

# 2010



Kauno miesto savivaldybės Visuomenės  
sveikatos biuras

## KAUNO MIESTO GYVENTOJŲ SVEIKATA



Kauno miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras

## **KAUNO MIESTO GYVENTOJŲ SVEIKATA 2010 M.**

Autoriai

**Irmina Raudoniūtė**

Patarimus ruošė

**Alina Didžiokienė, Rasa Vaitkienė, Justina Kapočiūnienė**

**KAUNAS 2010**

## TURINYS

|                                                  |           |
|--------------------------------------------------|-----------|
| DEMOGRAFINĖ SITUACIJA.....                       | 5         |
| LĖTINĖS NEINFEKcinĖS LIGOS .....                 | 8         |
| UŽKREČIAMOSIOS IR INFEKcinĖS LIGOS.....          | 14        |
| AUTOĮVYKIAI KAUNE .....                          | 20        |
| TRAUMOS IR APSINUODIJIMAI .....                  | 22        |
| PASKENDIMAI .....                                | 24        |
| GAISRAI.....                                     | 25        |
| JAUNIMO SVEIKATA.....                            | 27        |
| <i>Bendras sergamumas .....</i>                  | <i>27</i> |
| <i>Skeleto-raumenų sistemos sutrikimai .....</i> | <i>29</i> |
| <i>Regos sutrikimai.....</i>                     | <i>32</i> |
| <i>Kitos ligos ir sutrikimai.....</i>            | <i>33</i> |
| <i>Kūno masės indeksas.....</i>                  | <i>36</i> |
| MIRTINGUMAS .....                                | 38        |

## IVADAS

„Kauno miesto gyventojų sveikata“ – tai statistinis leidinys, kurį Kauno miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras surinkęs ir išanalizavęs Kauno savivaldybės visuomenės sveikatos duomenis, išleidžia kasmet. Tikslingai organizuotas visuomenės sveikatos būklės, ją veikiančių sveikatos rizikos veiksnių stebėjimas, analizė ir vertinimas yra labai svarbi priemonė gerinant gyventojų sveikatos būklę. Tik identifikavus bendruomenės sveikatos bukės stipriąsias ir silpnąsias sritis savivaldybėje ir mažinant rizikos veiksnius šiose srityse galima pasiekti efektyvaus rezultato.

„Kauno miesto gyventojų sveikata 2010 m.“ pateikiami statistiniai duomenys apie Kauno savivaldybės visuomenės sveikatos būklę: demografinę situaciją, sergamumą lėtinėmis neinfekcinėmis ligomis, sergamumą užkrečiamomis ligomis, psichikos sveikatą, nelaimingus atsitikimus (autoįvykius, traumas ir apsinuodijimus, paskendimus, gaisrus), vaikų sveikatos aspektus bei mirtingumo situaciją.

## DEMOGRAFINĖ SITUACIJA

Gyventojų skaičius kaip ir visoje Lietuvoje, Kauno apskrityje, taip ir Kauno mieste kasmet sistemingai mažėja. Statistikos departamento duomenimis prie Lietuvos Respublikos Vyriausybės, 2009 metais Lietuvoje buvo užregistruota 64 tūkst. gyventojų mažiau nei 2005 metų pradžioje.

2009 metų pradžioje Kauno mieste gyveno 352279 gyventojai: 157 597 vyrai, tai sudarė 44,7 proc., 194 682 moterys (55,3 proc.). Nuo 2004 iki 2009 metų pradžios kauniečių sumažėjo daugiau nei 11 tūkst. arba 3,2 proc. (1 lent.).

*1 lentelė. Gyventojų skaičius*

| Vietovė         | Metai   |         |         |         |         |         |
|-----------------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
|                 | 2004    | 2005    | 2006    | 2007    | 2008    | 2009    |
| Kaunas          | 364059  | 362343  | 360637  | 358111  | 355586  | 352279  |
| Kauno apskritis | 685723  | 683318  | 680937  | 677284  | 673706  | 670546  |
| Lietuva         | 3425324 | 3414280 | 3403284 | 3384879 | 3366357 | 3349872 |

*Šaltinis: Statistikos departamentas prie LRV*

Didžiausią gyventojų dalį sudaro darbingo amžiaus žmonės, 2009 metais Kaune jų gyveno 64,8 proc., nuo 2006 iki 2009 darbingo amžiaus žmonių padaugėjo 0,8 proc. (2 lent.).

