**MAŽEIKIŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO VEIKLOS 2016 METAIS ATASKAITA**

***VISUOMENĖS SVEIKATOS PRIEŽIŪROS SPECIALISTŲ VEIKLA***

Visuomenės sveikatos priežiūros specialistai mokyklose vykdė teisės aktais numatytas funkcijas:

Pagal galiojančią mokinių maitinimo aprašą bendrojo lavinimo mokyklose visuomenės sveikatos priežiūros specialistai vykdė mokinių maitinimo organizavimo priežiūrą, teikė konsultacijas valgyklos darbuotojams. Stebėjo, kad maitinimas būtų organizuojamas pagal mokyklos steigėjo ar jo įgalioto asmens patvirtintus valgiaraščius ir užkandžių asortimento sąrašus.

Aplinkos atitiktis vertinta 114 kartų.

Visuomenės sveikatos priežiūros specialistai teikė pagalbą kūno kultūros mokytojams komplektuojant fizinio ugdymo grupes, sudarė fizinio pajėgumo grupių sąrašus, pagal galimybes budėjo sporto renginiuose. 2016 m. visuomenės sveikatos priežiūros specialistai 159 kartus konsultavo kūno kultūros mokytojus dėl mokinių galimybių dalyvauti varžybose.

Mažeikių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras 2016 m. stebėjo ir vertino vaikų ir jaunimo sveikatos pokyčius pagal pateiktus „Vaikų sveikatos pažymėjimas (forma Nr.027-1a)“, kuriuose pateikta informacija apie profilaktinius sveikatos patikrinimo rezultatus. Pagal sveikatos pažymėjimų duomenis visuomenės sveikatos priežiūros specialistai atliko mokinių sveikatos rodiklių analizę, nusistatė prioritetines ligų profilaktikos ir sveikatos stiprinimo sritis. 2016 m. sveikatą pasitikrino 99 procentai ugdytinių. Vieną kartą ketvirtyje atliko mokinių sergamumo analizę, o ikimokyklinio ugdymo įstaigose sergamumo analizė buvo atliekama kiekvieną mėnesį.

Visuomenės sveikatos priežiūros specialistai 131 kartą dalyvavo mokyklos vaiko gerovės darbo grupėse, sprendžiančių mokinių psichologines, adaptacijos ir socialines problemas veikloje.

Vykdė užkrečiamųjų ligų epidemiologinę priežiūrą: gripo epidemijos metu rinko informaciją, kiek mokinių neatvyko į mokyklą ir šią informaciją teikė ugdymo įstaigų vadovams, Mažeikių visuomenės sveikatos centrui.

Buvo atlikti asmens higienos dėl pedikuliozės, niežų profilaktiniai tikrinimai pagal patvirtintą tvarką. 2016 m. buvo patikrinti 15624 ugdytiniai, nustatyta 35 pedikuliozės atvejai. Sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo klausimais visuomenės sveikatos priežiūros specialistai 1388 kartus konsultavo tėvus, 1495 kartus konsultavo darbuotojus.

*APSILANKYMAI PAS SVEIKATOS PRIEŽIŪROS SPECIALISTĄ*

Vykdydami visuomenės sveikatos priežiūrą mokyklose specialistai 1113 kartų suteikė pirmąją pagalbą. Informacija apie mokyklose 2016 m. pas sveikatos specialistus registruotus apsilankymus:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Užregistruota apsilankymų pas sveikatos priežiūros specialistą mokykloje | Apsilankymų pasiskirstymas pagal priežastį | | |
| Pirmoji pagalba | Konsultacijos  ugdytiniams | Kita |
| 4281 | 1113 | 2686 | 558 |

*VISUOMENĖS SVEIKATOS PRIEŽIŪROS SPECIALISTŲ SVEIKATOS UGDYMAS IR MOKYMAS*

Visuomenės sveikatos priežiūra vykdoma keturiasdešimt dvejose ugdymo įstaigose.

2016 m. rugsėjo mėnesio duomenimis aptarnaujamų ugdytinių skaičius – 9652 (2380 ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo įstaigose ir 7272 mokyklose).

Ugdymo įstaigose vyko įvairūs renginiai, kurių tikslas formuoti vaikų ir jaunimo sveikos gyvensenos įgūdžius, ugdyti teisingą požiūris į savo sveikatą. Šias veiklas padėjo įgyvendinti 2009-2014 m. Norvegijos mechanizmo programos Nr. LT 11,,Visuomenės sveikatai skirtos iniciatyvos“ priemonės. 2016 m. Mažeikių rajone Visuomenės sveikatos biuras organizavo 1505 renginius, kuriuose dalyvavo 42825 dalyviai. Visuomenės sveikatos priežiūros specialistai skaitė paskaitas (tėvams, mokiniams, mokytojams), vedė pokalbius, organizavo akcijas, rengė sveikatingumo dienas, viktorinas, konkursus, leido stendus, platino lankstinukus, teikė metodines konsultacijas įvairiomis sveikatos temomis, ugdė teisingą požiūrį į sveikatą.

*RŪKYMO, ALKOHOLIO IR NARKOTIKŲ VARTOJIMO PREVENCIJA*

Pravesti **134 renginiai**. Dalyvavo **3899 dalyviai**. Iš jų 3114 mokinių, 785 ikimokyklinio ugdymo vaikai.

Rūkymas, alkoholio vartojimas gana dažnas reiškinys tarp moksleivių, todėl prevencinėmis priemonėmis siekiama parodyti šių žalingų įpročių žalą jaunam organizmui, keliamomis grėsmėmis sveikatai bei gyvybei. Gydytojas-toksikologas skaitė paskaitą gimnazistams ,,Alkoholis, tabakas, energetiniai gėrimai, narkotinės medžiagos ir jų pasekmės“.

2016-05-31 minint pasaulinę dieną be tabako visuomenės sveikatos biuras organizavo rajoninę akciją ,,Pūsk muilo burbulus, o ne tabako dūmus”, kurioje dalyvavo 17 rajono ugdymo įstaigų. Mokiniai dalino lankstinukus bendruomenės nariams ir miesto gyventojams, atkreipdami dėmesį į tabako keliamą riziką sveikatai.

2016m. lapkričio mėnesį organizuota piešinių paroda „Augu sveikas ir stiprus“. 27 piešiniai eksponuoti visuomenės sveikatos biuro stende.

*UŽKREČIAMŲJŲ LIGŲ PROFILAKTIKA IR ASMENS HIGIENA*

Organizuota **312** renginių, dalyvavo **6778** dalyviai: Iš jų 4648 mokiniai, 2130 ikimokyklinio amžiaus vaikai.

