

Zdraví 2020 – Akční plán č. 12: Rozvoj zdravotní gramotnosti

Zdravotní gramotnost v ČR je nízká. Svědčí o tom jak charakteristiky životního stylu, úroveň i rozložení zdravotního stavu obyvatel, i nedávná studie dokumentující nižší zdravotní gramotnost obyvatel ČR, ve které zaostáváme za průměrem zemí EU. Zahraniční studie vedly mimo jiné k těmto závěrům:

- Vysoká zdravotní gramotnost je pro společnost přínosem.
- Nízká zdravotní gramotnost je závažným zdravotně rizikovým faktorem.
- Zdravotní gramotnost souvisí se sociálním gradientem a její nízká úroveň prohlubuje nežádoucí zdravotní nerovnosti.
- Zvyšování zdravotní gramotnosti je celoživotní proces. ZG souvisí s ekonomickou a sociální situací i s kulturní úrovní.
- Nízká ZG vede k vysokým nákladům na zdravotní péči.

Nízká zdravotní gramotnost je příčinou plýtvání v systému zdravotní péče. Lidé s nižší ZG podceňují péči o své zdraví a možnosti prevence. Se zdravotními problémy přicházejí do zdravotnických zařízení v pozdních stádiích nemoci, kdy mnohá terapie již není dostatečně účinná. Nižší ZG vede k výskytu preventabilních nemocí, ke kterým vůbec nemuselo dojít. ZG je ovlivnitelnou determinantou zdraví.

Pracovní skupina pro rozvoj zdravotní gramotnosti vymezila šest hlavních oblastí, které jsou relevantní pro rozvoj zdravotní gramotnosti.

- a) Strategie soustavného rozvoje zdravotní gramotnosti** (příprava strategického dokumentu Národního plánu rozvoje zdravotní gramotnosti).
- b) Informace** (kvalita a dostupnost, portál zdravotní gramotnosti).
- c) Výchova a vzdělávání** (školy, školská zařízení, celoživotní vzdělávání).
- d) Výzkum a hodnocení** (mezinárodně srovnatelná metodika, HIA, EIA, SIA).
- e) Média** (věrohodnost a kvalita informací, vzdělávání novinářů).
- f) Komunitní projekty** (Zdravé město, Škola podporující zdraví, Podnik podporující zdraví, Nemocnice podporující zdraví, Bezpečná škola, Bezpečná komunita, Města přátelská seniorům, Zdravý kraj, Zdravý region, příklady dobré praxe).

KHS MSK poskytuje laické i odborné veřejnosti pravidelně informace o aktuální situaci v oblasti ochrany veřejného zdraví v regionu prostřednictvím všech typů

Krajská hygienická stanice Moravskoslezského kraje se sídlem v Ostravě

Na Bělidle 7, 702 00 Ostrava

Tel: 595 138 111, Fax: 595 138 109

podatelna@khsova.cz, www.khsova.cz, ID datové schránky: w8pai4f

sdělovacích prostředků a ČTK. Aktuální informace jsou k dispozici na webových stránkách www.khsova.cz, nyní také v anglické jazykové mutaci. Informace jsou uveřejňovány na facebooku, nově též na Instagramu.

KHS MSK vydala v roce 2018 celkem 211 informativních výstupů o aktuálním dění v oblasti ochrany veřejného zdraví. Také publikovala 11 článků v odborných časopisech. Aktivní prezentace na různých akcích (semináře, konference) - celkem 172 příspěvků. Provádí distribuci vzdělávacích materiálů do školských zařízení (školní brašna, správné sezení, větrání škol).

Každoročně vydává žádanou ročenku a zpravodaj KHS MSK, v nichž jsou přehledně shrnuty výsledky státního zdravotního dozoru, zdravotní ukazatele obyvatel MSK a údaje o infekčních a neinfekčních onemocněních - tyto materiály slouží jako podklady pro tvorbu zdravotní politiky v regionu.

S ohledem na celoživotní vzdělávání odborných pracovníků v roce 2018 pořádala KHS MSK tři celostátní konference - konferenci s mezinárodní účastí Slezské dny preventivní medicíny v Ostravici, které se zúčastnilo celkem 250 účastníků, kteří přednesli 51 odborných sdělení, dalších 19 příspěvků bylo prezentováno v posterové sekci. Dále KHS MSK organizovala Pachnerovy dny hygieny práce v Karlově Studánce a 16. pracovní setkání k problematice vod na Čeladné.

KHS MSK dále pořádá pro odbornou veřejnost vzdělávací akce na různá aktuální témata dle zaměření jednotlivých odborů (např. pro bezpečnostní techniky, pro zdravotnické pracovníky a ústavní hygieniky, pro provozovatele stravovacích zařízení, včetně školních jídelen, hygienické minimum pro provozovatele služeb péče o tělo, akce v oblasti výživy seniorů).

Velký význam má tento typ činnosti zejména v oblasti vzdělávání dětí předškolního věku a na základních školách. Vzdělávací programy pro děti jsou zaměřeny prioritně na zdravou výživu (realizace probíhá formou hry), součástí je vždy i podpora pohybových aktivit. Jejich cílem je zábavnou a dětem srozumitelnou formou představit výhody správné výživy a pohybu, vysvětlit příjem a výdej energie z potravin a také zopakovat zásady hygienického chování při jídle (např. mytí rukou). V mateřských školách se tak děje formou hry, např. „Na zdravý semafor“, „Víš, co jíš?“, „Víš, jak to spálíš?“

Výchovný program pro žáky základních škol je zaměřený na správnou výživu, na výživovou pyramidu a na pitný režim. Cílem je opět srozumitelnou formou žákům představit princip výživové pyramidy, zopakovat zásady zdravého životního stylu, určit zdroje vitamínů a minerálních látek, pomoci žákům při volbě vhodného nápoje a seznámit je s netradičními (méně běžnými) potravinami.

Krajská hygienická stanice Moravskoslezského kraje se sídlem v Ostravě

Na Bělidle 7, 702 00 Ostrava

Tel: 595 138 111, Fax: 595 138 109

podatelna@khsova.cz, www.khsova.cz, ID datové schránky: w8pai4f

KHS MSK se v roce 2018 aktivně zúčastnila akce „Den Země“, kdy byl nosným tématem „Život v pohybu“. Akce byla zaměřena hlavně na děti, kterým byl vysvětlován význam pohybu pro člověka a jeho zdraví, jakožto součást zdravého životního stylu. Děti se dozvěděly řadu informací o důležitosti srdce, o jeho činnosti, kolik tepů za minutu naměříme v klidu a jak se tep změní po zátěži. Vše si také prakticky vyzkoušely.

KHS MSK se zapojila do dalších komunitních aktivit typu „Týden zdraví“, „Týden mobility“, „Veletřh sociálních služeb“, „Dne bez tabáku“, „Dny zdraví“, „Dny NATO“ - ve vlastním stánku byly podávány informace o činnosti KHS MSK, poskytovány zdravotně-výchovné materiály, informace o zdravé výživě, součástí je výchova k nekouření a další.

AP č. 12 Rozvoj zdravotní gramotnosti, najdete na webu Ministerstva zdravotnictví.