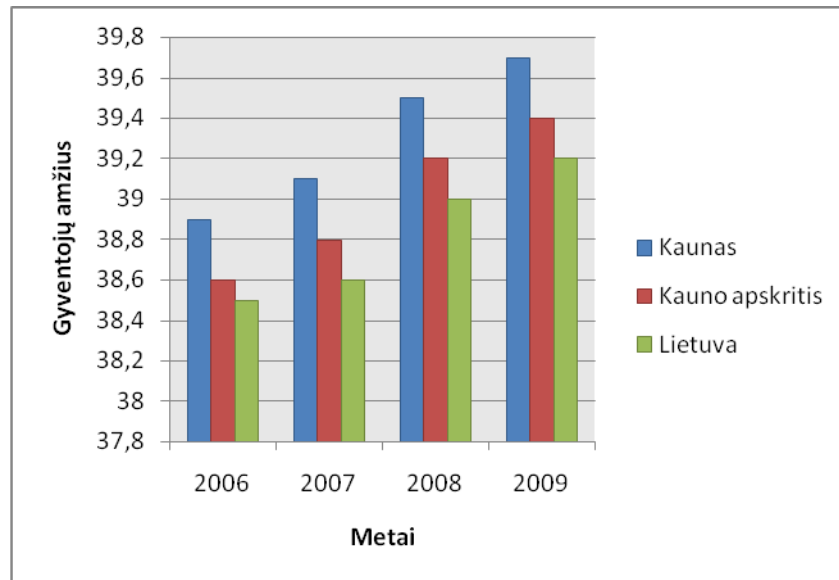
Pagal tarptautiniu mastu priimtais vertinimais, Lietuva priskiriama prie demografiškai senėjančių šalių grupės. Pastebėtina, kad ir Kauno miesto populiacija sensta ir senyvo amžiaus žmonių daugėja. Jaunų žmonių (iki 15 metų amžiaus) priešingai nei senyvo amžiaus gyventojų sparčiai mažėja. Per ketverius metus (nuo 2006 metais užregistruota 16,5 proc., o 2009 metai 15,5 proc.) jaunų gyventojų Kauno mieste sumažėjo 1 proc.

*2 lentelė. Kauno miesto gyventojai pagal sustambintas amžiaus grupes, proc.*

|                                | 2006 | 2007 | 2008 | 2009 |
|--------------------------------|------|------|------|------|
| Gyventojai (0–15 metų amžiaus) | 16,5 | 16,1 | 15,7 | 15,5 |
| Darbingo amžiaus gyventojai    | 64   | 64,4 | 64,5 | 64,8 |
| Pensinio amžiaus gyventojai    | 19,5 | 19,5 | 19,8 | 19,7 |

*Šaltinis: Statistikos departamentas prie LRV*

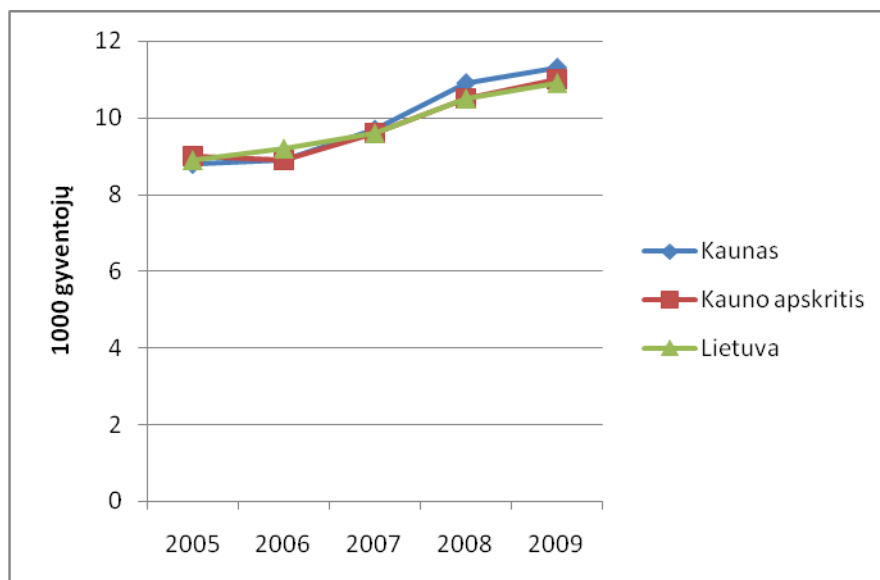
Pagal vidutinį gyventojų amžių, šalies gyventojai yra jaunesni už Kauno miesto gyventojus. Pastebima vidutinio gyventojų amžiaus augimo tendencija. 2009 metais vidutinis kauniečių amžius buvo 39,7 metai, Kauno apskrities – 39,4, Lietuvos – 39,2 metai. Ženklius skirtumai pastebimi tarp vyrų ir moterų vidutinio gyventojų amžiaus, Kauno mieste 2009 metais vyrų vidutinis amžius užfiksuotas 36,8 metai, moterų – 42,1 metai (1 pav.).