Pokalbių metu apie peršalimo ligų bei gripo profilaktiką ugdytiniai bei įstaigų bendruomenė prisiminė pagrindinius asmens higienos principus, kurie padeda apsisaugoti nuo oro lašeliniu būdu ar per rankas perduodamų susirgimų. Taip pat buvo teiktos rekomendacijos, kaip elgtis gripo epidemijos metu, kaip grūdinti organizmą. Mokiniai naudojosi pratybų knygutėmis ,,Asmens higiena“. Vyko praktiniai mokymai naudojant „Mikrobų maišelį“, mokėsi taisyklingų rankų plovimo judesių. Mokiniams taip pat vyko pokalbiai apie pedikuliozę, jų plitimo būdus, profilaktiką bei naikinimo priemonėmis.

Išdalintas lankstinukas: ,,Gripas ir jo profilaktika“, „Viskas apie pedikuliozę“. Atmintinės ,,Kaip taisyklingai plauti rankas“, „Kodėl reikia skiepyti vaikus“.

*FIZINIO AKTYVUMO VEIKLOS*

Organizuoti **142 renginiai**, dalyvavo **8949 dalyviai**: Iš jų 7001 mokiniai, 1948 ikimokyklinukai.

Jau tampa tradicija trečius metus vasario mėnesį, vieną savaitę ugdymo įstaigose vykdyti visuomenės sveikatos biuro inicijuojamą akciją: ,,Judėkime linksmai - gyvenkime sveikai“, kurios tikslas skatinti ugdytinių fizinį aktyvumą kaip vieną iš svarbiausių kovos su lėtinėmis neinfekcinėmis ligomis priemonę. Gabijos gimnazijoje buvo suorganizuotas konkursas ,,Mano klasės mankšta“.

Rugsėjo 27-28 d. 17 rajono mokyklų buvo prisijungusios prie Sveikatos ligų ir mokymo cento organizuojamos akcijos ,,Apibėk mokyklą“, skirtos mokinių fizinio aktyvumo skatinimui. Taip pat vyko įvairios pamokėlės-diskusijos apie judėjimo svarbą, organizuotos mankštos.

*SVEIKA MITYBA IR NUTUKIMO PREVENCIJA*

Pravesti **193 renginiai**, dalyvavo **5727 dalyviai**: iš jų 4183 mokiniai, 1544 ikimokyklinukai. Sveikos mitybos užsiėmimų metu buvo akcentuojama ne tik gera savijauta, sveikos mitybos nauda, bet ir virškinimo ligų profilaktika, maistinių priedų žala organizmui. Spalio 9 d. šešiolikoje rajono ugdymo įstaigų vyko akcija „Košės diena“ kurią organizavo UAB „Malsena“. Dalyvavo 725 pradinių klasių mokiniai. Minint Europos sveikos mitybos dieną buvo organizuotas rajoninis renginys Protų mūšis ,,Sveika mityba“, kurio tikslas, atkreipti mokinių dėmesį į tinkamos mitybos principus, raginimas sveikai maitintis. Renginyje dalyvavo 100 mokinių iš dešimties rajono ugdymo įstaigų. Taip pat vyko pamokos, diskusijos, apie maisto, vandens svarbą, naudojant įvairias gautas metodines priemonės.

*LYTIŠKUMO UGDYMAS, AIDS IR LYTIŠKAI PLINTANČIŲ LIGŲ PREVENCIJA*

Pravesta **115 renginių**, dalyvavo **2139 mokiniai**, **103 ikimokyklinukai**.

Spalio mėnesį akušerė Dalia Sungailienė iš Šiaulių dalyvaudama lytiškumo programoje pravedė paskaitas 6 mokyklose 5 klasių mergaitėms apie brendimą ,,Tarp mūsų mergaičių“. Tikslas-supažindinti su anatominiais, fiziologiniais brendimo pokyčiais. Balandžio mėnesį lektorius Julius Mažonas pravedė paskaitas ,,Lytiškumo ugdymas“ septyniose mokyklose vyresniųjų klasių moksleiviams. 2016-12-01 kartu su Mažeikių rajono savivaldybės narkotikų kontrolės komisija organizuotas rajoninis renginys, protų mūšis ,,Išmok pasakyti NE“. Šią dieną siekiama atkreipti dėmesį į ŽIV/AIDS/LPL bei narkomanijos problemas. Renginyje dalyvavo 110 dalyvių iš 12 mokymo įstaigų, visuomenės sveikatos priežiūros specialistės, mokytojai.

*DANTŲ ĖDUONIES PROFILAKTIKA IR BURNOS HIGIENA*

Pravesta **78 renginiai**, dalyvavo **1818 dalyvių**: iš jų 539 mokiniai, 1279 ikimokyklinukai. Naudojant edukacinę priemonę ,,Krokodiliuką“ bei dantų muliažą, vaikai buvo mokomi, kaip reikia valyti dantukus, kokią pastą reikia naudoti ir kiek. Buvo supažindinami su maisto produktais, kurie labiau kenkia dantukams, ir kokių produktų reikia valgyti daugiau. Buvo demonstruojamas filmukas ,,Daktaras triušis“, po to vyko aptarimai. Išplatinti 1768 lankstinukai ,,Ką reikia žinoti apie silantus“.

*TRAUMŲ IR NELAIMINGŲ ATSITIKIMŲ PREVENCIJA*

Pravesti **163 renginiai**, dalyvavo **4565 dalyviai**: iš jų 3865 mokiniai, 700 ikimokyklinukų. Traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencijai buvo organizuotos tarpmokyklinės 7-8 klasių varžybos ,,Išgelbėk draugą“, kurių tikslas - formuoti mokinių humaniškąsias vertybes ugdant savitarpio supratimo, pagalbos nelaimingo atsitikimo atveju bei būti atsakingais už žmogaus gyvybę. Taip pat ugdytiniams pasitelkiant pirmos pagalbos priemones: manekenus, žaizdų modelius, buvo organizuoti praktiniai mokymai. Pamokėlių – diskusijų metu kalbėta apie saugų elgesį gatvėje, apie atšvaitų nešiojimo būtinybę. Pravesti pokalbiai-diskusijos su plaukimo treneriais apie plaukimo naudą ir svarbą. Dalyvauta akcijoje ,,Diena be automobilio:. Parengti ir išplatinti lankstinukai ,,Pagalba skęstančiajam ar skendusiam“, ,,Pirmosios pagalbos ABC“, atmintinės ,,Būk saugus vandenyje“, „Vasaros linksmybės ir pavojai“.

