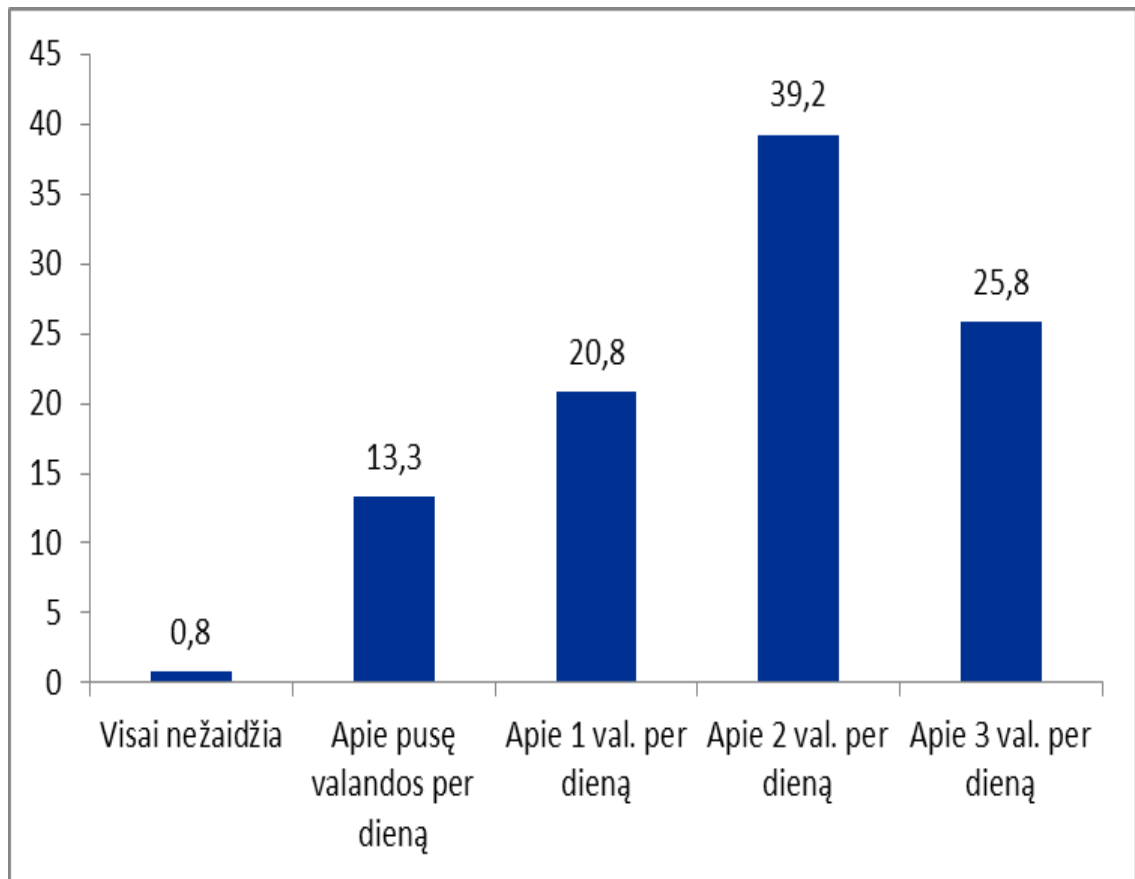
Svarbu atkreipti dėmesį į tai, kad beveik 12 proc. ikimokyklinio amžiaus vaikų visai nesimankština, trečdalis mankština kasdien ir beveik 54 proc. mankština, tačiau kur kas rečiau.

# Kiek valandų laisvalaikiu įprastai Jūsų vaikas žaidžia lauke darbo dienomis?



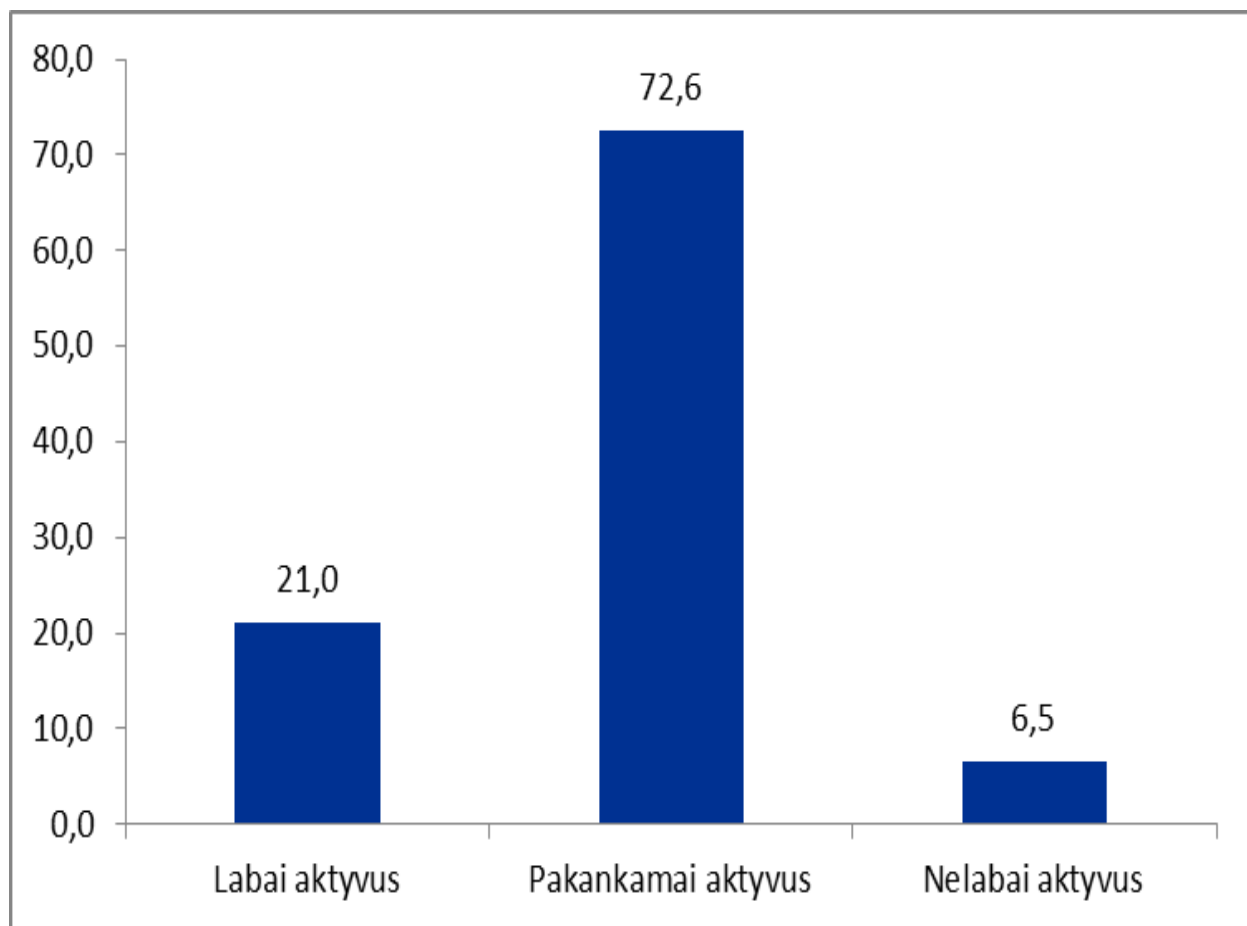
Dauguma ikimokyklinio amžiaus vaikų darbo dienomis lauke žaidžia apie 1 val. ir tik labai nedidelė dalis vaikų nežaidžia visai arba žaidžia apie 3 val. per dieną.

# Kiek valandų laisvalaikiu įprastai Jūsų vaikas žaidžia lauke savaitgaliais?



Dauguma vaikų savaitgaliais lauke žaidžia apie 2 val. ir ilgiau, tačiau daugiau nei 14 proc. vaikų žaisdami lauke praleidžia labai mažai laiko.

# Kaip manote, ar Jūsu vaikas fiziškai aktyvus?



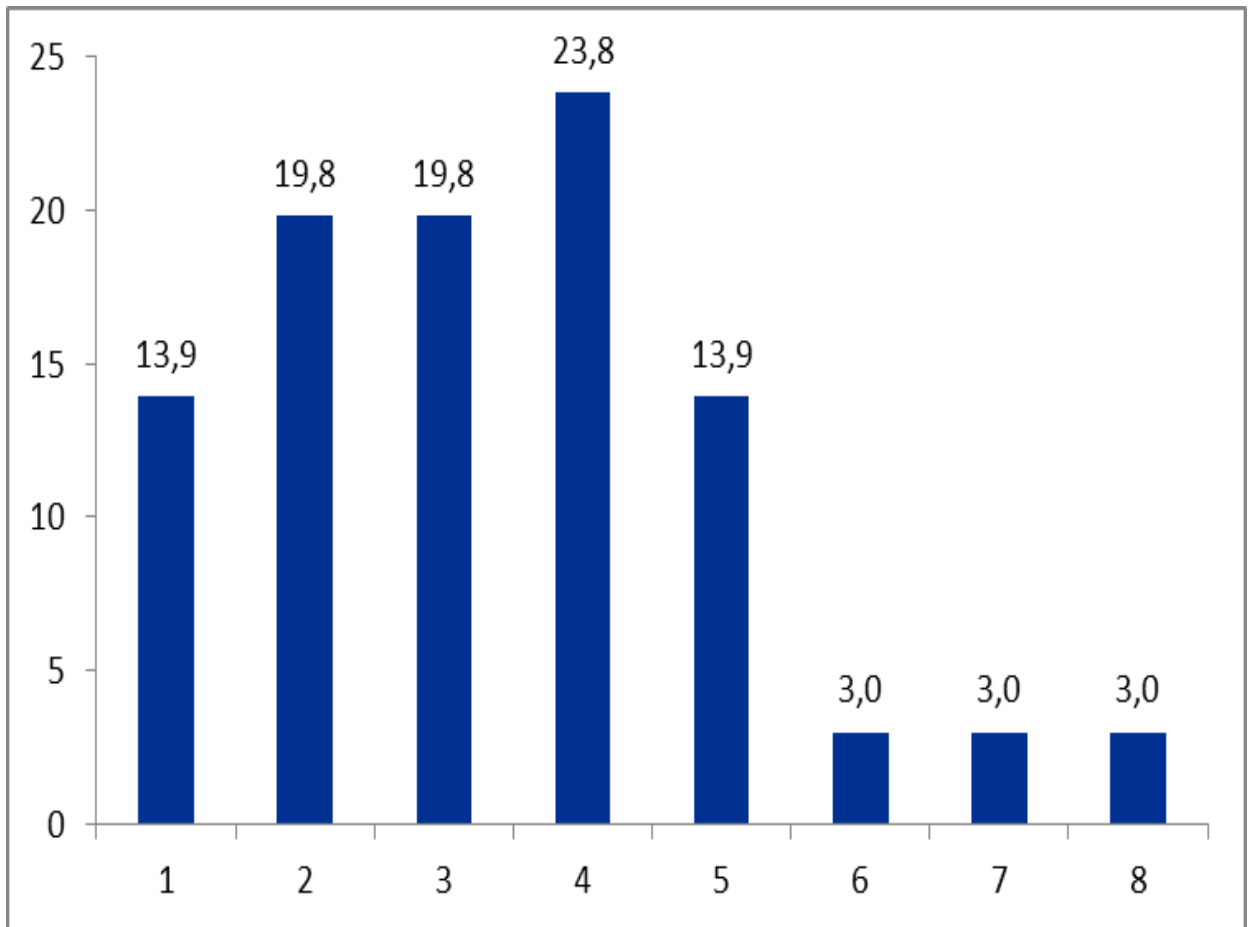
Didžioji dalis respondentų teigia, kad jų vaikai yra pakankamai aktyvūs.

**MITYBA**

# Kas Jums svarbiausia perkant maistą savo šeimai? (sunumeruoti pagal svarbą)

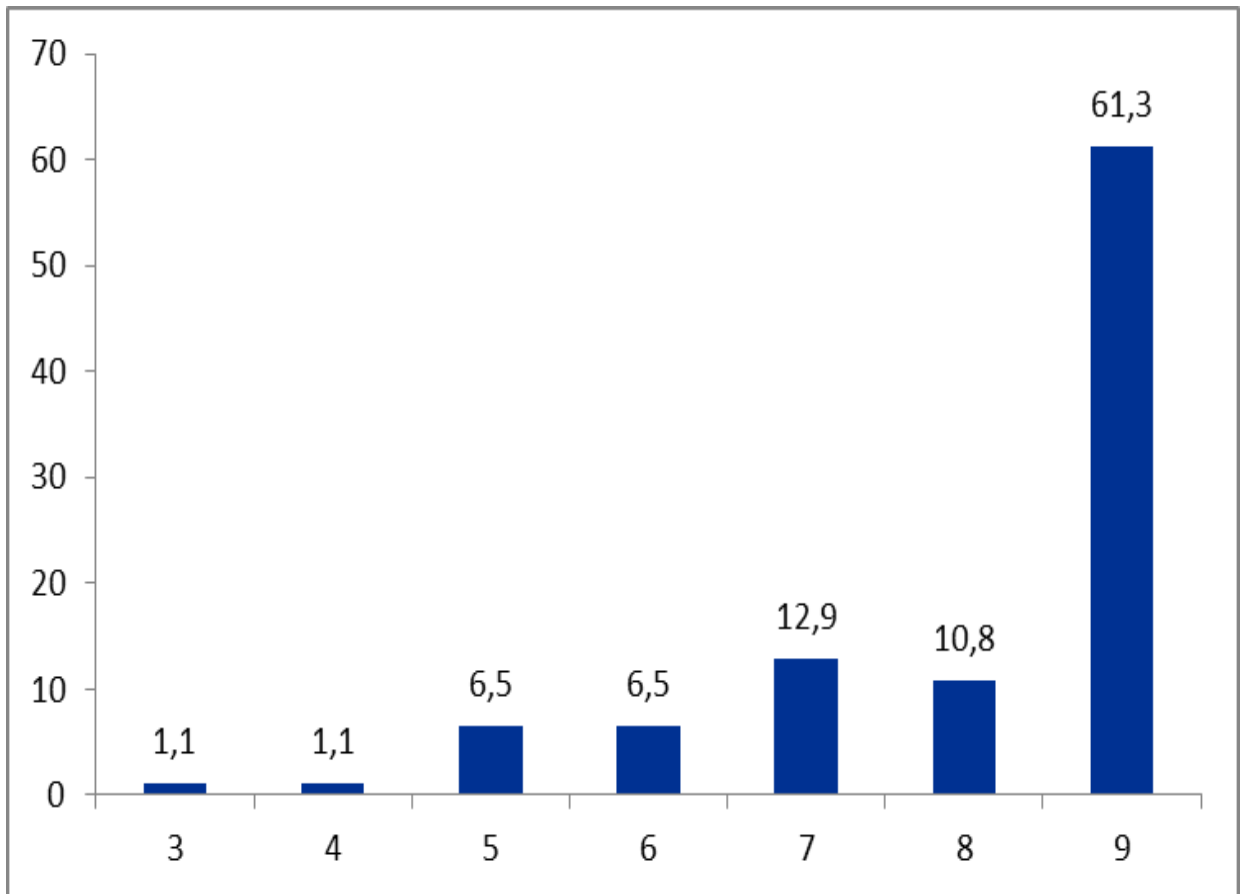
- Nauda sveikatai
- Produkto kilmė
- Šeimos mitybos įpročiai
- Gamintojas
- Skonis
- Laikas, sugaištas gaminimui
- Atstumas iki parduotuvės
- Kaina
- Reklama

# Skonis



Respondentų nuomone, skonis – vienas svarbiausių rodiklių, skatinančių pirkti tam tikrą maisto produktą.