*1 pav. Vidutinis gyventojų amžius metų pradžioje Kauno mieste, Kauno apskrityje ir Lietuvoje*

*Šaltinis: Statistikos departamentas prie LRV*

Statistikos departamento prie LRV duomenimis gimstamumas tiek Kauno mieste, Kauno apskrityje, tiek šalyje didėja. Nuo 2007 metų iki 2008 metų gimstamumo rodiklis augo sparčiau nei nuo 2008 metų iki 2009 metų. Vis gi Kauno mieste gimstamumas 2009 metais užregistruotas didesnis nei Lietuvoje, jis siekia 11,3 ir 10,9 atvejų iš 1000 gyventojų atitinkamai (2 pav.).



2 pav. Gimstamumas 1000 gyv. Kauno mieste, Kauno apskrityje ir Lietuvoje

Šaltinis: Statistikos departamentas prie LRV

Mirtingumas Kauno mieste nuo 2006 metų iki 2008 metų turėjo tendenciją didėti, tik 2009 metais užfiksuotas mažėjimas, tuo tarpu šalyje ir Kauno apskrityje jau nuo 2006 metų mirtingumas sistemingai mažėjo, (3 lent.).

3 lentelė. Mirtingumas 1000 gyv. Kauno mieste, Kauno apskrityje ir Lietuvoje

|             | 2006 | 2007 | 2008 | 2009 |
|-------------|------|------|------|------|
| Kaunas      | 11,7 | 11,8 | 11,9 | 11,5 |
| Kauno apsk. | 12,6 | 13,1 | 12,7 | 12,2 |
| Lietuva     | 13,2 | 13,5 | 13,1 | 12,5 |

Šaltinis: Statistikos departamentas prie LRV

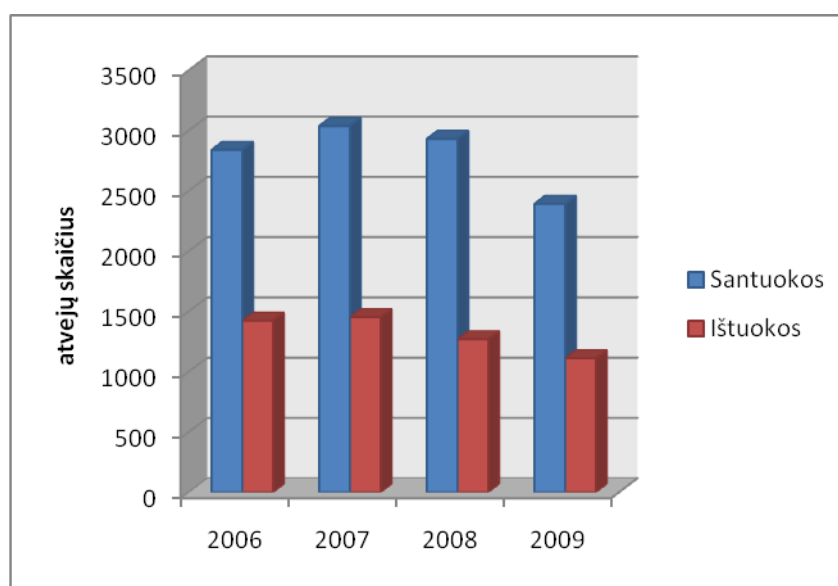
Natūralus gyventojų prieaugis - tai skirtumas tarp gimstamumo ir mirtingumo. Natūralaus gyventojų prieaugio pastebima didėjimo tendencija (4 lent.). 2008 metais natūralus Kauno miesto gyventojų prieaugis buvo -362, o 2009 metais užfiksuotas staigus padidėjimas iki -79, Lietuvoje - 8767 ir - 5383 atitinkamai.