*PSICHIKOS SVEIKATA (SMURTO, SAVIŽUDYBIŲ PREVENCIJA, STRESO KONTROLĖ IR KT.)*

Pravesta **18 renginių**, dalyvavo **1423 dalyviai**: iš jų 1294 mokinių, 129 ikimokyklinukai. Užsiėmimų metu buvo vedamos paskaitos, pranešimai, pamokos, vedamos diskusijos, debatai psichikos, smurto, savižudybių prevencijos temomis. Vaikai buvo mokomi atskirti įvairias nuotaikas bei patyčių formas. Pradinių klasių mokiniai kūrė plakatą ,,DRAUGAUKIME – TYČIOTIS NEMADINGA“, skirtą veiksmo savaitei BE PATYČIŲ paminėti. Tirkšlių J. Vitkaus - Kazimieraičio pagrindinėje mokykloje ir ,,Ventos“ progimnazijoje vyko rašinių konkursas ,,Laiškas vienišam žmogui, bendraamžiui“. Vykdant veiklas buvo bendradarbiaujama su ugdymo įstaigoje dirbančias psichologais bei socialiniais darbuotojais.

*SVEIKATOS SAUGA IR STIPRINIMAS, BENDRIEJI SVEIKOS GYVENSENOS IR LIGŲ PREVENCIJOS KLAUSIMAI*

Pravesti **296 renginiai** , dalyvavo 6540 mokinių, 2151 ikimokyklinukas.

2016-04-07 Pasaulinei sveikatos dienai paminėti buvo organizuota akcija ,,Sveikata visiems“, taip siekiant atkreipti dėmesį į savo ir kitų sveikatą, mokytis ją tausoti ir stiprinti. Akcijos metu visuomenės sveikatos priežiūros specialistės kartu su mokiniais kalbino praeivius gatvėje, dalino skrajutes su sveikatos patarimais, lankstinukus ,,Ką reikia žinoti apie cukrinį diabetą. Kovo mėnesį minint Pasaulinę vandens dieną, ugdytiniai žiūrėjo filmuką apie vandens naudą žmogaus organizmui, atsakinėjo į pateiktus klausimus, vardino vandens trūkumo organizme savybes, vertino jo spalvą, skonį. Rugsėjo 23 d. paminėta Pasaulinė širdies diena. Gimnazijų mokiniai klausėsi lektorių Andriaus Pauliukevičiaus ir Ilkos Adams paskaitos apie sportą, mitybą, širdies sveikatą. Taip pat vyko pamokėlės – diskusijos apie regėjimo svarbą, paaiškinta kokia turi būti ugdytinio aplinka, koks turi būti apšvietimas, atstumas iki televizoriaus, kiek galima dirbti prie kompiuterio ir panašiai. Vaikai buvo išmokyti, kaip reikia daryti akių mankšteles. Išplatinti lankstinukai ,,Išsaugokime gerą regėjimą“. Nemažai mokinių turi laikysenos problemų. Biuro specialistė Jolanta Erlickytė - Balvočienė pravedė pokalbius ir praktinius užsiėmimus, kurių metu buvo vertinama laikysena. Mokiniai buvo supažindinami su mankštomis koreguojančiomis laikyseną. Apie netaisyklingos laikysenos įtaką sveikatai išdalinti ,,Taisyklinga laikysena“ lankstinukai. Gegužės, birželio mėnesiais tėveliams, kad šie skirtų kuo daugiau dėmesio savo atžalų kuprinės kontrolei, buvo išdalinti lankstinukai ,,Ar ne per sunki mano kuprinė?“ Taip pat išplatinti lankstinukai sveikatos temomis ,,Akių mankšta“, ,,Išmanieji įrenginiai ir vaikų sveikata“.

*APLINKOS SVEIKATA*

Pravesta **54 renginiai**, dalyvavo **2171 dalyvis**: iš jų 1578 mokiniai, 593 ikimokyklinukai. Užsiėmimų metu buvo suteikiama informacija apie triukšmo sukeliamas ligas, suteikta žinių kaip jį sumažinti mokykloje, poilsio aplinkoje, namuose, gatvėje. Kartu su mokiniais matavo triukšmo lygį, klausėsi natūralių gamtos (paukštelių čiulbėjimo, vandens čiurlenimo) garsų. Minint tarptautinę triukšmo suvokimo dieną įstaigos prisijungė prie Švietimo ministerijos ir Sveikatos ministerijos kvietimo tą dieną paminėti tylos minute. Daugelis ugdymo įstaigų dalyvavo ,,Sveikatiados“ projekte, lytiškumo ugdymo programoje ,,Tarp mūsų mažųjų moterų“. Biuro veiklos pristatymas buvo viešinamas socialiniuose tinkluose, biuro internetiniame puslapyje, Mažeikių rajono savivaldybės tinklapyje, laikraštyje ,,Santarvė“, ,,Roventos" televizijoje.

***VISUOMENĖS SVEIKATOS STIPRINIMo specialistų veikla***

*Sveika mityba ir nutukimo prevencija*

Biuro veiklų spektras – platus, bet susidomėjimas sveika mityba ir nutukimo prevencija – nemažėja. Per 2016 metus šia tema parašyta 15 straipsnių, pranešimų spaudai, vaizdinių pranešimų šiomis temomis: „5 pagrindinės taisyklės, kad maistas būtų saugus“, „Maisto priedai“, “Stresinis valgymas“, „Valgymo sutrikimai“, „Vanduo“, „B grupės vitaminai“, „Mitybos rekomendacijos sergant cukriniu diabetu“, „Pirmoji pagalba apsinuodijus grybais“, „Pasaulinė košės diena“, „Pasaulio maisto diena“, „Rakto skylutė“, „Europos sveikos mitybos savaitė“, „Maisto ženklinimas“, „Mityba žindymo metu“, „Kaip sveika mityba veikia mūsų gyvenimo kokybę“, „Sveikos mitybos pagrindai“, „Kaip saugiai gaminti maistą vidurvasarį“. Sveikatos informacijos skleidimas TV, radijo laidose video- ir audiosiužetai – 6. Atmintinės, lankstinukai, plakatai, brošiūros, elektroniniai ir kiti leidiniai sveikos mitybos ir nutukimo prevencijos tema - 16 (340 vnt. tiražu). Suteiktos individualios konsultacijos 36 žmonėms (kūno sudėties analizatoriaus duomenų aptarimas).