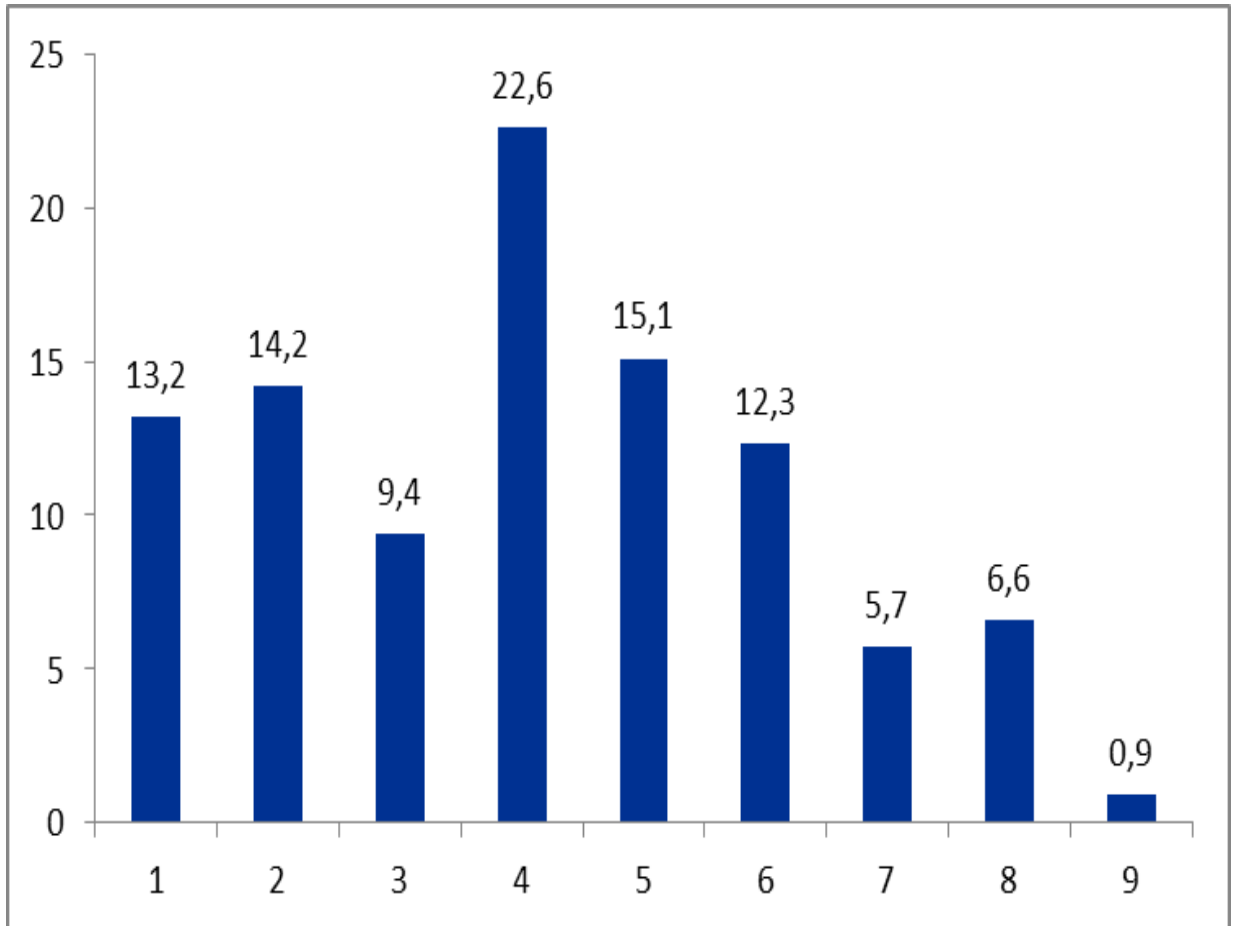
# Reklama



Reklama, tiriamųjų tarpe, mažiausiai įtakoja maisto produktų pasirinkimą.

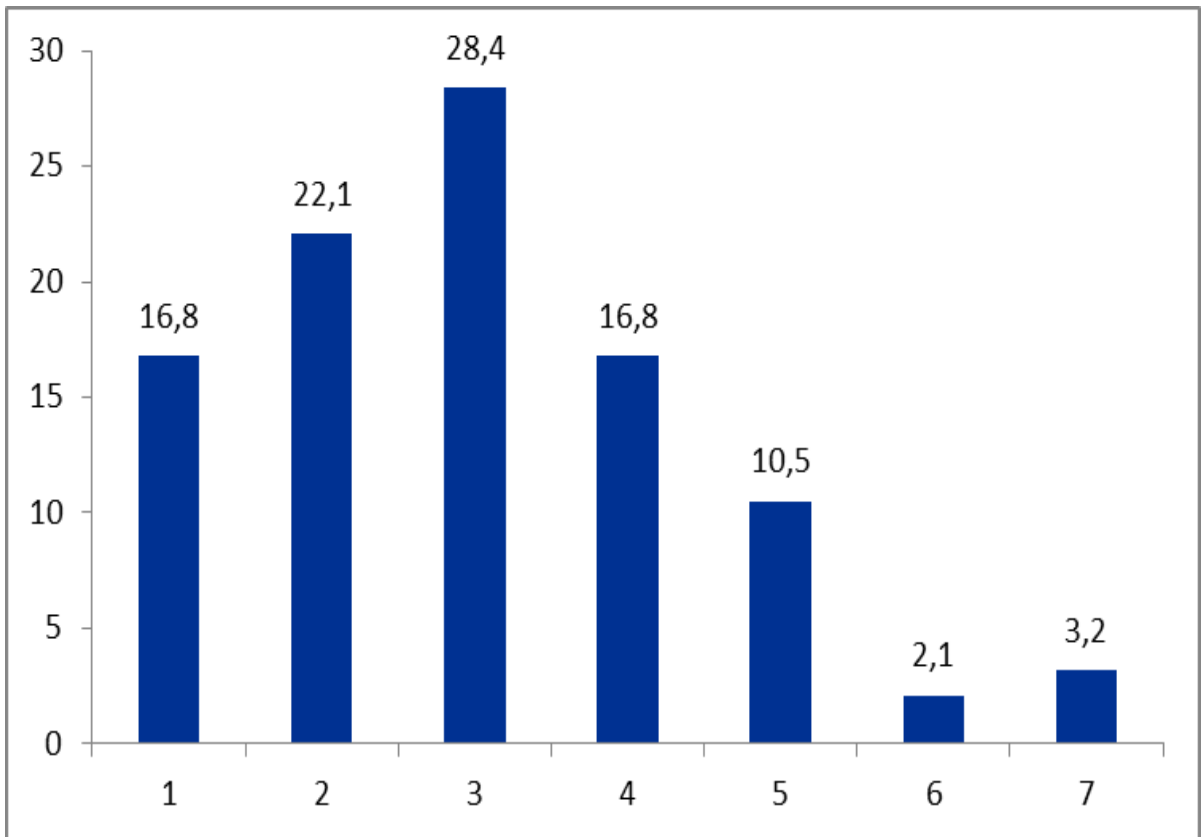


# Kaina



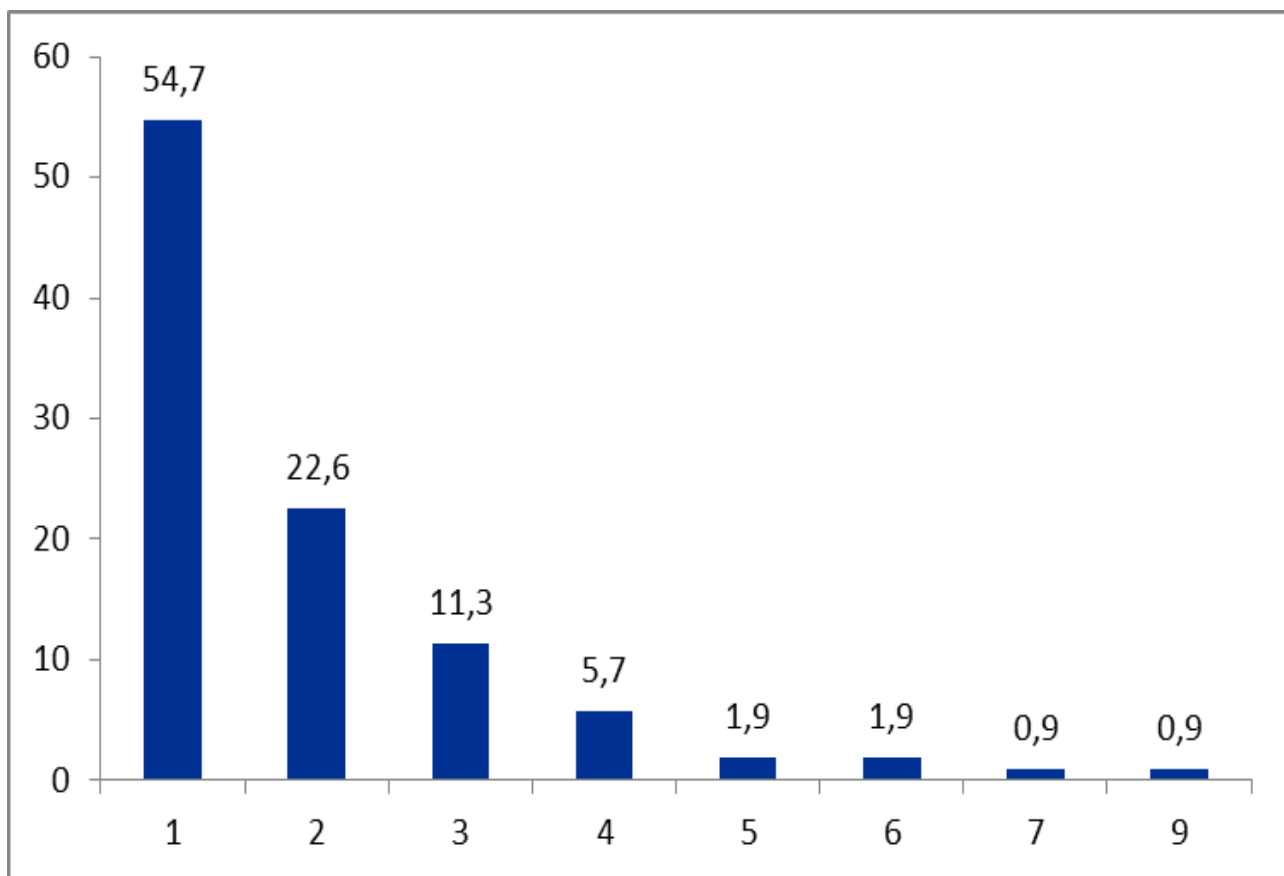
Kainos svarba renkantis maisto produktus pasiskirsto įvairiai – vieniems respondentams kaina yra vienas svarbiausių, kitiems – mažiau svarbus rodiklis.

# Šeimos mitybos įpročiai



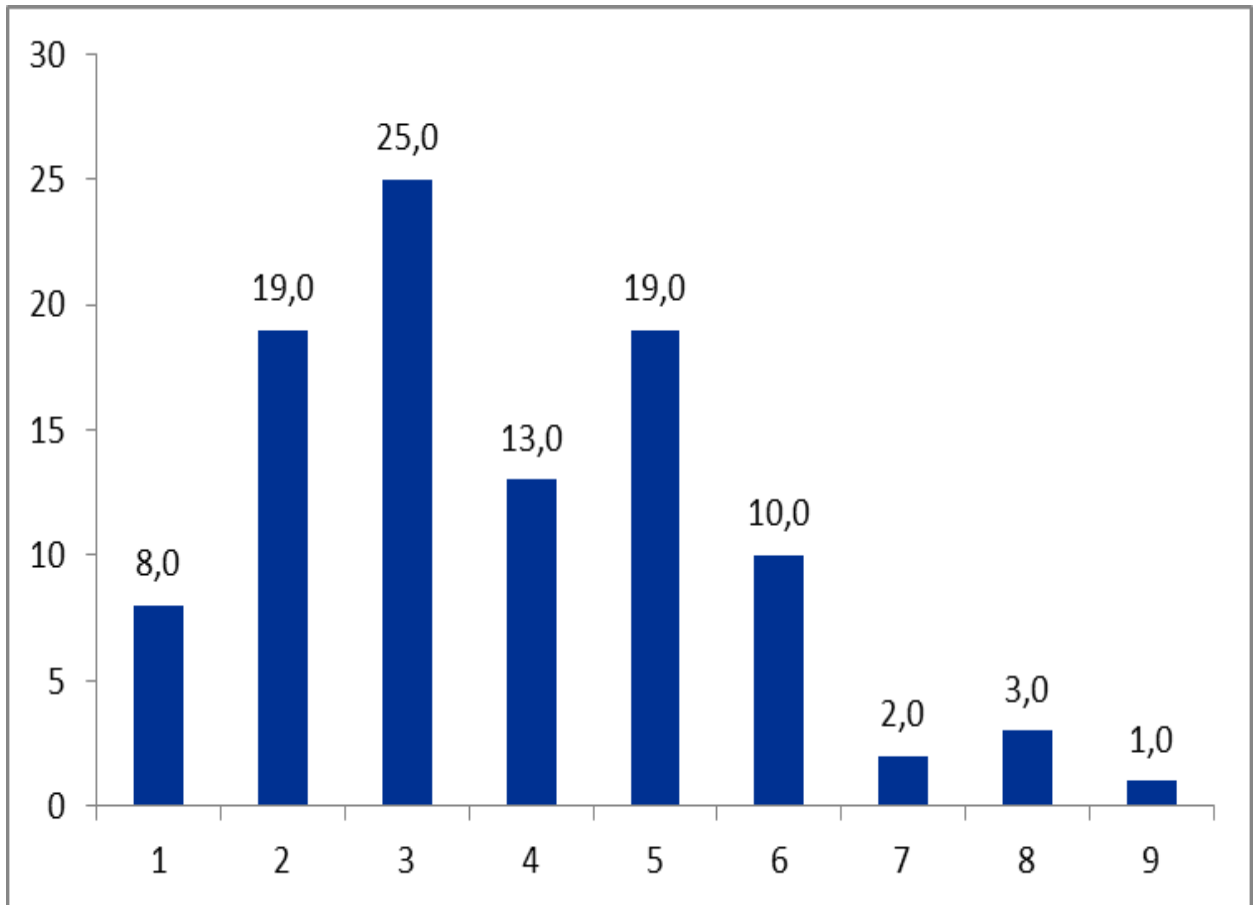
Labai svarbus aspektas kalbant apie maisto produktų pasirinkimą – šeimos mitybos įpročiai.