4 lentelė. Natūralus gyventojų prieaugis 1000 gyv. Kauno mieste, Kauno apskrityje ir Lietuvoje

|      | Kaunas | Kauno apskr. | Lietuva |
|------|--------|--------------|---------|
| 2006 | -2,8   | -3,7         | -4      |
| 2007 | -2,1   | -3,5         | -3,9    |
| 2008 | -1,02  | -2,16        | -2,6    |
| 2009 | -0,26  | -1,25        | -1,6    |

Pilnoje ir sveikoje šeimoje formuojasi pilnavertė karta. Kaip rodo daugelyje šalių atlikti tyrimai, silpstanti šeimos institucija yra vienas didžiausių pavojų visuomenės ateičiai. Kauno mieste santuokų skaičius trijų metų laikotarpyje sparčiai sumažėjo, jei 2007 susituokė daugiau nei 3 tūkst. porų, tai 2009 susituokė 2392 žmonės, t. y. 646 santuokomis mažiau (3 pav.).

Ištuokų tendencijos išlieka tokios pačios kaip ir santuokų: nuo 2007 metų susituokę žmonės skiriasi vis mažiau trijų paskutinių metų laikotarpyje, 2007 metais Kauno mieste užregistruota 1453 ištuokų, 2008 metais 1269 ir 2009 metais - 1111 ištuokų. Taigi 2009 metais apie pusę susituokusiųjų santuokas baigia skyrybomis, t. y. 46 proc. šeimų išsiskiria.



*3 pav. Santuokų ir ištuokų skaičius Kauno mieste.*

*Šaltinis: Kauno miesto savivaldybės Civilinis metrikacijos biuras*

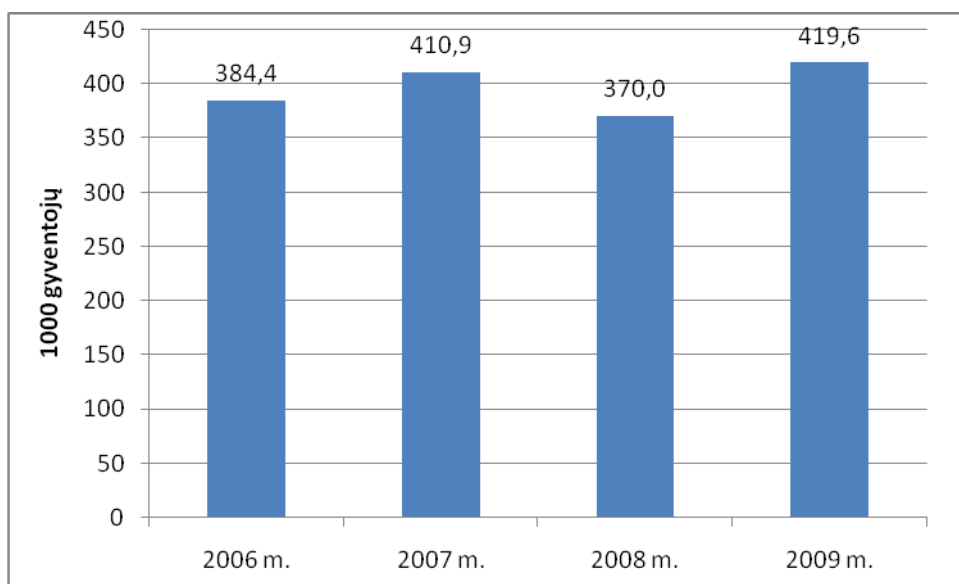
## **LĖTINĖS NEINFEKCINĖS LIGOS**

Dabartinis gyvenimo būdas, urbanizacija, tobulėjanti technika iškėlė naujų problemų. Padažnėjo lėtinių neinfekcinių ligų: kvėpavimo, širdies ir kraujagyslių, plaučių, vėžio, cukrinio diabeto, judamojo aparato ir kitų. Lėtinių neinfekcinių ligų priežastys yra labai įvairios ir kiekvienai iš jų atsirasti turi įtakos daug nepalankių sąlygų, arba taip vadinamų rizikos veiksnių. Daugelis rizikos veiksnių vienodai skatina vystytis kelias ligas. Pavyzdžiui, rūkymas didina riziką susirgti širdies ligomis, vėžiu, taip pat lėtinėmis plaučių ligomis. Dėl padidėjusio kūno svorio gali sutrikti medžiagų apykaita, prasidėti įvairios ligos.