Paskaitos, pamokos, užsiėmimai sveikos mitybos ir nutukimo prevencijos mokymo temomis, suorganizuoti ir pravesti **23 kartus** per metus, kuriuose dalyvavo **403 žmonės**. Įgūdžių formavimo metu, suteikta žinių apie sveikatai palankią mitybą, jos principus. Kokie turėtų būti maisto patiekalai pusryčiams, pietums, vakarienei. Atlikome mitybos testą, parengtą Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos, piešėme sveikos mitybos piramidę, aptarėme ją. Matavome kūno masės indeksą ir taip tobulinome sveikos mitybos įgūdžius drauge su Miesto pirties lankytojais. Aplankytos įvairios bendruomenės: paskaitos, diskusijos, debatai ir kiti aktyvaus mokymo būdai „Sveikos mitybos principai“, „Sveiko maisto piramidė“, „Maisto priedai“, „Stresinis valgymas“, „Esu tai, ką valgau“ ir kt. išgirdo Viekšnių, Sedos miestelių bendruomenės, Mažeikių diabetikų klubo „Spėka“ nariai, Mažeikių Trečiojo Amžiaus Universiteto (TAU) bendruomenė; Mažeikių sutrikusio intelekto žmonių globos bendrijos „Mažeikių viltis“ bendruomenė.

Farmacininko V. Skirkevičiaus paskaita „Žolių teikiamos galios“ sulaukė ypač didelio gyventojų susidomėjimo. Kalbėta ne tik apie žolelių teikiamą naudą sveikatai, bet ir apie psichologines ligų priežastis. Renginyje dalyvavo 50 žmonių – pilna Biuro salė.

Kalbant apie sveiką mitybą, neišvengiamai paliečiama ir nutukimo bei fizinio aktyvumo tema, kaip alternatyva per dideliam kūno svoriui mažinti. „Nutukimo prevencijai – šiaurietiškojo ėjimo mokymai“ – tokiu skambiu pavadinimu buvome pakviesti dalyvauti Mažeikių rajono vaikų našlaičių ir senelių globos namų bendruomenės renginyje „Vaikystės vėjas“ (2016 m. birželis). Taip pat atstovavome Biurą „Mažeikių Varduva“ sporto šventėje (09.10); Judriajai savaitei vyresniųjų klasių mokiniai taip pat mielai išbandė šiaurietiškąjį vaikščiojimą: Pavasario m-kloje (09.19); Merkelio Račkausko gimnazijoje (09.22); Pikelių bendruomenėje (09.20).

Mažeikių Viešosios Bibliotekos projekte „Pažangių technologijų ir laisvalaikio centras“ visą gegužės mėnesį organizuotos paskaitos įvairiomis sveikatingumo temomis: „Sveika gyvensena“; „Sveika aplinka“; „Sveika mityba“; „Vanduo – gyvybės šaltinis“; „Šiaurietiškasis ėjimas“.

Trečius metus gyvuojanti „Tėvelių mokykla“ yra paruošusi dešimties paskaitų ciklą vienai besilaukiančių mamyčių (ir tėvelių) grupei. 2016 m. šioje mokyklėlėje suorganizuotos ir pravestos paskaitos: „Pirmoji pagalba vaikui“; „Vaikų mitybos ypatumai“; „Vaikų skiepų kalendorius“; „Savipagalba užklupus pogimdyminei depresijai“; „Krūtų sveikata - mokėkite krūtis pasitikrinti pačios“ Parengtos atmintinės tėveliams:„Jei nusprendžiate neskiepyti savo vaiko“*;* „Niekas pasaulyje geriau neapsaugo vaikų gyvybių už skiepus“. Paskaitas išklausė 17 moterų.

Kitas jau Biuro tradiciniu renginiu tapęs renginys - bėgimas „Už sveiką širdį“ – renginio svečiai A. Pauliukevičius ir I. Adams. Kadangi ši pora pastaruoju metu – vieni populiariausių **knygų** „Sveikas maistas“, „Tobulas kūnas“ autoriai. Taigi mažeikiečiai turėjo galimybę išgirsti profesionalių mitybos ir kultūrizmo čempionų paskaitų, kurios vyko Mažeikių miesto gimnazijose ir Biuro salėje.

*Psichikos sveikatos stiprinimas*

Visuomenėje dar labai gajūs mitai apie psichikos sveikatą, neva – tai silpnapročių ligos. Kadangi šiuo metu labai daug žmonių patiria stresą kasdien, kenčia nuo šio pojūčio sukeltų komplikacijų, kurios būna ne tik fizinės, kai skauda galvą ar prasideda lėtiniai susirgimai, bet ir dvasinės-psichologinės, kai žmogus jaučiasi liūdnas, pavargęs, nesijaučia pakylėtas. Taigi, suorganizuota gydytojo J. Sperausko paskaita „Streso chemija“. Gydytojas kalbėjo apie tai, kokiu būdu būtų galima šių nemalonių streso potyrių išvengti. Taip pat rajono gyventojai turėjo nemokamą galimybę pasiklausyti ir kitų lektorių. Suorganizuota bendra paskaita su naujai įsikūrusiu bėgikų klubu Mažeikiuose „Penki kalnai“, profesionalią paskaitą pravedė lengvaatletis D. Šaučikovu „Atšilo oras pakilo noras bėgti“. Psichologės V. Servutienės paskaita: „Gyvenu taikoje su savimi“. Psichologė mokė sėkmingai nusiteikti, kad valdant emocijas būtų lengva gyventi ne tik pačiam, bet ir aplinkiniams. Pasak V. Servutienės, kiekvienas turime emocinės patirties kibirėlį su daug pliusų ir minusų. Asmenybės pagrindas padedamas iki penkerių metų. Jei mažą žmogutį tėvai gerai vertino, dėjo pliusą prie pliuso, suaugęs jis gebės labiau savimi pasitikėti ir kovoti. „Muzikos terapija“ – kiekvienais metais vis labiau populiarėjantis užsiėmimas sveikatos dienų metu.

Psichikos sveikatos prevencija vasaros metu - žaidimai gryname ore (badmintonas). Organizuoti užsiėmimai aktyvaus laisvalaikio praleidimui Senamiesčio parke, drauge su Jaunimo reikalų taryba, „Lauko biuras“ bendruomenės, Mažeikių verslininkų asociacijos nariais. Įsigytas ir išbandytas naujas inventorius „Diskgolfas-lėkščiaskrydis“. Jaunimas ir visi susirinkusieji klausėsi šiaurietiškojo ėjimo instruktažo ir išbandė jį praktiškai. Su jaunimo atstovais diskutuota tema „Psichinės sveikatos garantas – fizinis aktyvumas“.