# Nauda sveikatai



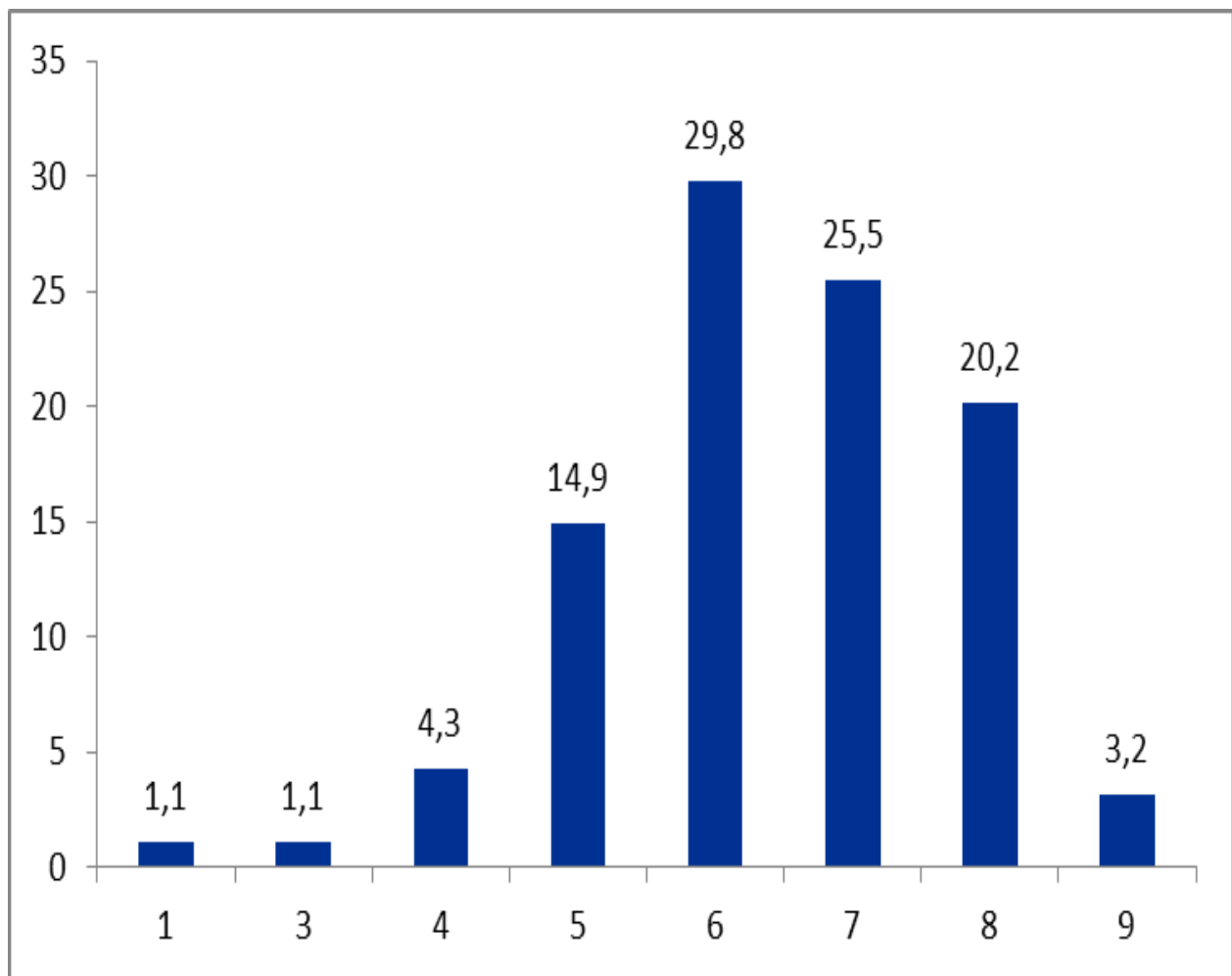
Dauguma respondentų maisto produktus renkasi atsižvelgdami į jų įtaką bei naudą sveikatai. Tai – svarbiausias veiksnys maisto gaminime.

# Produkto kilmė



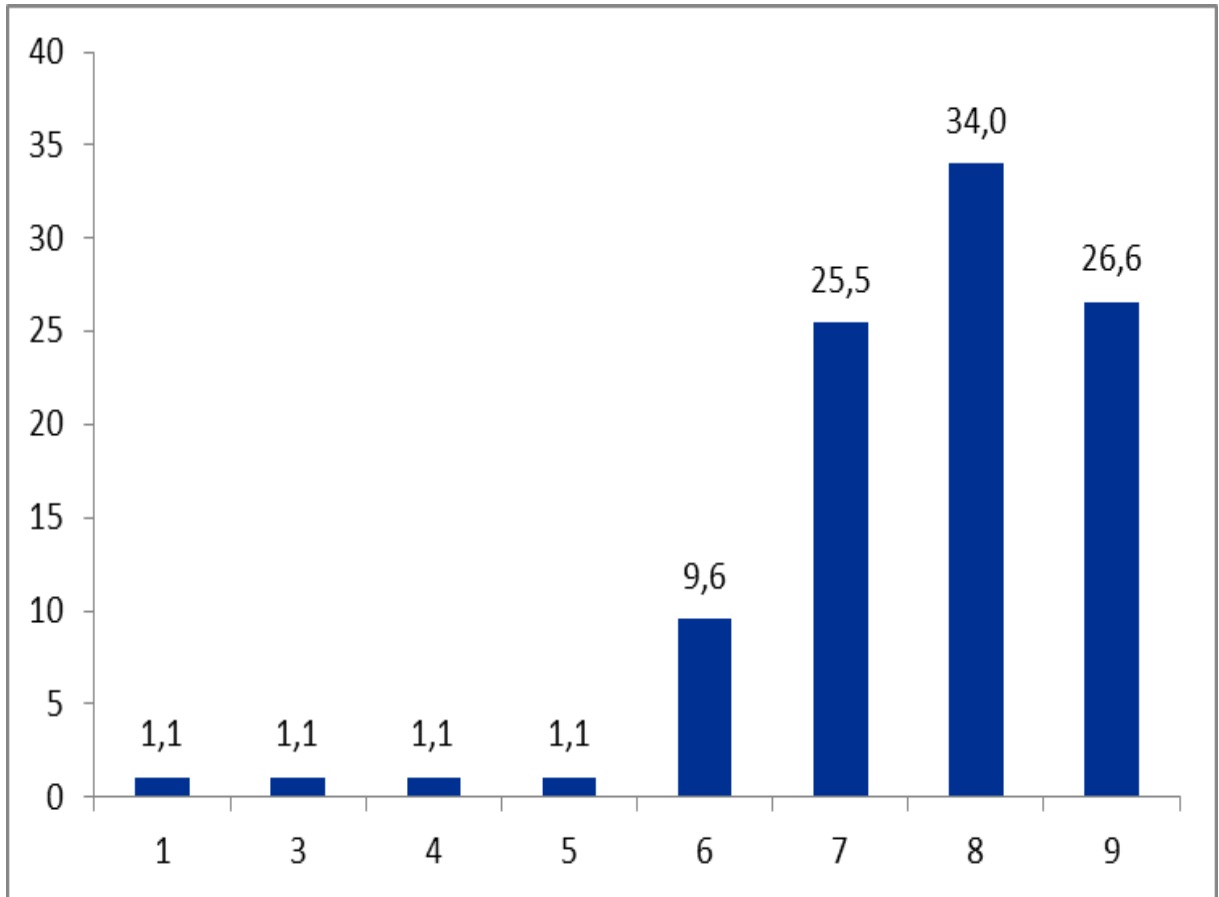
Produkto kilmei vieni respondentai teikia daugiau reikšmės, kiti – mažiau, tačiau tai yra vienas svarbesnių veiksnių renkantis maisto produktus.

# Laikas, sugaištas gaminimui



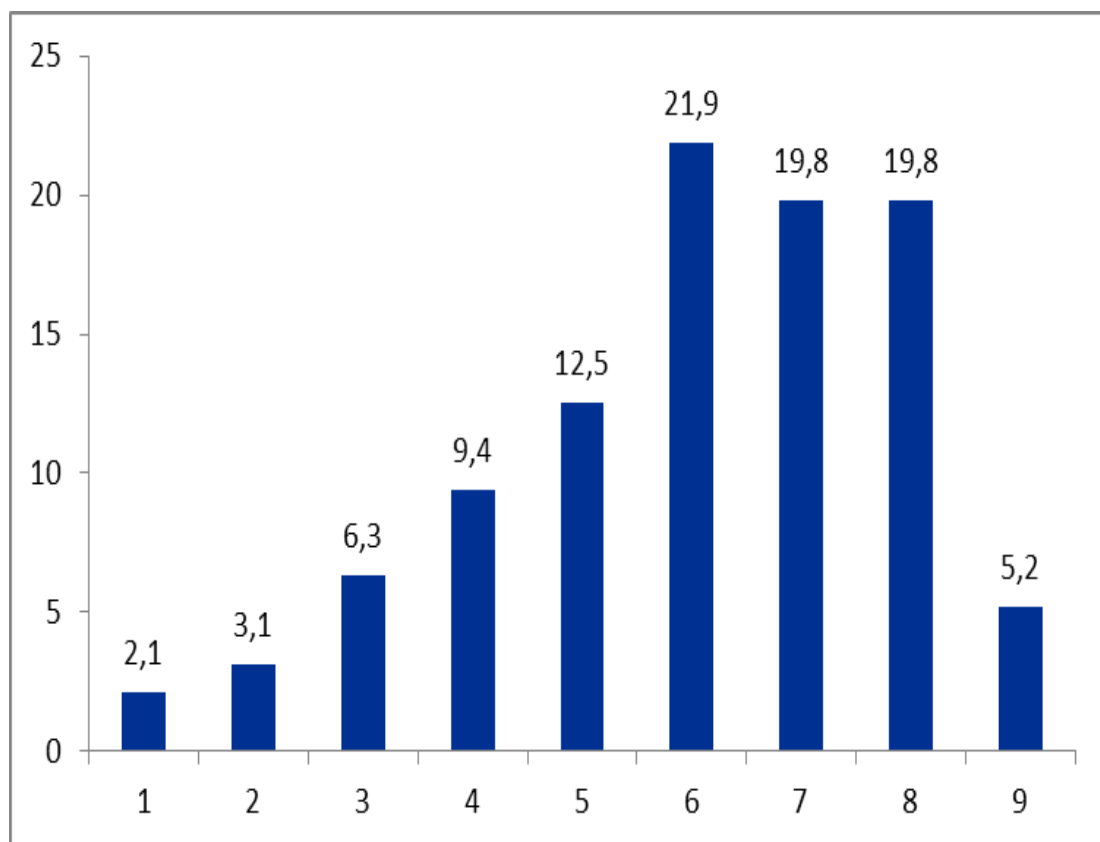
Vienas mažiausiai svarbių maisto produktų pasirinkimą respondentų tarpe įtakojančių veiksnių – gaminimui sugaištas laikas.

# Atstumas iki parduotuvės



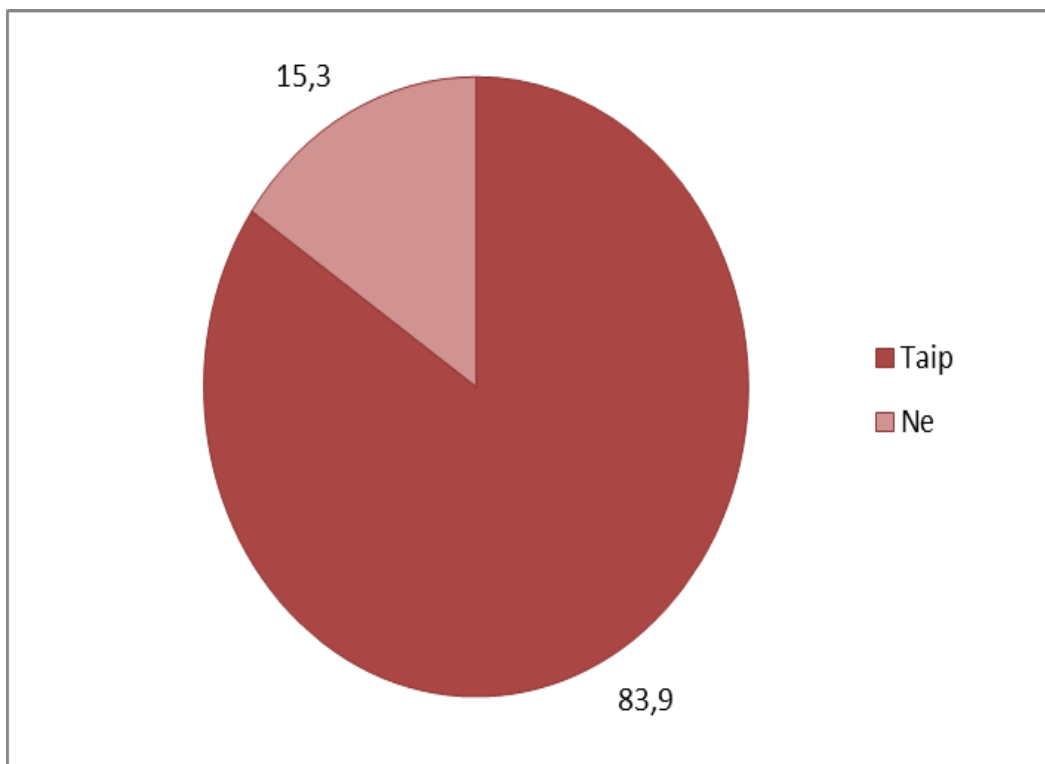
Atstumas iki parduotuvės taip pat mažai įtakoja maisto produktų pasirinkimą.

# Gamintojas



Gamintojo svarba renkantis produktus pasiskirsto įvairiai – vieniems gamintojas yra labai svarbus, kitiems – vienas mažiausiai svarbių veiksnių.

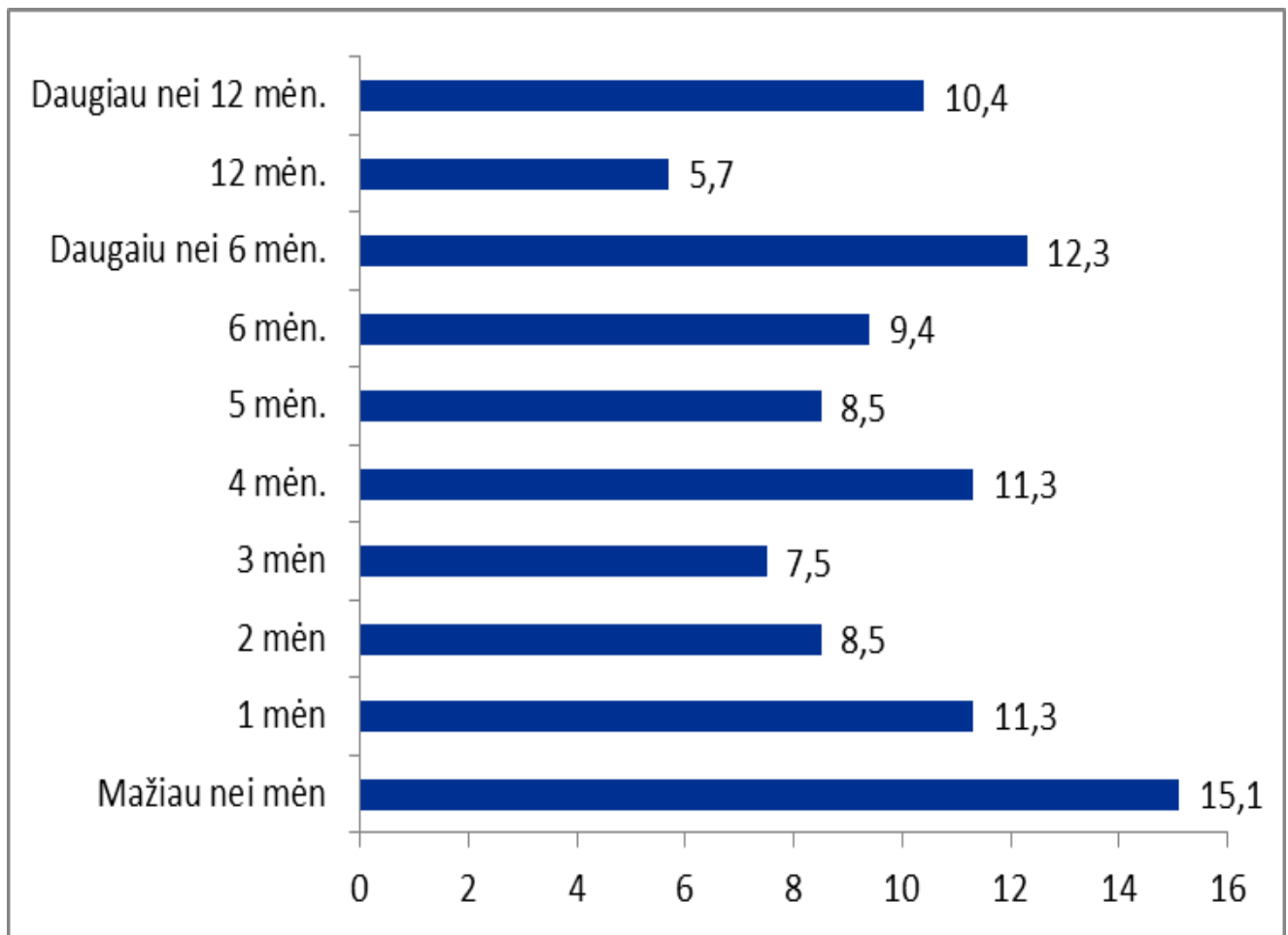
# Ar Jūsu vaikas buvo maitintas natūraliai?



Dauguma vaikų buvo žindyti, t.y. maitinti motinos pienu.