Sveikata neegzistuoja pati savaime. Ja žmogus turi rūpintis visą gyvenimą. Reikia gerai žinoti rizikos veiksnius, didinančius tikimybę sirgti įvairiomis ligomis, bloginančiais žmogaus sveikatą, trumpinančiais jo gyvenimą.

Kauno mieste labiausiai paplitusios yra kvėpavimo sistemos ligos. Nors situacija gerėjo 2008 metais, tačiau 2009 vėl padažnėjo kvėpavimo ligų atvejų. Higienos instituto sveikatos informacijos centro duomenimis 2009 metais užfiksuota 276 atvejų iš 1000 gyventojų, tai reiškia, kad kas ketvirtas kaunietis turėjo problemų su kvėpavimo sistemos ligomis (1 pav.).

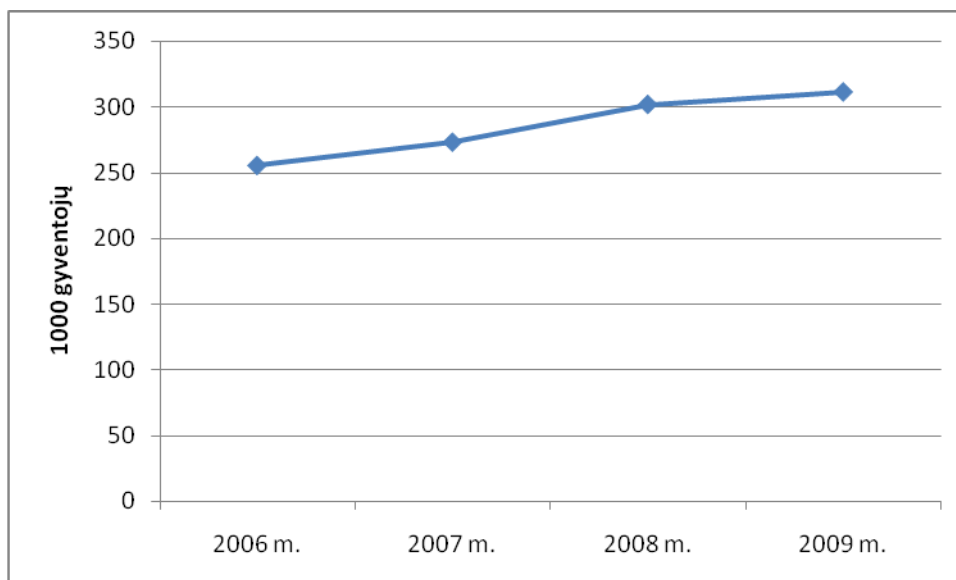


1 pav. Bendrasis sergamumas kvėpavimo sistemos ligomis Kauno mieste 1000 gyventojų

Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centro duomenys

Kraujotakos sistemos ligos yra vieni iš dažniausiai pasitaikančių susirgimų, be to kasmet priskaičiuojama vis daugiau ligos atvejų, o mirštamumas nuo šių ligų sudaro daugiau nei pusę visų mirties priežasčių.