Lapkričio 23 d. Paminėta Negimusio kūdikio diena drauge su Krizinio nėštumo centro savanore psichologe V. Lizdeiniene. Šiam renginiui parengtas vaizdinis pranešimas „Psichologiniai nėštumo/aborto ypatumai“. Siekiame, kad net tokios skaudžios temos, kaip ši – pasiektų dienos šviesą ir kuo didesnė visuomenės dalis apie tai turėtų savo teisingą, o ne smerkiančią nuomonę. Kitais metais planuojame kviesti daugiau partnerių ir vėl daryti renginį. Informacijos apie sveikatą teikimas psichikos sveikatos tema, t.y. straipsniai, pranešimai spaudai, atmintinės ar kt. leidiniai – 11: parengtas vaizdinis pranešimas „Streso valdymo būdai“, „Psichologinė pagalba sergant onkologine liga ir jų artimiesiems“, „Pasaulinei savižudybių prevencijos dienai - uždekite žvakutę“, „Donorystė – ką aš apie tai žinau“, „Meno terapijos galia“, „Bloga nuotaika ar „klasikinė depresija“? „Jaunimo psichinė sveikata“, „Ką privalau žinoti apie epilepsiją?“, „Pyktis. Jo rūšys ir įtaka sveikatai“, „Kaip keičiasi psichikos sveikata senstant?“, „Ko labiausiai senatvės periodu bijo žmonės?“.

Iš viso per 2016 metus suorganizuoti ir pravesta **15 renginių** (paskaitų, pranešimų, pristatymų it kt.), kuriuose dalyvavo **211 žmonių**. Suteiktos 19 individualių konsultacijų. Interviu, sveikatos informacijos skleidimas TV, radijo laidose ar kita informavimo veikla buvo transliuoti 3 pranešimai, 8 – stendinės medžiagos 310 vnt. tiražu, 8 – elektroninės prieigos.

*UŽKREČIAMŲJŲ LIGŲ PROFILAKTIKA, ASMENS HIGIENA*

Užkrečiamosiomis ligomis užsikrečiama tiesiogiai nuo kitų organizmų ar užkrėstų daiktų, tad saugantis šių ligų labai svarbu laikytis asmens higienos. Mokymų metu aptarta kolektyvinio imuniteto svarba, higienos svarba ir vakcinacijos nauda. Per metus pravesta **15 renginių**, kuriuose dalyvavo **249 dalyviai**:

„Maistinės intoksikacijos“ – 4 renginiai, 68 dalyviai,

„Užkrečiamosios ligos. Ką būtina žinoti?“ – 1 renginys, 48 dalyviai,

„Asmens higiena užkrečiamųjų ligų profilaktikoje“ – 3 renginiai, 42 dalyviai,

„Širdies ligų profilaktika“ – 1 renginys, 15 dalyvių,

„Peršalimo ligos vasarą“ – 3 renginiai, 36 dalyviai,

„Tymai. Kas tai?“ – 1 renginys, 7 dalyviai,

„Klausos organų infekcijos“ – 1 renginys, 23 dalyviai,

„Sezoninės užkrečiamosios ligos“ – 1 renginys, 10 dalyvių.

Parengti **27 informaciniai pranešimai** užkrečiamųjų ligų profilaktikos, asmens higienos temomis: 12 straipsnių – „Infekcinis konjunktyvitas“, „Angina. Ką būtina žinoti?“, „Gripas. Ką mes turėtume žinoti?“, „Asmens higiena ligų profilaktikoje“, „Imunizacija. Ar reikia bijoti?“, „Vaikų viduriavimas per karščius“, „Penkios pagrindinės taisyklės, kad infekcijos nesugadintų atostogų“, „Rugsėjis – švarių rankų mėnuo“, „Pedikuliozė, kaip apsisaugoti?“, „Peršalimas, kaip apsisaugoti?“, „Gripo profilaktika”, „Mergaičių skiepijimas nuo ŽPV. Naujovės”; 4 radijo pranešimai, 5 lankstinukai – „Hepatitas“, „Hepatitas. Laikas sužinoti...“, „Uždenk savo kosulį“, „Imuniteto stiprinimas“, ,,Kovok su gripu“, 6 elektroninės žinutės.

*FIZINIS AKTYVUMAS*

Fizinio aktyvumo veiklų metu yra lavinamos organizmo fizinės ypatybės, stiprinami raumenys. Mankštos daro teigiamą įtaką laikysenai, didina stuburo paslankumą ir lankstumą. Kasdienė fizinė veikla ne tik atitolina kai kuriuos sveikatos sutrikimus, bet padeda jų išvengti. Gerinama emocinė ir psichinė būklė, gerėja nuotaika. Mamoms ir kūdikiams suteikiama galimybė gilinti tarpusavio ryšį, gauti kvalifikuotą informaciją apie vaisiaus ir kūdikio motorinės ir psichinės raidos vystymosi etapus, palaikyti kūdikio visapusišką vystymąsi ir didinti mamos fizinį aktyvumą. Mankštos skirtos Mažeikių rajono savivaldybės bendruomenėms ir įvairaus amžiaus žmonėms: senjorams, darbingo amžiaus žmonėms, jaunimui, kūdikiams, nėščiosioms. Fizinio aktyvumo užsiėmimai vykdomi biuro salėje, miesto ir rajono parkuose. Vykdytos sveikatinimo pratybos - mokymai:

„Sveikatingumo mankštos visiems“. Užsiėmimų skaičius - 25, dalyvių skaičius - 202.

„Nugaros stiprinimo mankštos“. Užsiėmimų skaičius - 32, dalyvių skaičius - 269.

„Nėščiųjų mankštos”. Užsiėmimų skaičius - 10, dalyvių skaičius - 24.

„Mamyčių mankštos su vaikais“. Užsiėmimų skaičius - 15, dalyvių skaičius - 35.

„Senjorų mankštos“. Užsiėmimų skaičius - 7, dalyvių skaičius - 62.

„Rytinės mankštos“. Užsiėmimų skaičius - 37, dalyvių skaičius - 415.

„Jaunimo mankšta“. Užsiėmimų skaičius - 1, dalyvių skaičius - 2.

Mankšta Plinkšių „Senelių globos namuose“. Užsiėmimų skaičius - 1, dalyvių skaičius - 15.

Šiaurietiškas ėjimas - 18 renginių, 112 dalyvių.