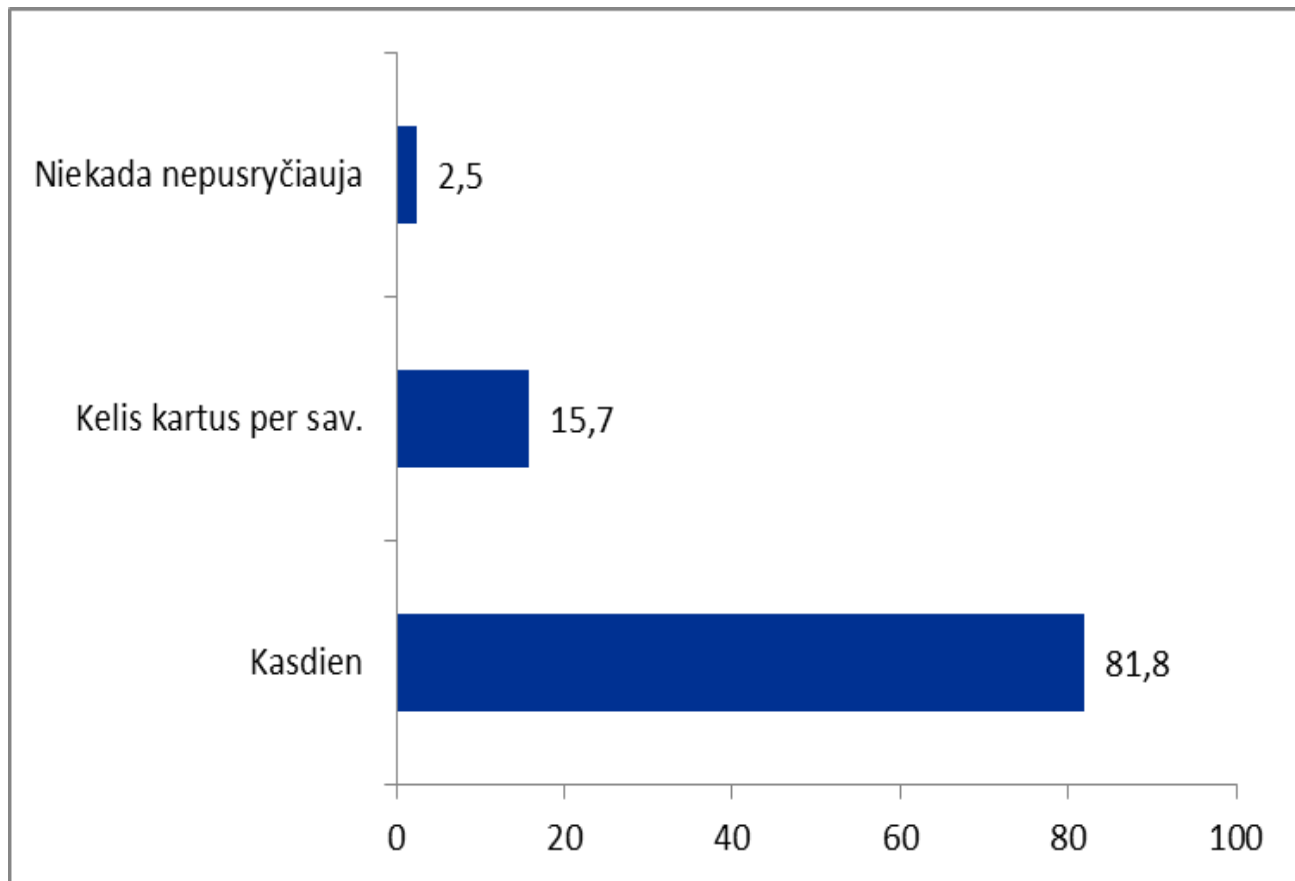


# Kiek laiko Jūsų vaikas buvo žindytas?



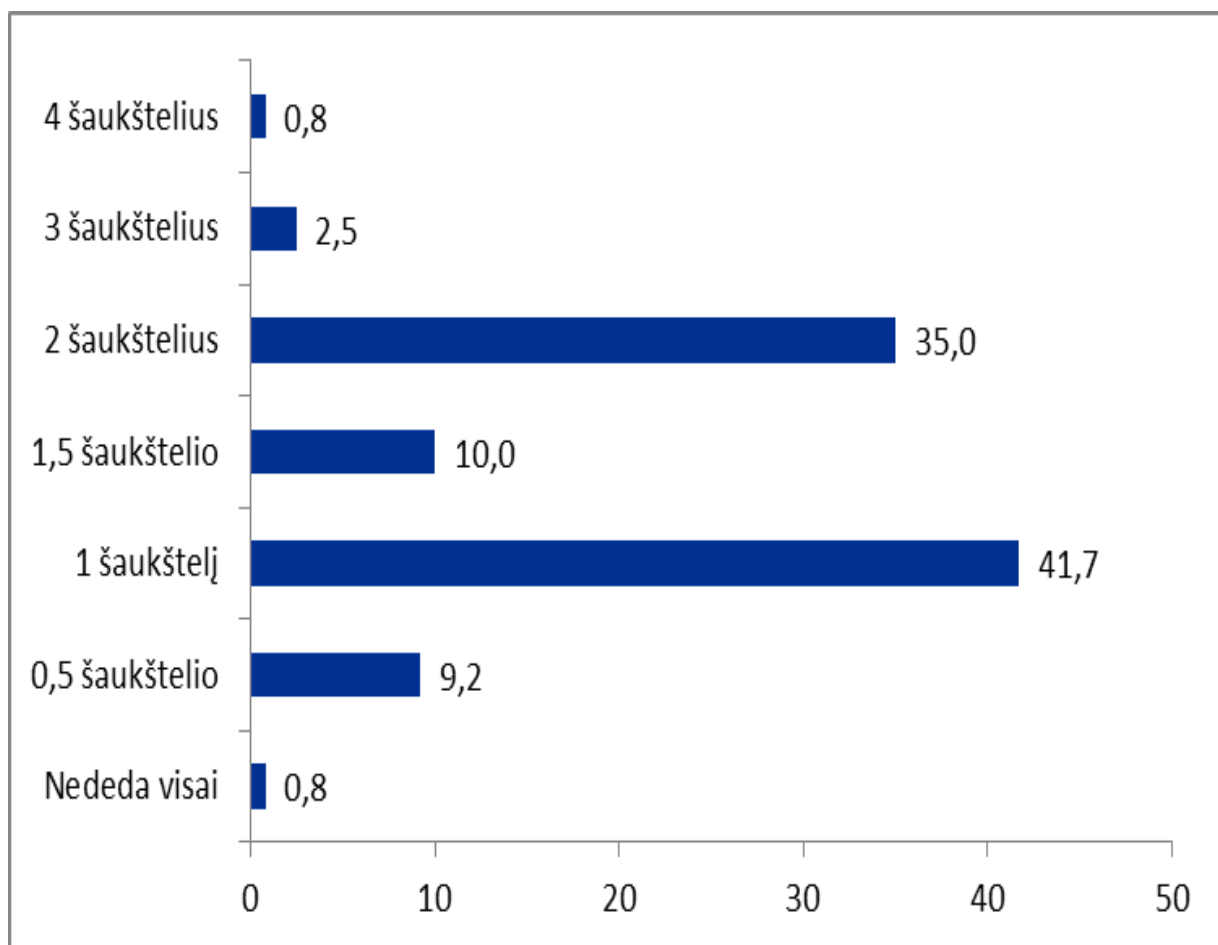
Kūdikių žindymo laikotarpis įvairus – vieni vaikai natūraliai maitinti 3 mėn. ir trumpiau, kiti – 6 mėn. ir dar ilgiau.

# Ar dažnai Jūsų vaikas pusryčiauja?



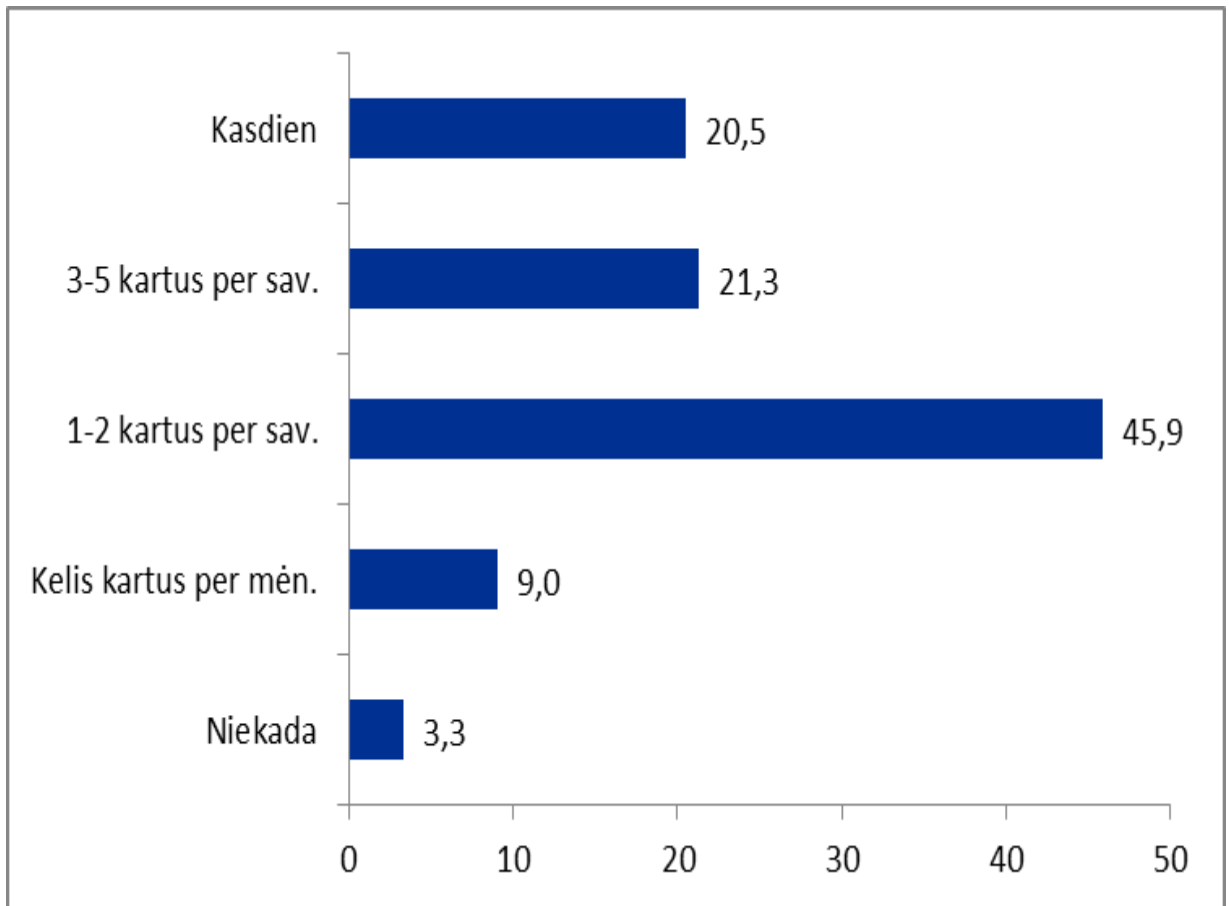
Daugiau nei 80 proc. ikimokyklinio amžiaus vaikų pusryčiauja kasdien ir tik labai nedidelė dalis – nepusryčiauja visai.

# Kiek šaukštelių cukraus vaikas deda į puodelį arbatos?



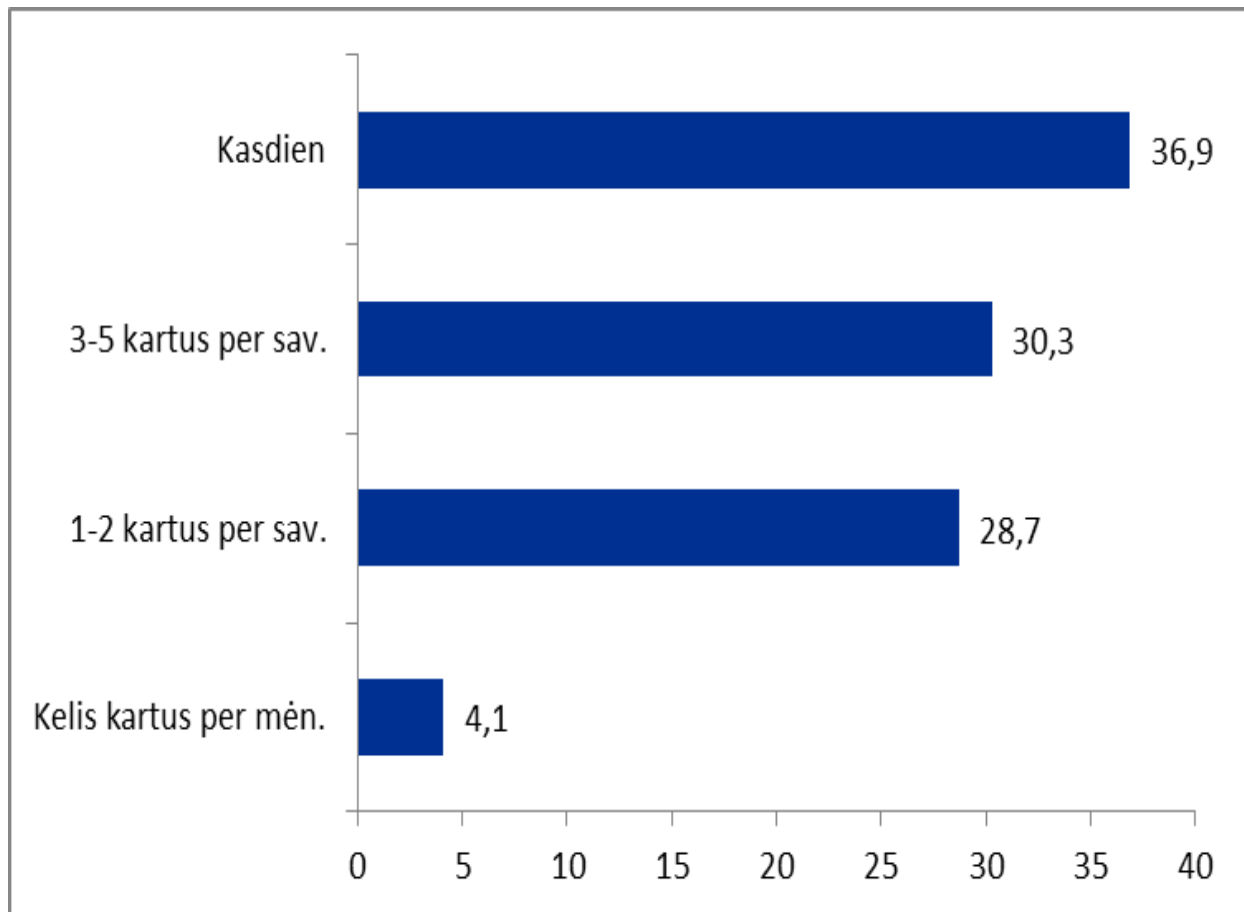
Vaikai deda gana daug cukraus į jų geriamą arbatą. Net beveik pusė tirtų vaikų arbatą saldinasi daugiau nei 1 šaukšteliu cukraus.

# Kaip dažnai Jūsų vaikas valgo šviežias (nevirtas) daržoves?



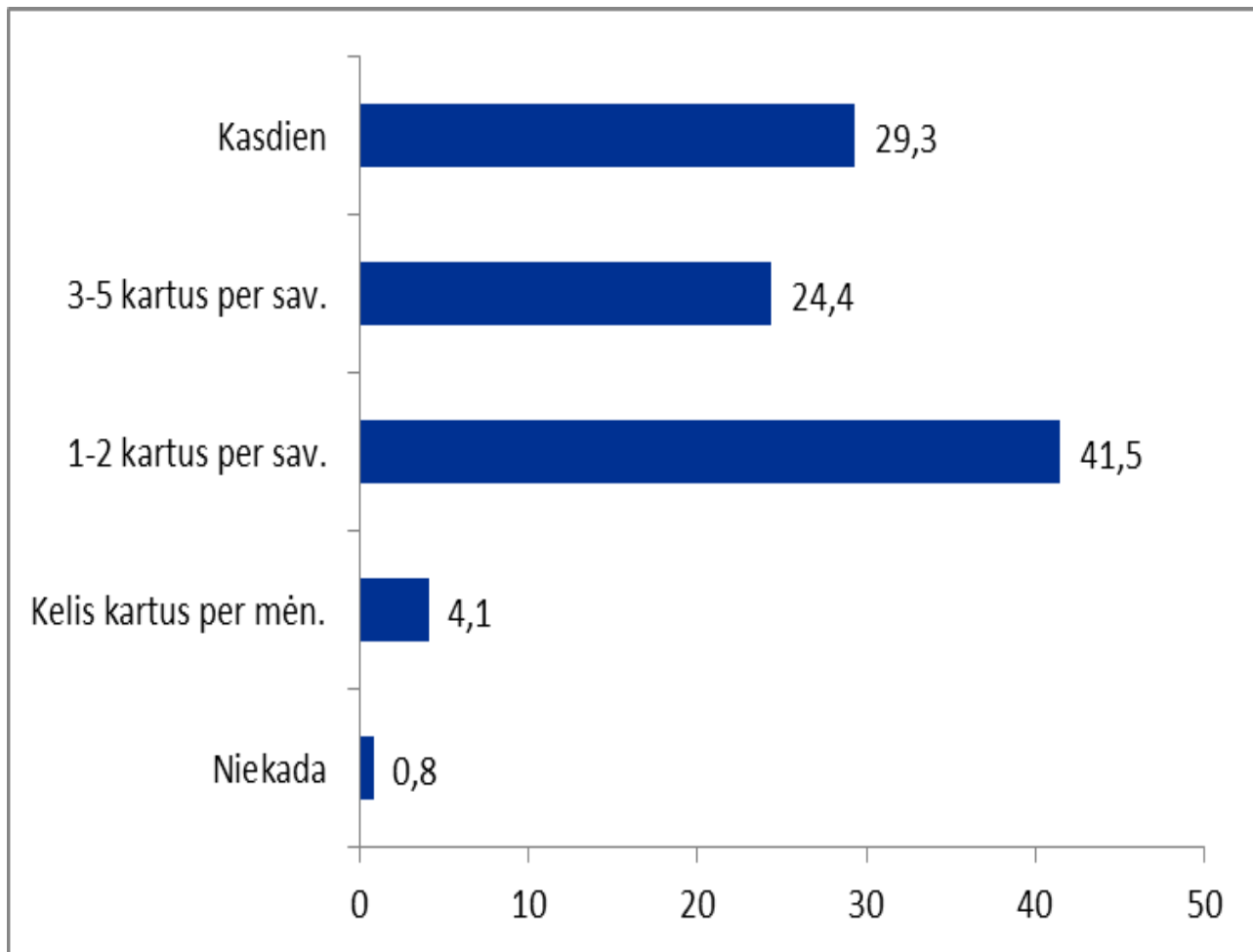
Ikimokyklinio amžiaus vaikai valgo per mažai šviežių daržovių.

# Kaip dažnai Jūsų vaikas valgo šviežius vaisius ir/arba uogas?



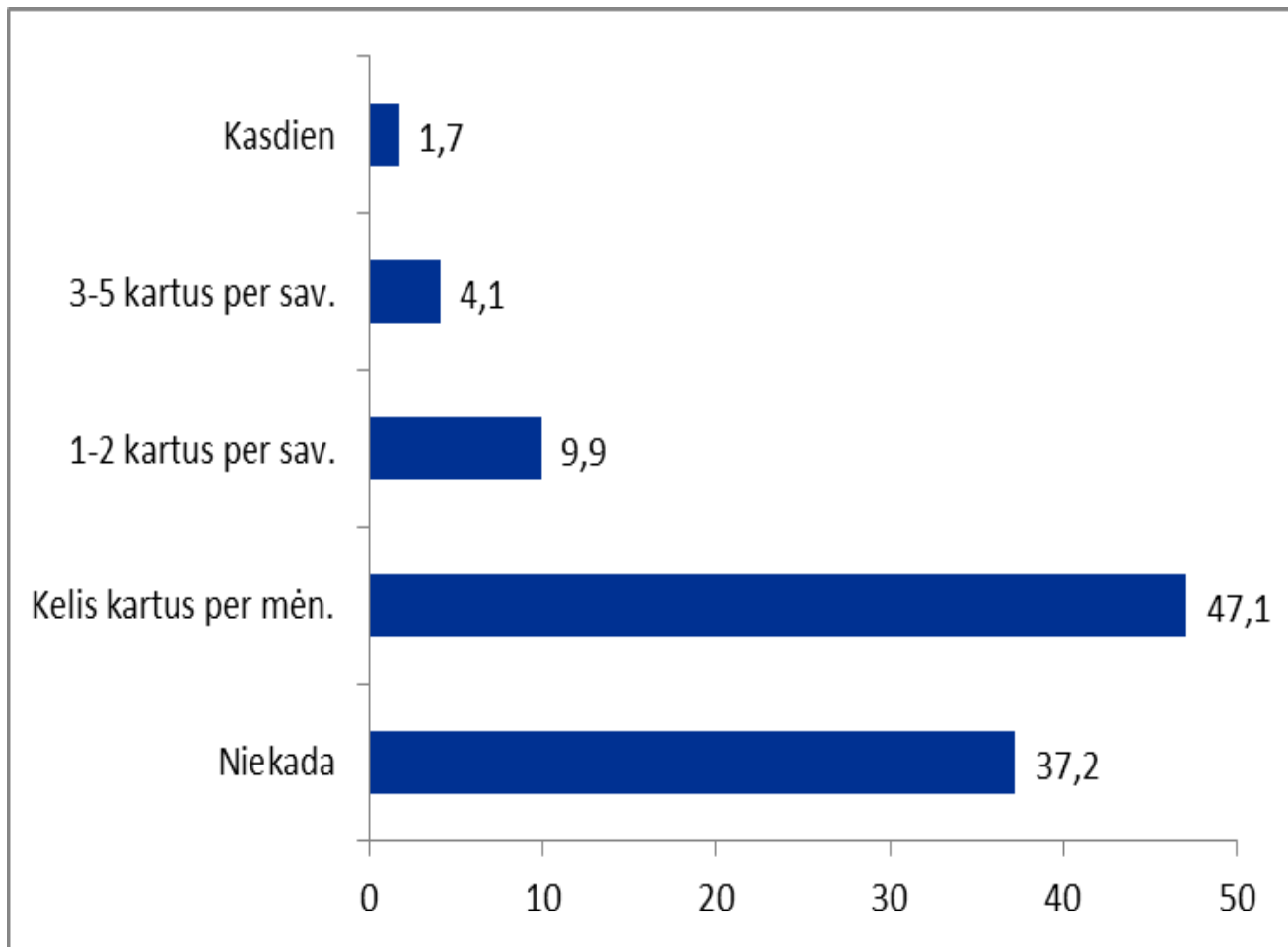
Taip pat ikimokyklinio amžiaus vaikai valgo per mažai vaisių ir uogų. Tačiau šių maisto produktų vaikai valgo dažniau nei šviežias daržoves.

# Kaip dažnai Jūsų vaikas valgo saldumynus?



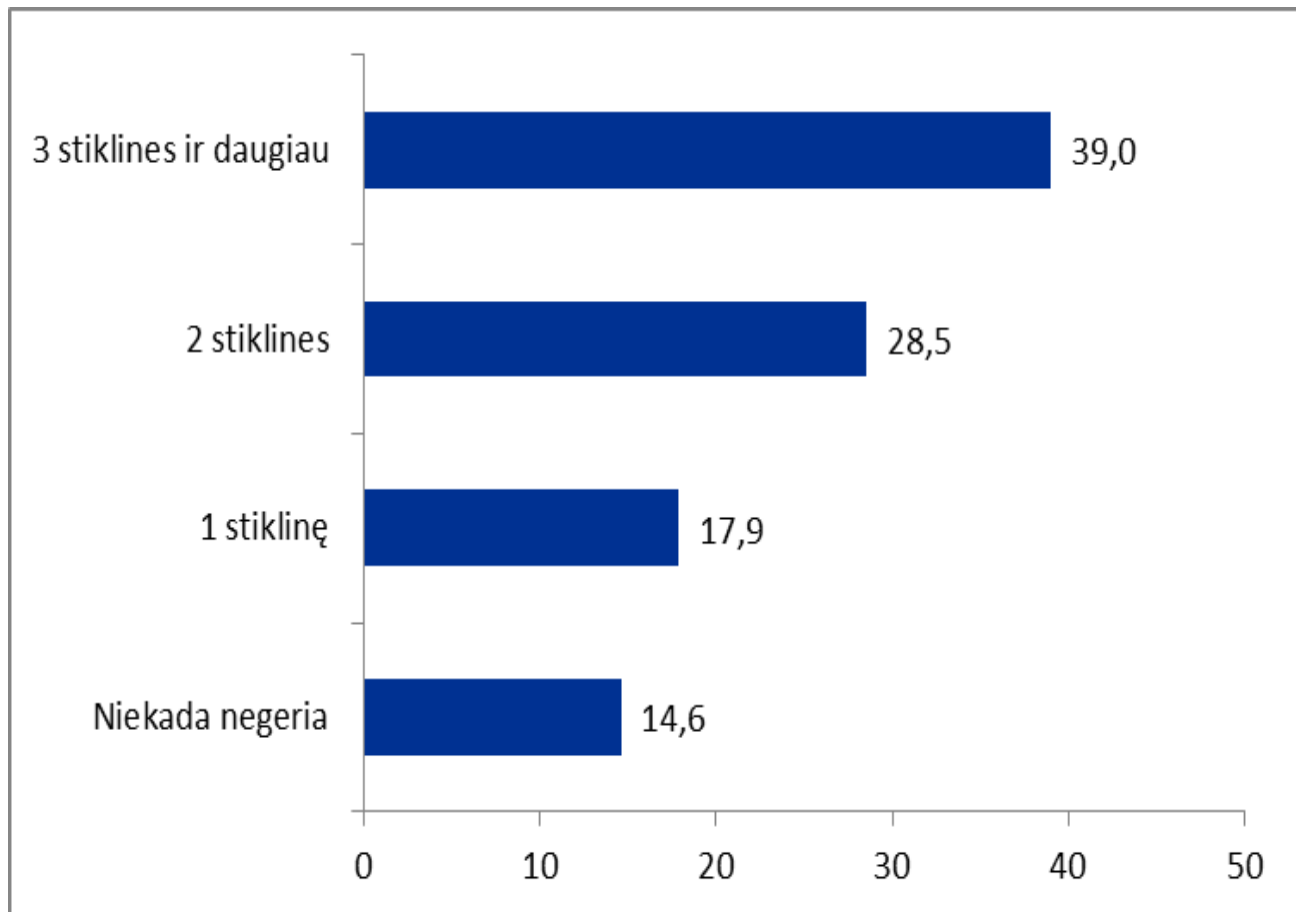
Vaikai valgo nemažai saldumynų. Beveik 5 proc. vaikų saldumynus vartoja labai retai.

# Kaip dažnai Jūsų vaikas geria koka kolą ir kitus gazuotus saldžius gėrimus?



Dauguma vaikų (84,3 proc.) labai retai vartoja gazuotus saldžius gėrimus. Vis dėlto dalis vaikų šių gėrimų pavartoja bent kartą per savaitę.

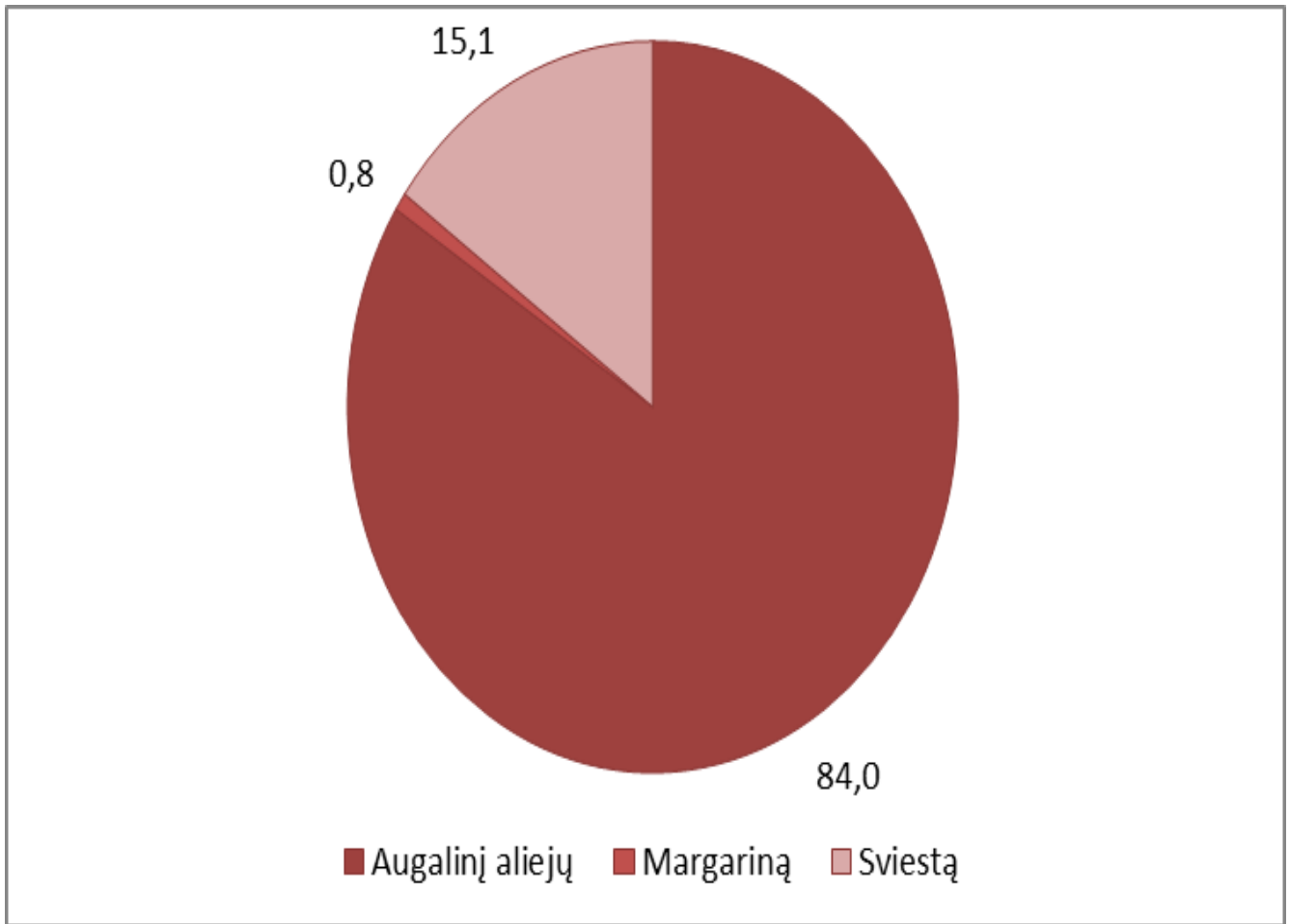
# Kiek vidutiniškai stiklinių pieno per savaitę išgeria Jūsų vaikas?



Daugiausiai vaikų per savaitę išgeria bent 3 stiklines pieno, mažiausiai – pieno nevartoja visai.