Minint „Judriąją savaitę”, fizinio aktyvumo veiklos vykdytos Pavasario pagrindinėje mokykloje, Pikelių pagrindinėje mokykloje ir Sedos Vytauto Mačernio gimnazijoje. Užsiėmimų skaičius - 3, dalyvių skaičius - 140.Konsultacijos fizinio aktyvumo klausimais – 66 kartus.

Parengti lankstinukai: „Taisyklinga mankšta“, „Fizinio aktyvumo piramidė“, „Nugaros stiprinimo mankšta“, „Kojų mankšta, sergant cukriniu diabetu“, „Pratimai, dirbant kompiuteriu“.

Informacijos viešinimas radijuje - „Fizinio aktyvumo pasekmės sveikatai“, „Sveiko europiečio kodas“.

Parengti straipsniai: „Bėgiokime teisingai“, „Cukriniu diabetu sergančių asmenų gydomieji pratimai kojoms“, „Fizinis aktyvumas ir širdies kraujagyslių ligų profilaktika“, „Paprasti patarimai, kaip padidinti fizinį aktyvumą ir pradėti mankštintis“, „Fizinio aktyvumo piramidė suaugusiems“, „Fizinio aktyvumo pasekmės sveikatai“, „Fizinis aktyvumas – būtinas sveikos gyvensenos veiksnys“, „Fizinis aktyvumas šiuolaikinio žmogaus gyvenime“, „Įsivertinkite savo fizinio aktyvumo lygį“, „Judėjimo svarba vaiko sveikatai“, „Pėdos deformacijos ir mankšta“, „Kvėpavimo mankšta padeda valdyti stresą“, „Sveikatą stiprinantis (palaikantis) fizinis aktyvumas“.

*TRAUMŲ IR NELAIMINGŲ ATSITIKIMŲ PREVENCIJA*

Vykdant traumų ir nelaimingų atsitikimų prevenciją, skatinamas taisyklingas judėjimas, aiškinama apie saugų judėjimą tamsoje, apie traumas ir nelaimingus atsitikimus vasaros metu, sportuojant, taisyklinga sunkaus svorio kėlimą ir kt. Nuolat primenama žmonėms apie saugumą kasdienėje veikloje, sportuojant, judant namų aplinkoje. Vykdytos veiklos:

Simbolinis bėgimas „Už sveiką širdį“. Užsiėmimų skaičius - 1, dalyvių skaičius - 108.

Vykdytos paskaitos: „Nelaimingas kritimas vasarą”, „Kaip padėti skęstančiajam“, „Saugi mankšta“, „Vasara – traumų metas“, „Apšilimas – traumų prevencija“, „Būk saugus rudenį“, „Apsisaugok nuo traumų namuose“, „Išsaugokime sveiką stuburą“, „Būkime atsargūs keliaudami tamsiu paros metu“, „Kaip padėti nugriuvusiam žmogui“, „Kaip nesušalti žiemą“, „Bėgiokime teisingai“, „Sėdima darbo vieta“, „Traumų profilaktika žiemą“, „Lauke slidu – būkime atsargūs“, „Vyresnio amžiaus žmonių kritimų rizika“, „Būk saugus kelyje – užsidėk atšvaitą“, „Kaip taisyklingai kelti sunkų svorį“, „Fizinio aktyvumo pasekmės sveikatai ir traumų atsiradimui“, “Kaip būti saugiu pėsčiuoju”. **Užsiėmimų skaičius - 20, dalyvių skaičius – 318.**

Parengti lankstinukai: „Kaip taisyklingai kelti sunkų svorį“, „Kaip nesušalti žiemą“.

Parengti straipsniai: „Būk saugus kelyje – užsidėk atšvaitą“, „Lauke slidu – būkime atsargūs“, „Būk saugus per kūno kultūros pamokas“, „Keliaukime saugiai“, „Ir sėdimoje darbo vietoje galime būti fiziškai aktyvūs“, „Trumpas priminimas – kaip padėti skęstančiajam“, „Pasaulinė stuburo diena – išsaugokime sveiką stuburą“, „Taisyklingas sunkaus svorio kėlimas – saugokime nugarą“, „Vaikų susižalojimų namuose galima išvengti“, „Vasaros traumos: pirmoji pagalba“, „Vyresnių amžiaus žmonių kritimų rizika“, „Kaip nesušalti žiemą“.

Informacijos viešinimas radijuje „Būk saugus kelyje – užsidėk atšvaitą“.

Šiltuoju metų laiku (birželį-rugpjūtį) lankyti miesto ir rajono paplūdimiai, dalinti įvairūs lankstinukai, teiktos konsultacijos. Žmonės apmokyti pirmos pagalbos skęstančiajam.

Mokymai pravesti Mažeikių moksleivių techninės kūrybos centre, vykusiose rajoninėse moksleivių dviratininkų varžybose „Saugus ratas“. Šių mokymų tikslas – išmokti tinkamai suteikti pirmąją pagalbą nukentėjusiajam.

*KRAUJOTAKOS SISTEMŲ LIGŲ PROFILAKTIKA*

Reguliarus ir tinkamai parinktas fizinis aktyvumas turi įtakos širdies ir kraujagyslių ligų profilaktikai, mažina sergamumą širdies kraujagyslių ligomis ir mirštamumą nuo jų. Todėl biure nuolat vykdomos širdies stiprinimo mankštos, kurių metu atliekami kvėpavimo pratimai, aktyvūs fiziniai pratimai derinami su kvėpavimu, taip pat aerobiniai pratimai. Vykdyti **37 mokymai**, kuriuose dalyvavo **468 dalyviai**:

„Širdies stiprinimo mankšta“ Plinkšių globos namuose. Užsiėmimų skaičius - 1, dalyvių skaičius - 15.

Mažeikių sporto mokyklos baseine. Užsiėmimų skaičius - 2, dalyvių skaičius - 34.

„Širdies stiprinimo mankštos“. Užsiėmimų skaičius - 34, dalyvių skaičius - 419.

Vykdytos paskaitos „Padėkime širdžiai lengviau plakti”, “Stiprinkime širdį”, “Taisyklingas kvėpavimas naudingas širdžiai”, “Fizinio aktyvumo reikšmė ŠKL profilaktikai”, ”Įsivertinkite savo fizinio aktyvumo lygį“, „Fizinio aktyvumo piramidė ir ŠKL“. **Užsiėmimų skaičius - 6, dalyvių skaičius - 89.**

*TUBERKULIOZĖS PROFILAKTIKA*

Siekiant sumažinti sergamumą tuberkulioze, sustabdyti vaistams atsparios tuberkuliozės plitimą, sumažinti jos padarinius asmeniui ir visuomenei gyventojams buvo pravesti mokymai, kurių metu dalyviai sužinojo apie apsisaugojimo būdus, prevencines priemones. Pravestas **1 renginys**, kuriame dalyvavo **20 žmonių**:

„TBC – kasdienė grėsmė“ – 1 renginys, 20 dalyvių.

Parengti 6 informaciniai pranešimai tuberkuliozės profilaktikos temomis: 1 straipsnis - „Tuberkuliozė – klastinga liga“, 1 radijo pranešimas, 2 lankstinukai: „Tuberkuliozė. Tai svarbu kiekvienam“, „Bet kas gali susirgti tuberkulioze!“ ir 2 elektroninės žinutės.

*APLINKOS SVEIKATA*

Žinome jog aplinka, kurioje gyvename, daro įtaką mūsų sveikatai. Apie 20 proc. mūsų sveikatos lemia aplinkos veiksniai. Mokymų metu gyventojai buvo supažindinti kokie yra didžiausi taršos šaltiniai mūsų aplinkoje, kokia jų įtaka sveikatai. Aptartos pramoninės cheminės medžiagos, plastikai, buitinė chemija, netvarkingas atliekų šalinimas, biologinė tarša bei triukšmo poveikis sveikatai. Iš viso pravesta **12 renginių**, kuriuose dalyvavo **259 dalyviai**:

„Maisto pakuotės“ – 4 renginiai, 83 dalyviai,

„Plastiko karta“ – 1 renginys, 30 dalyvių,

„Vanduo“ – 2 renginiai, 20 dalyvių,

„Meno terapija“ – 1 renginys, 11 dalyvių,

„Dirvožemio tarša. Sveikatą įtakojantys veiksniai“ – 1 renginys, 8 dalyviai,

„Triukšmas. Jo įtaka sveikatai“ – 3 renginiai, 107 dalyviai.

Parengtas **21 informacinis pranešimas** aplinkos sveikatos temomis: 6 straipsniai - „Pavojus ant palangės – nuodingos gėlės“, „Kai garsas virsta triukšmu“ „Maisto pakuotės. III dalis. Kiaušinių ženklinimas“, „Aplinka ir mūsų sveikata. 1 dalis“, „Aplinka ir mūsų sveikata. 2 dalis“, „Šaltis – iššūkiai mūsų sveikatai“, 2 radijo pranešimai, 8 lankstinukai – „Triukšmas ir jo įtaka sveikatai“, „Apie nudegimą saulėje“, „Ką slepia ženklas E?“, „Indai ir sveikata“, „Kompiuteris – ne tik draugas, bet ir priešas”, „Penki patarimai akims”, „Išmokime būti saugūs pėstieji”, „Būtina žinoti prieš Rentgeno tyrimą…” ir 5 elektroninės žinutės.

*LYTIŠKUMO UGDYMAS, AIDS IR LYTIŠKAI PLINTANČIŲ LIGŲ PREVENCIJA*

Mokymais siekiama vykdyti ankstyvų lytinių santykių ir su jais susijusių problemų bei lytiškai plintančių ligų prevenciją. Iš viso pravesti **3 renginiai,**  **51 dalyvis**:

„LPL profilaktika“ 3 renginiai, 51 dalyvis.

Parengti **8 informaciniai pranešimai** lytiškumo ugdymo, AIDS ir lytiškai plintančių ligų prevencijos temomis: 3 straipsniai – „Dažniausiai užduodami klausimai apie AIDS“, „Nesaugios meilės pasekmės“, „AIDS“, 2 radijo pranešimai, 1 lankstinukai - „AIDS ir LPL. Svarbiausi faktai“ ir 2 elektroninės žinutės.

*ONKOLOGINIŲ LIGŲ PROFILAKTIKA*

Onkologinių ligų profilaktika – tai priemonių, padedančių išvengti vėžio ligos, visuma. Mokymų metu gyventojai informuoti apie vėžio profilaktiką ir jos reikšmę sveikatai. Siekta, kad sąmoningai įgytas žinias taikytų savo kasdieniniame gyvenime. Iš viso pravesti **6 renginiai**, kuriuose dalyvavo **55 dalyviai**:

„Vėžio prevencija“ – 3 renginiai, 31 dalyvis,

„GMO“ 1 renginys, 8 dalyviai,

„Apgamas, o gal vėžys?“ – 2 renginiai, 16 dalyvių.

Parengti 6 informaciniai pranešimai onkologinių ligų profilaktikos temomis 3 straipsniai - „Gimdos kaklelio vėžys: kas ir kodėl?“, „Onkologinių susirgimų profilaktika“, „Saviapžiūra odos vėžio prevencijai“, 1 radijo pranešimas ir 2 elektroninės žinutės.

*RŪKYMO, ALKOHOLIO IR NARKOTIKŲ VARTOJIMO PREVENCIJA*

Remiantis statistikos departamento duomenimis 2014 m. Mažeikių rajono savivaldybėje buvo užregistruoti 760 asmenų sergančių priklausomybės ligomis iš kurių 19 asmenų sergančių narkomanija. Siekiant mažinti Mažeikių rajono gyventojų sergamumą ir mirtingumą nuo alkoholio, tabako ir narkotinių medžiagų sukeliamų sveikatos problemų, bei su šių medžiagų vartojimu susijusiomis nusikalstamomis veikomis, buvo stengiamasi formuoti naujus elgesio ir gyvensenos įgūdžius. Visuomenės sveikatos biuras 2016 m. užsiėmė rūkymo, alkoholio, narkotikų ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo mažinimo prevencija. Tam tikslui įgyvendinti buvo bendradarbiaujama su Probacijos tarnyba, Mažeikių Švč. Jėzaus Širdies parapijos Caritu, Anoniminių alkoholikų draugija. Mažeikių rajono gyventojams skaitomos paskaitos ir diskutuojama šiomis temomis: „Alkoholis ir jo daroma žala“, „Tabako žala“, „Smurtas artimoje aplinkoje“, „Rizikos veiksniai ir širdies kraujagyslių ligos (cukrinis diabetas, arterinė hipertenzija, dislipidemija, hipodinamija, angliavandenių apykaitos sutrikimai)“, „Geriantys vyrai namuose“, „Geriantys artimieji“ „Fizinis aktyvumas, be žalingų įpročių“, „Rūkymas žudo”, „Į laisvę nuo priklausomybių”. **Bendras renginių skaičius (17), dalyvių skaičius (270)**; Rašomi straipsniai temomis: „Vasaros atostogos be lašo alkoholio“, „Girtas vairuotojas – iššūkis kelyje“, „Priklausomybė nuo alkoholio - testas“, „Rūkymo ir sveikatos akistata“, „Tabako rūkymas – įsitikink ar nesi priklausomas – TESTAS“ „Kyla klausimų dėl ŽIV/AIDS?“ - pasaulinei AIDS dienai paminėti. Bendras straipsnių skaičius (6); Parengtas lankstinukas: „Kodėl būtent Jums reikia rūkyti“ tiražas (300 vnt.), „Rūkau – viską žinau, bet ..?“ tiražas (200 vnt.).