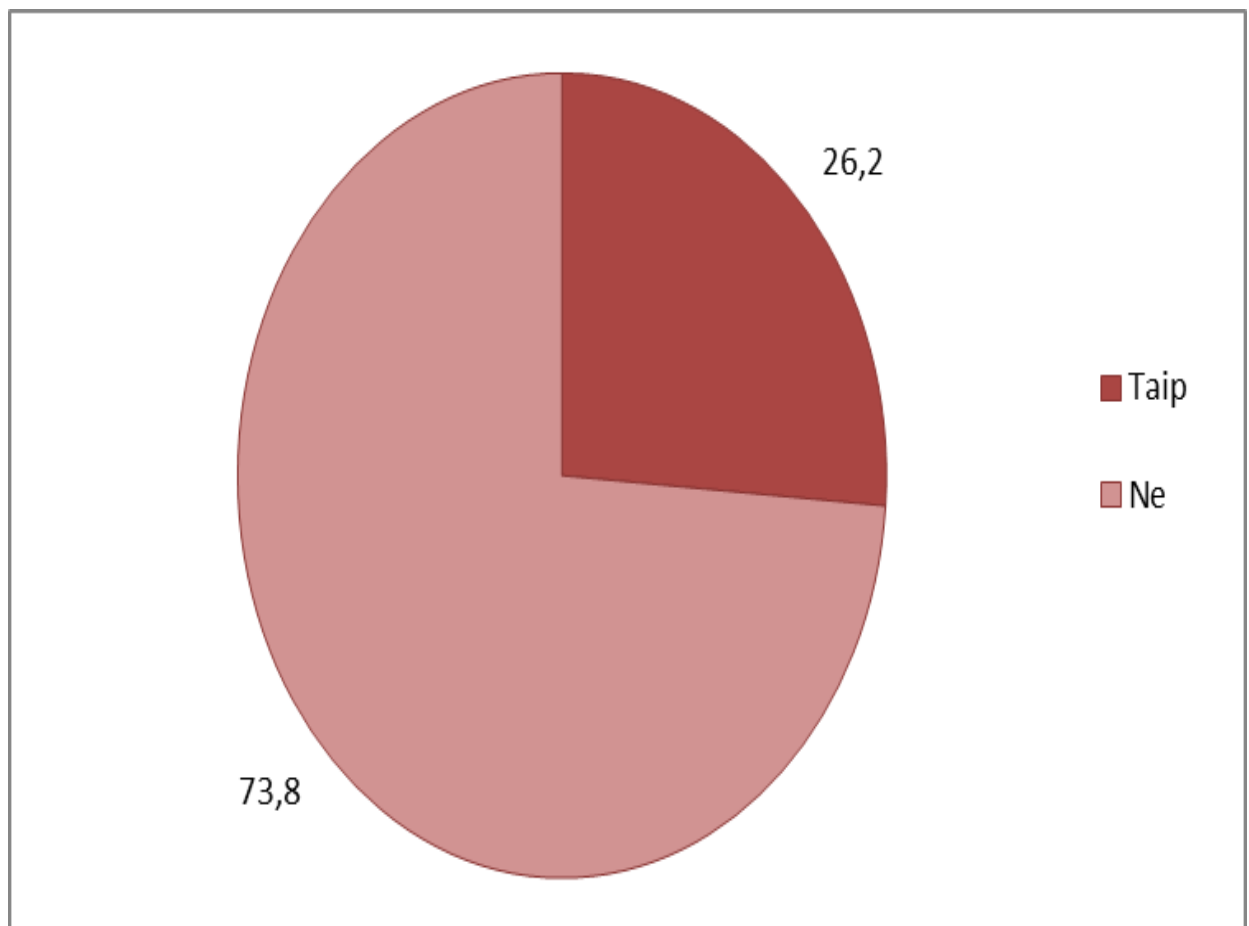


# Kokius riebalus dažniausiai naudojate vaiko maisto gaminimui?



Dauguma respondentų vaiko maisto gamybai naudoja augalinį aliejų, 15 proc. naudoja sviestą ir vos 0,8 proc. – margariną.

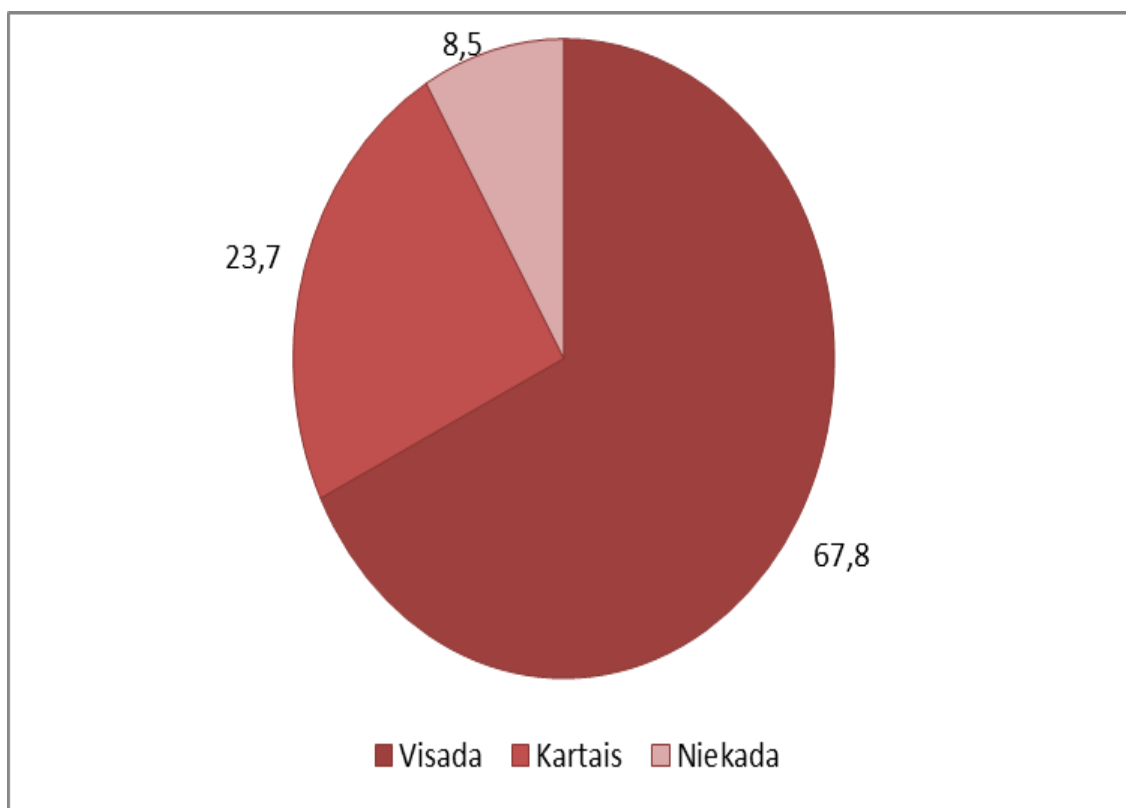
# Ar papildomai dedate druskos į vaikui paruoštą maistą?



$\frac{3}{4}$  respondentų į vaikui valgyti paruoštą maistą druskos papildomai nededa,  $\frac{1}{4}$  – vaikui paruoštą maistą sūdo papildomai.

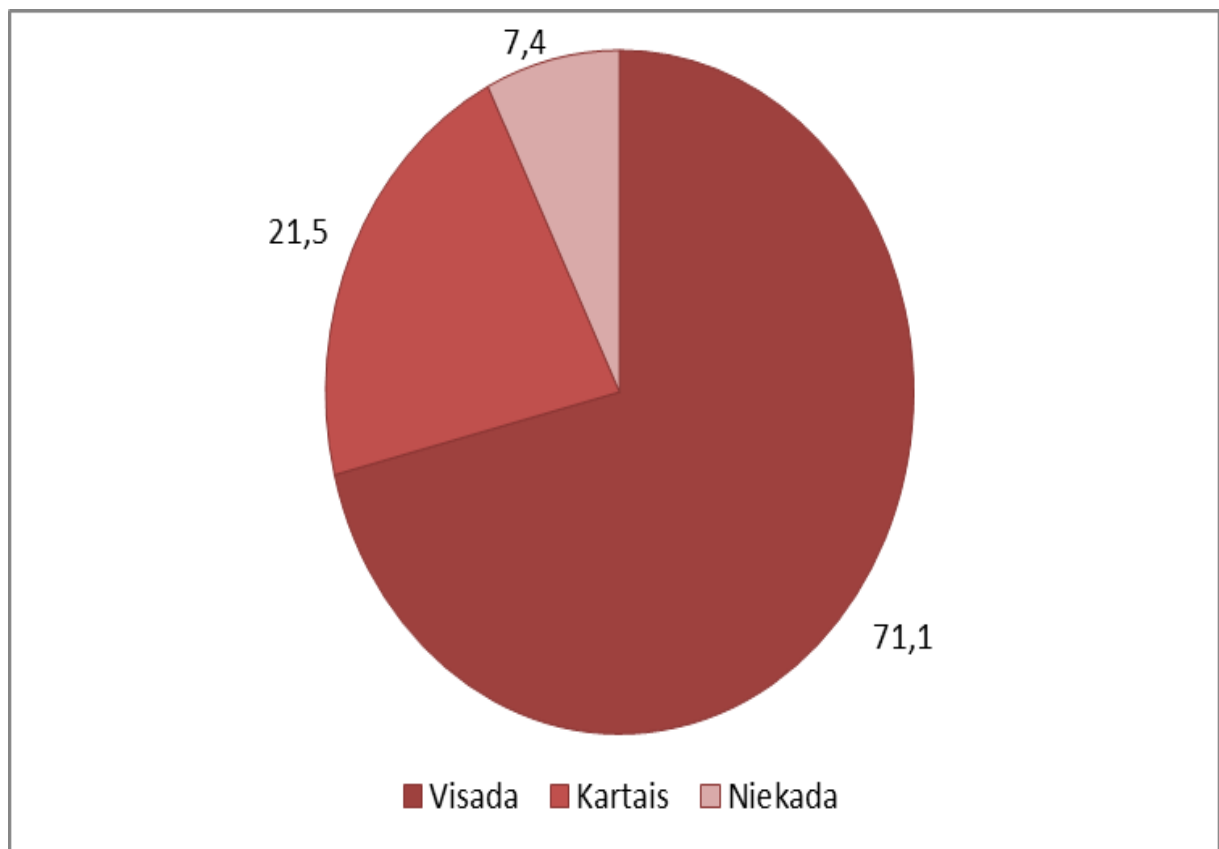
**TRAUMŲ IR  
NELAIMINGŲ  
ATSITIKIMŲ  
PREVENCIJA**

# Ar veždami vaiką automobiliu naudojate specialias vaikiškas saugos kėdutes ir diržus?



Beveik 70 proc. respondentų veždami savo vaiką automobilyje naudoja saugos priemones. Tačiau apie 10 proc. apklaustųjų šių priemonių nenaudoja visai.

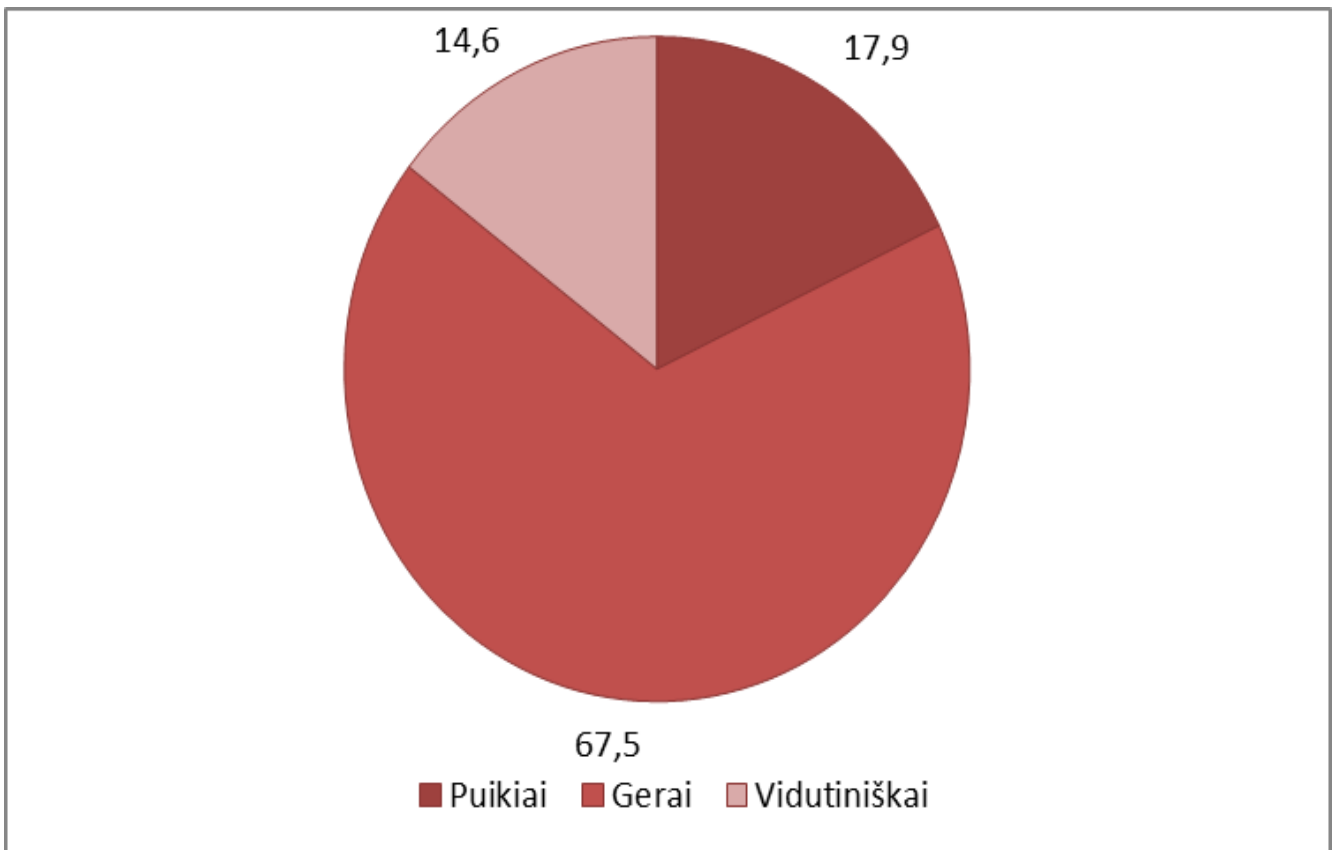
Ar Jūsu vaikas nešioja  
šviesos atšvaitus eidamas  
nepašviesta gatve ar keliu  
tamsiu paros metu?



Dauguma tirtų ikimokyklinio amžiaus vaikų turi ir nešioja šviesos atšvaitus.