*ŠIRDIES IR KRAUJAGYSLIŲ LIGŲ RIZIKOS ASMENŲ SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMA*

2016 m. antrąjį pusmetį pradėta vykdyti Širdies ir kraujagyslių ligų rizikos grupės asmenų sveikatos stiprinimo programa. Mažeikių rajono savivaldybės pirminės sveikatos priežiūros centrai teikė preliminarius dalyvių sąrašus. Iš 135 į sąrašą įtrauktų rizikos grupės asmenų, programoje savanoriškai sutiko dalyvauti 49. Sveikatos rodiklių būklės lapą po 3 mėn. dalyvavimo programoje, užpildė – 24, na o duomenis po 12 mėn. – turėtų teikti pirminiai sveikatos priežiūros centrai, nes Biuras neturi įgaliojimų kaupti ir sisteminti pacientų asmens duomenų. Juolab, kad tyrimus, susijusius su programos vykdymu (cholesterolio kiekis kraujyje, gliukozės kiekis kraujyje ir kt.) atlieka šeimos gydytojas.

Žemiau pateikiame lentelę apie programos dalyvius, kuriuos suskirstėme į 4 pogrupius: Mažeikių miesto – dvi grupės ir po vieną Viekšnių ir Sedos miesteliuose.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Vertinimo kriterijai** | **Viekšnių m. dalyviai** | **Sedos m. dalyviai** | **Mažeikių m. I gr.** | **Mažeikių m. II gr.** |
| Dalyvių skč. | 16 | 9 | 21 | 11 |
| Užpildžiusių anketą po 3 mėn. skč. | 9 | 5 | 7 | 3 |
| Svoris   |  | | --- | | Sumažėjo | | Padidėjo | | Nepakito | | |  | | --- | | 5 | | 3 | | 1 | | |  | | --- | | 3 | | 1 | | 1 | | |  | | --- | | 2 | | 4 | | 1 | | |  | | --- | | - | | 1 | | 2 | |
| Liemens apimtys   |  | | --- | | Sumažėjo | | Padidėjo | | Nepakito | | |  | | --- | | 7 | | 1 | | 1 | | |  | | --- | | 2 | | 2 | | 1 | | |  | | --- | | 1 | | 5 | | 1 | | |  | | --- | | - | | 1 | | 2 | |
| Pulsas sėdint   |  | | --- | | Sumažėjo | | Padidėjo | | Nepakito | | |  | | --- | | 5 | | 2 | | 2 | | |  | | --- | | 3 | | - | | 2 | | |  | | --- | | 6 | | - | | 1 | | |  | | --- | | - | | 1 | | 2 | |
| KMI   |  | | --- | | Sumažėjo | | Padidėjo | | Nepakito | | |  | | --- | | 4 | | - | | 5 | | |  | | --- | | 2 | | 1 | | 2 | | |  | | --- | | 1 | | 1 | | 5 | | |  | | --- | | - | | 1 | | 2 | |

**2016 m. spalio – gruodžio mėn. Širdies ir kraujagyslių ligų rizikos grupės asmenų sveikatos stiprinimo programos dalyvių sveikatos rodiklių pokyčiai**

Ši programa kritikuojama ją vykdančių asmenų, nes nėra atsakomybės šeimos gydytojų (dėl nukreipimo į Biurą lankyti užsiėmimus) bei pacientų (dėl užsiėmimų lankymo), todėl sunku vertinti, kokią tiesioginę naudą gauna, programoje dalyvaujantis asmuo.

***VISUOMENĖS SVEIKATOS STEBĖSENOS specialistO veikla***

Visuomenės sveikatos stebėsena buvo vykdoma vadovaujantis Mažeikių rajono savivaldybės tarybos sprendimu patvirtinta Mažeikių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos 2015 metų ataskaita. 2016 m. buvo surinktas 51 Mažeikių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos būklę atspindintis rodiklis. Dauguma sveikatos rodiklių buvo gauti iš centralizuotai teikiamų duomenų šaltinių: Lietuvos statistikos departamento, Higienos instituto Sveikatos informacinio centro leidinių ir kompiuterinių duomenų bazių, taip pat iš Šiaulių teritorinės ligonių kasos, Lietuvos darbo biržos Mažeikių skyriaus, Telšių visuomenės sveikatos centro. Iš gautų duomenų buvo parengta Mažeikių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos duomenų ataskaita. Ataskaitoje pristatyti pagrindiniai Mažeikių rajono savivaldybės, Lietuvos demografinės ir socialinės-ekonominės būklės, gyventojų sveikatos būklės, fizinės aplinkos ir sveikatos priežiūros įstaigų veiklos rodikliai, jų pokyčiai, tendencijos. Parengtos 2 Mažeikių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos ataskaitos už 2015 metus. Remiantis šiais duomenimis, parengtos rekomendacijos dėl gyventojų sveikatos būklės gerinimo.

Vykdant vaikų profilaktinių patikrinimų stebėsena buvo surinkti bendrojo lavinimo vaikų dantų ir žandikaulių būklės duomenys ir atlikta šių duomenų analizė ir parengta 1 ataskaita.

Vykdant vaikų sergamumo stebėseną, buvo surinkti Mažeikių rajono savivaldybės bendrojo lavinimo mokyklų ir ikimokyklinio ugdymo įstaigų vaikų sergamumo duomenys, atlikta šių duomenų analizė ir parengtos 2 ataskaitos.

Parengta Mažeikių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos ikimokyklinio ugdymo įstaigų profilaktinių sveikatos patikrinimų duomenų analizės ataskaita ir pateiktos išvados, bei iškelti tikslai ateičiai, dėl vaikų sveikatos būklės gerinimo.

Bendrai parengti ir pateikti 2 informaciniai pranešimai visuomenei.

Direktorė Renata Laucevičienė