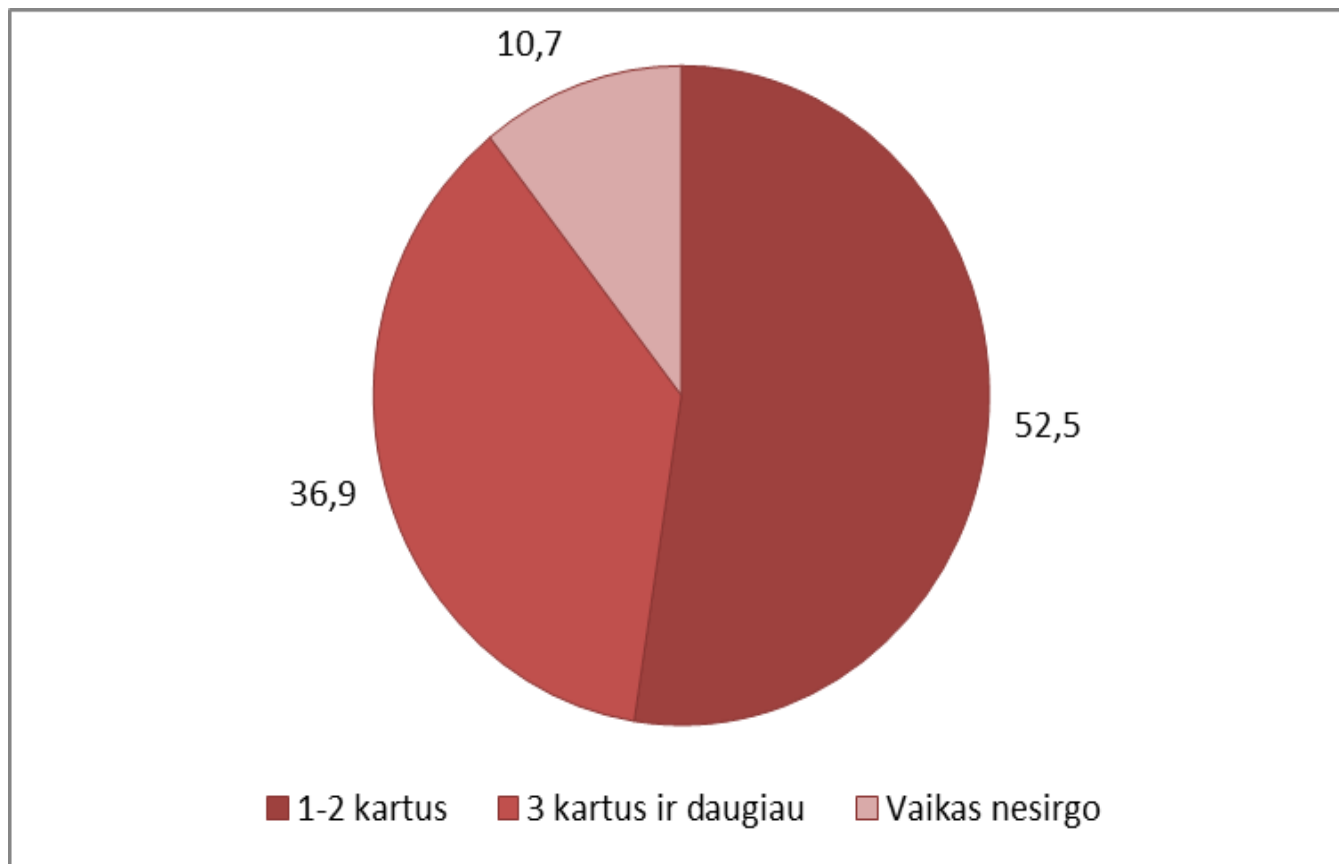
# **SVEIKATOS PRIEŽIŪRA**

# Kaip vertinate dabartinę savo vaiko sveikatą?



Dauguma tėvų (apie 70 proc.) savo vaikų sveikatą vertina kaip gerą ir nė vienas respondentas nemano, jog vaiko sveikata yra prasta.

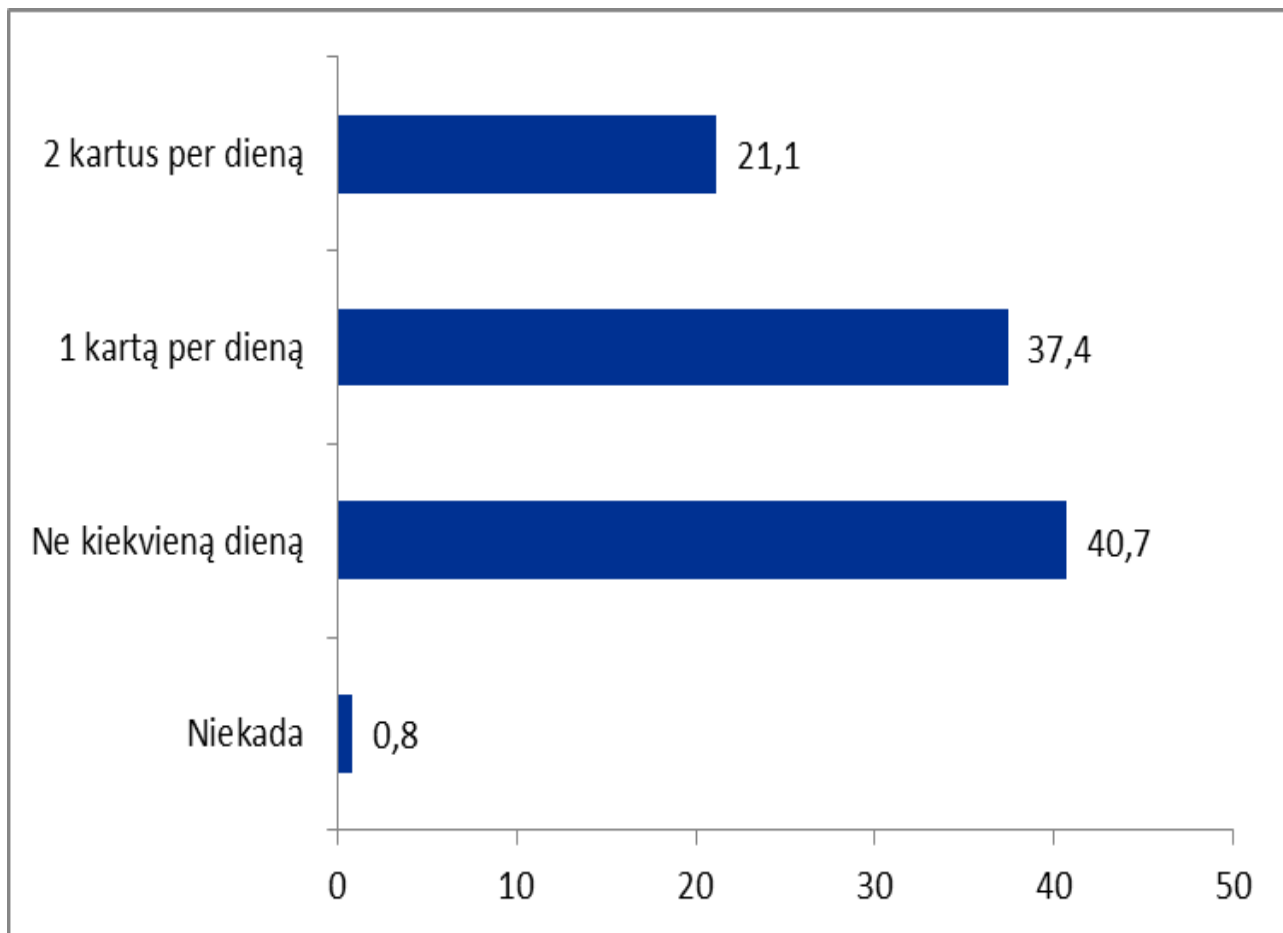
# Kiek kartų per pastaruosius 12 mėn. Jūsų vaikas lankėsi pas gydytoją dėl ligos?



Pusė tyrime dalyvavusių vaikų per metus pas gydytoją dėl ligos yra lankęsi 1 arba 2 kartus ir vos 10,7 proc. visai nesirgo.

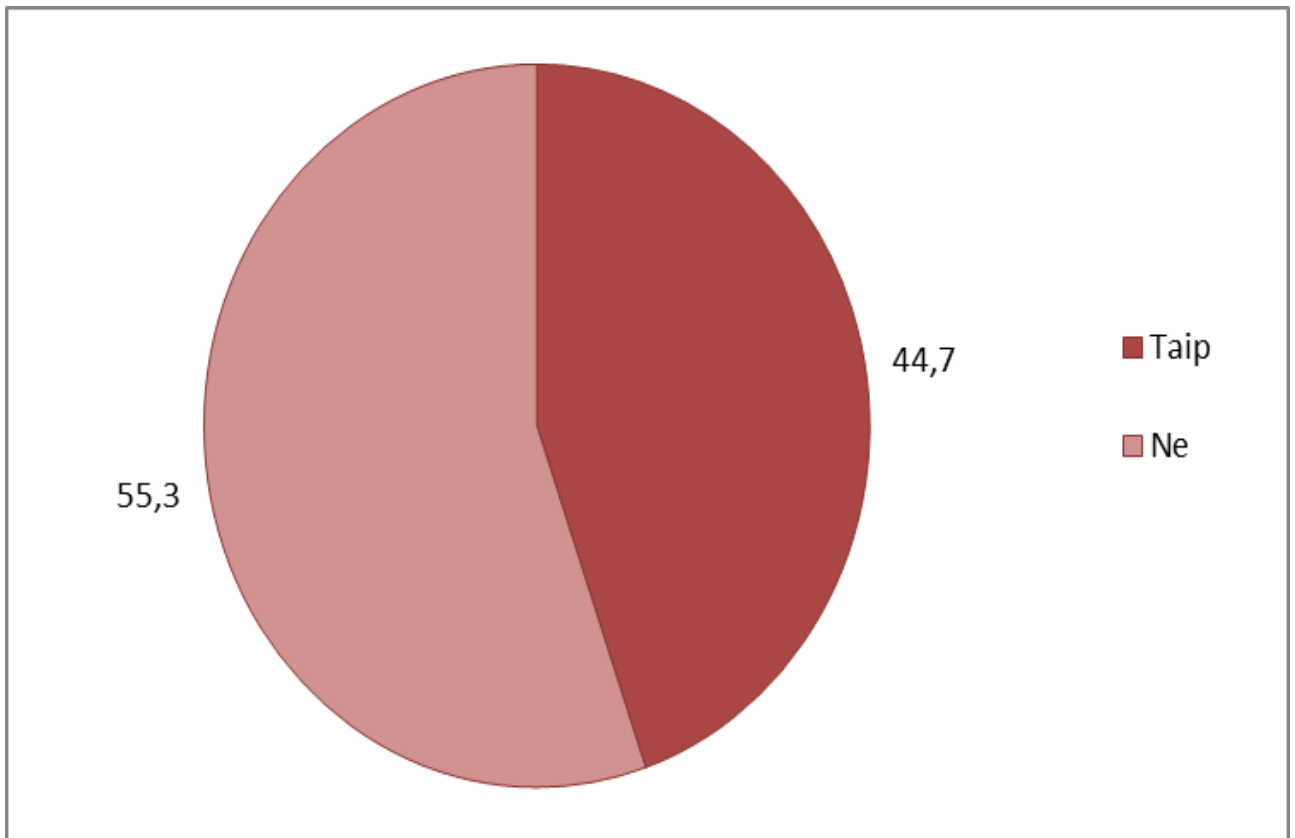


# Kaip dažnai Jūsų vaikas valosi dantis šepetėliu ir pasta?



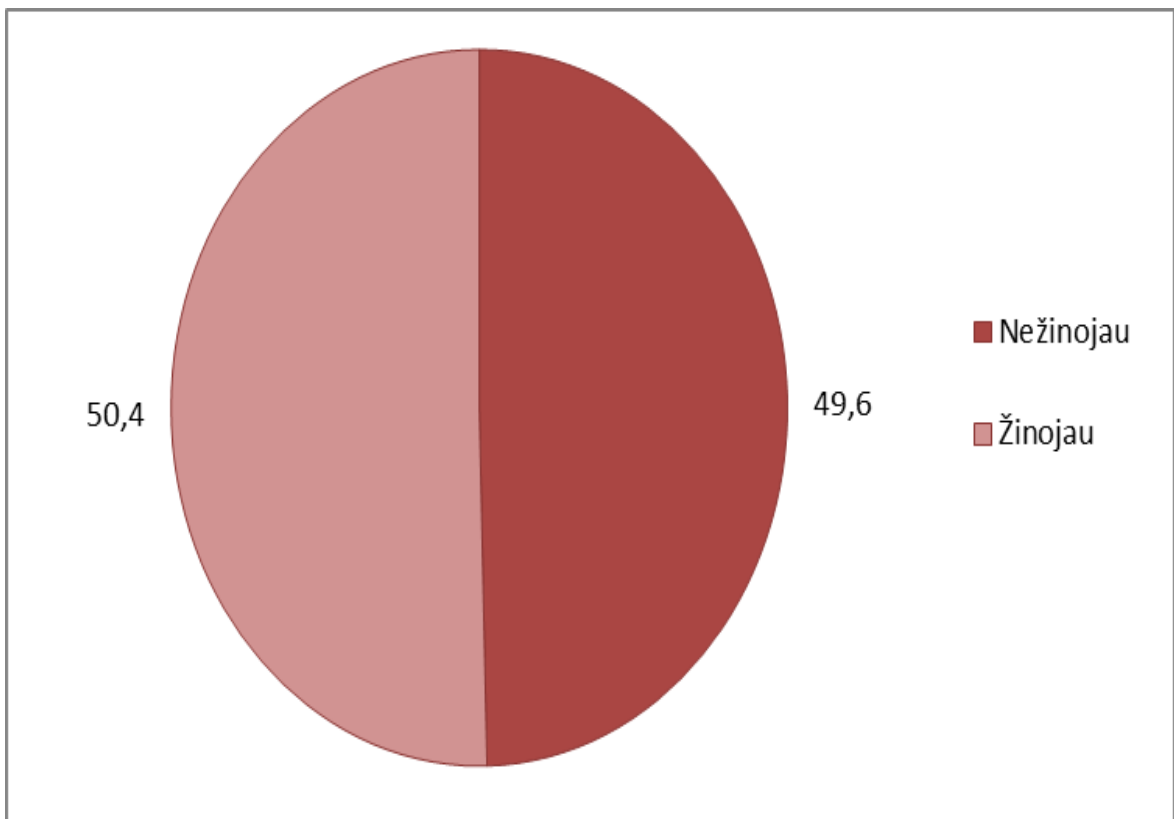
99 proc. ikimokyklinio amžiaus vaikų valosi dantis šepetėliu ir pasta, tačiau net 40,7 proc. jų tai daro ne kasdien, ir beveik 40 proc. – vos kartą per dieną.

# Ar per pastaruosius 12 mėn. Jūsų vaikas lankėsi pas dantų gydytoją?



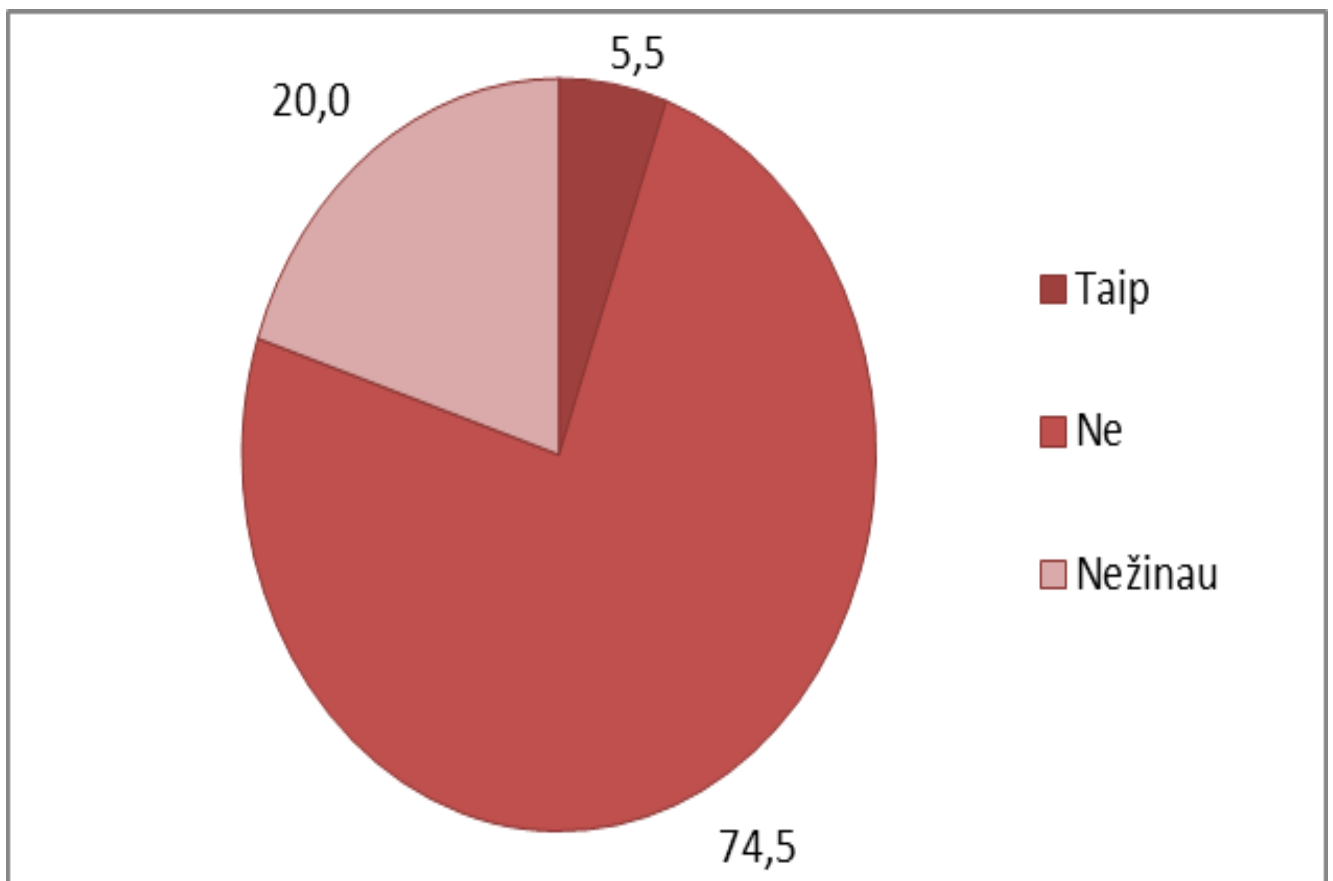
Daugiau kaip 50 proc. tyrime dalyvavusių ikimokyklinio amžiaus vaikų per paskutinius 12 mėn. nė karto nėra lankęsi pas dantų gydytoją.

# Ar žinote apie valstybės finansuojamą vaikų krūminių dantų dengimo silantinėmis medžiagomis programą?



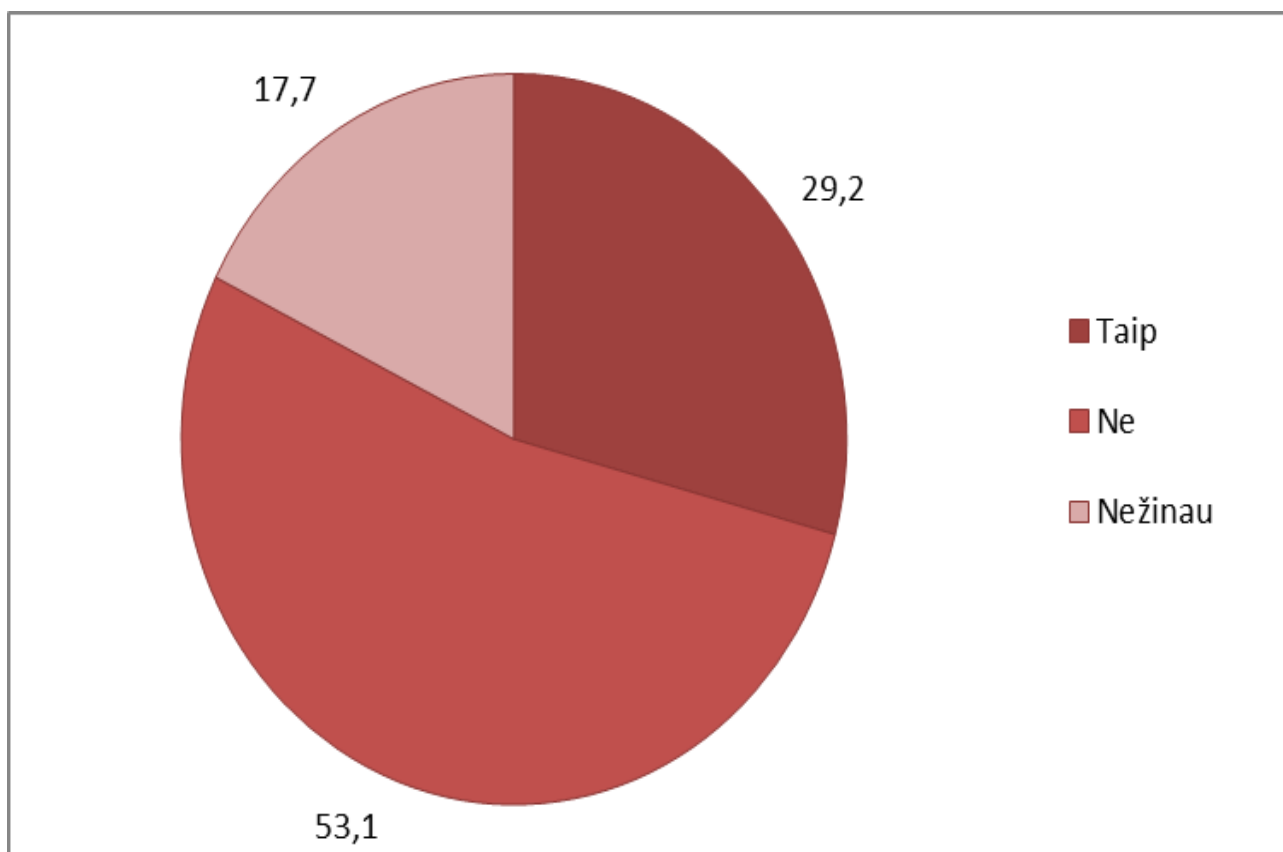
Tėvų žinios apie šią programą pasiskirsto po lygiai, t.y. apie 50 proc. jų žino apie šią programą ir galimybę joje dalyvauti ir apie 50 proc. tėvų nėra apie tai girdėję.

# Ar Jūsų vaikas paskiepytas rotoviruso vakcina?



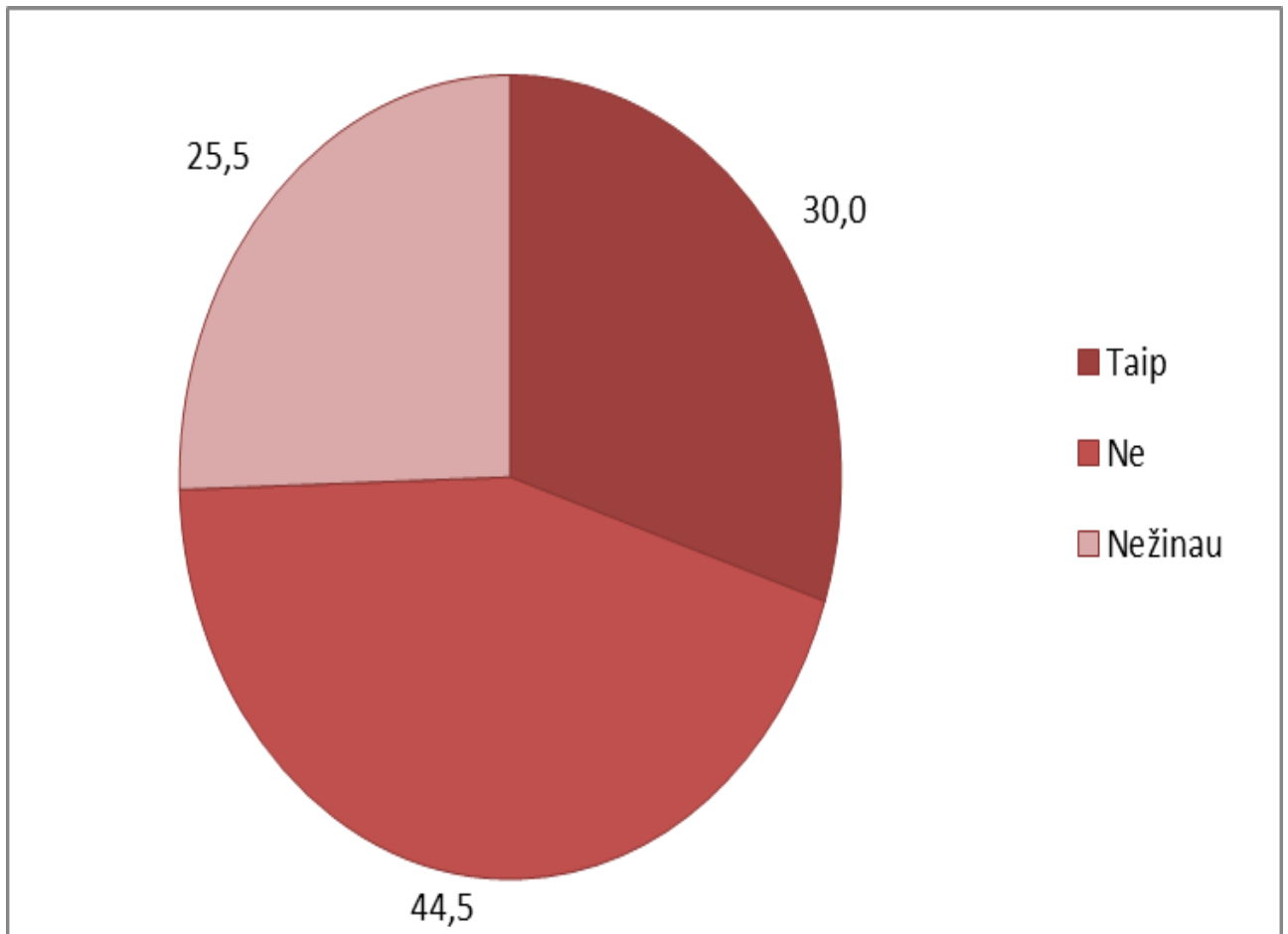
Dauguma tyrime dalyvavusių vaikų rotoviruso vakcina nėra skiepyti arba tėvai nežino, ar jų vaikai yra skiepyti minėta vakcina.

# Ar Jūsų vaikas paskiepytas vėjaraupių vakcina?



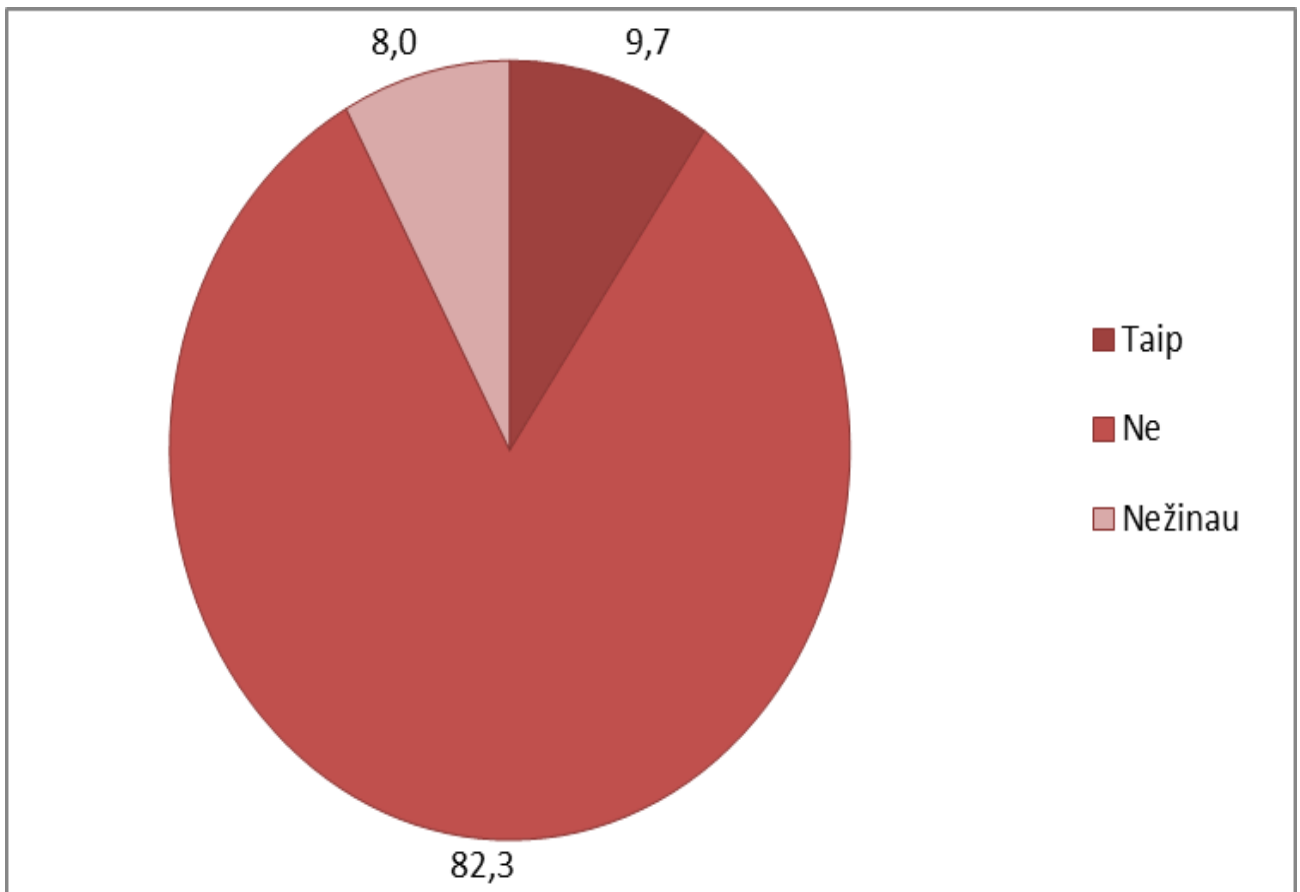
Kur kas daugiau vaikų yra paskiepyti vėjaraupių vakcina. Vis dėlto daugiau nei pusė tyrime dalyvavusių ikimokyklinio amžiaus vaikų šia vakcina nėra skiepyti.

# Ar Jūsų vaikas paskiepytas hepatito A vakcina?



Hepatito A vakcina yra skiepyti 30 proc. tyrime dalyvavusių ikimokyklinio amžiaus vaikų, 70 proc. – neskiepyti arba jų tėvai nežino, ar vaikai yra skiepyti šia vakcina.

# Ar Jūsu vaikas paskiepytas gripo vakcina (sezono metu)?



Tēvai nēra linķē vaikus skiepyti sezoninio gripo vakcina.

# Išvados (I)

- Dauguma (76,1 proc.) ikimokyklinio amžiaus vaikų per dieną pėsčiomis lauke vaikšto 15-60 min., o kasdien mankštinasi – 11,6 proc.
- 62,2 proc. ikimokyklinio amžiaus vaikų buvo žindyti trumpesnę laikotarpį nei rekomenduojama, t.y. mažiau nei 6 mėnesius.
- Daugumos ikimokyklinio amžiaus vaikų mityba yra nesubalansuota – nepakankamai dažnai valgo šviežių daržovių, vaisių, uogų, pieno produktų, o saldumynus, cukrų vartoja per dažnai.



## Išvados (II)

- Dauguma ikimokyklinio amžiaus vaikų tėvų rūpinasi vaiko saugumu ir veždami jį automobiliu naudoja specialias vaikiškas saugos kėdutes bei diržus ir prižiūri, kad vaikas nešiotų atšvaitus.
- 85,4 proc. ikimokyklinio amžiaus vaikų sveikata yra gera arba puiki.
- Dauguma ikimokyklinio amžiaus vaikų nėra skiepijami rekomenduojamomis, valstybės lėšomis nefinansuojamomis, vakcinomis.

# Rekomendacijos (I)

- Švenčionių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biurui kartu su ikimokyklinio ugdymo įstaigų administracijomis inicijuoti šio tyrimo rezultatų pristatymą šiose įstaigose.
- Formuoti ikimokyklinio amžiaus vaikų sveikos gyvensenos įgūdžius, teikiant jiems suprantamą informaciją šiais klausimais, organizuojant paskaitėles, renginius, susijusius su fizinio aktyvumo, sveikos mitybos propagavimu.
- Padėti ikimokyklinio amžiaus vaikų tėvams formuoti vaikų sveikos gyvensenos įgūdžius, tėvams organizuojant paskaitas, teikiant konsultacijas.

# Rekomendacijos (II)

- Toliau vykdyti traumų ir nelaimingų atsitikimų stebėseną ikimokyklinio ugdymo įstaigose ir teikti siūlymus šių įstaigų administracijoms situacijai gerinti.
- Atsižvelgiant į ikimokyklinio amžiaus vaikų profilaktinių sveikatos patikrinimų rezultatus ir vaikų sergamumą metų eigoje, teikti ikimokyklinio ugdymo įstaigų administracijoms informaciją apie vaikų sveikatos būklę ir stiprinti vaikų sveikatą, skatinant jų fizinį aktyvumą, ugdant sveikos gyvensenos ir formuojant saugaus elgesio gatvėse bei kelyje įgūdžius.

**AČIŪ UŽ DĖMESĮ!**