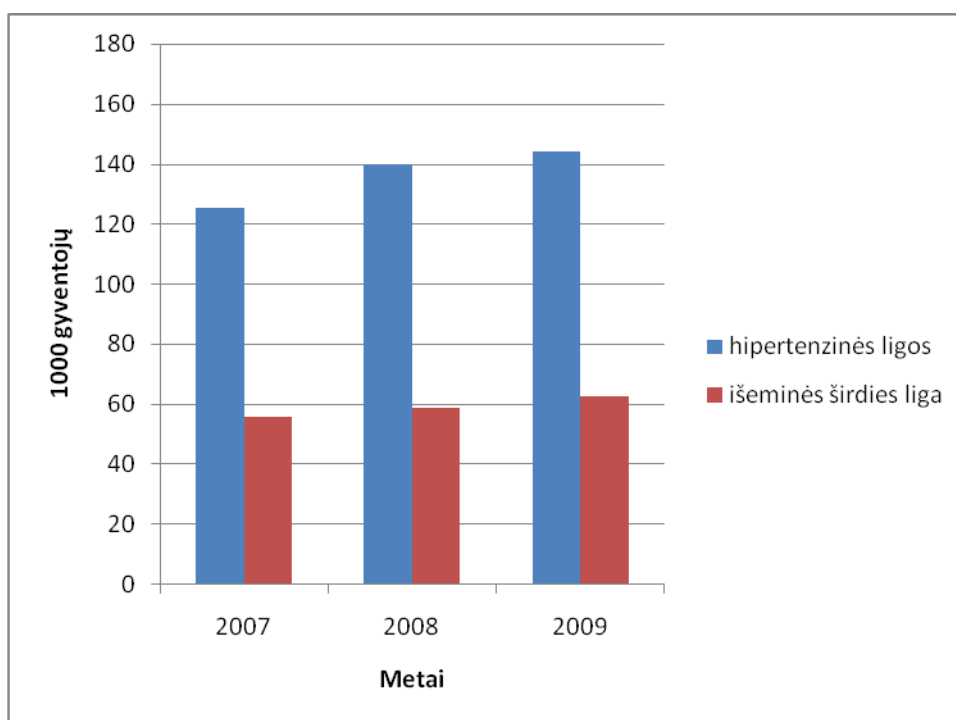
Higienos instituto Sveikatos informacijos centro duomenimis 2009 metais kas penktas kaunietis sirgo kraujotakos sistemos ligomis, tai sudarė 200,9 atvejų iš 1000 gyventojų, tuo tarpu 2007 m. buvo priskaičiuojama 180,0 atv. (2 pav.). Pastebėta, kad kraujotakos sistemos ligomis dažniau serga moterys nei vyrai.



2 pav. Bendrasis sergamumas kraujotakos sistemos ligomis Kauno mieste 1000 gyventojų

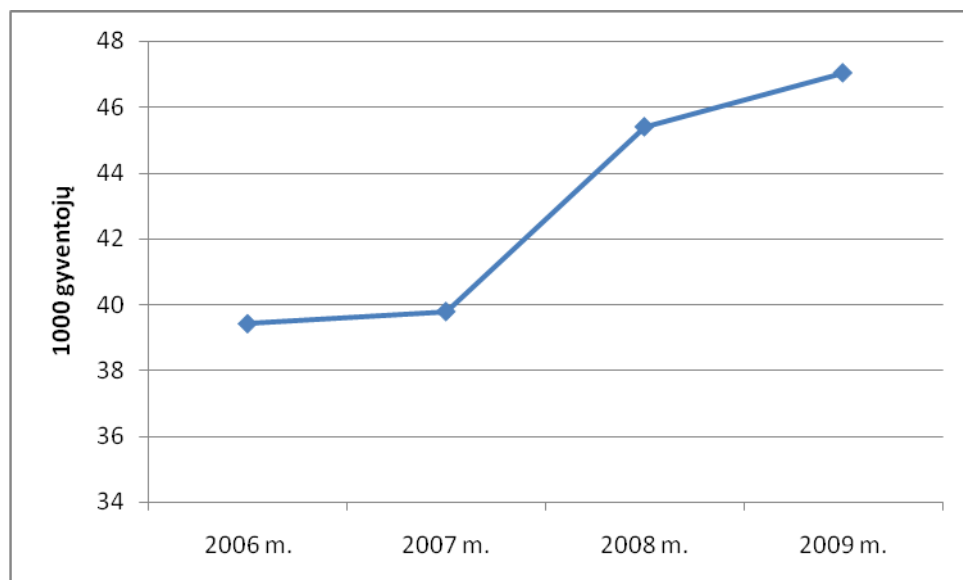
Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centro duomenys

Iš kraujotakos sistemos ligų yra išskiriamos išeminės ir hipertenzinės ligos. Išeminė širdies liga (IŠL) – tai širdies liga išsivysčiusi dėl širdies kraujagyslių užsikimšimo dėl aterosklerozės ar trombo. 2009 metais ši liga sudarė daugiau nei ketvirtadalį visų kraujotakos sutrikimų. Hipertenzinę širdies ligą sukelia aukštas kraujospūdis. Šios ligos atvejai kasmet tankėja, jei 2007 m. buvo užfiksuota 125,2 atvejų 1000 gyventojų, tai po dviejų metų 144,2 atv./1000 gyventojų (3 pav.).



3 pav. Sergamumas hipertenzinėmis ir išeminės širdies ligomis Kauno mieste 1000 gyventojų

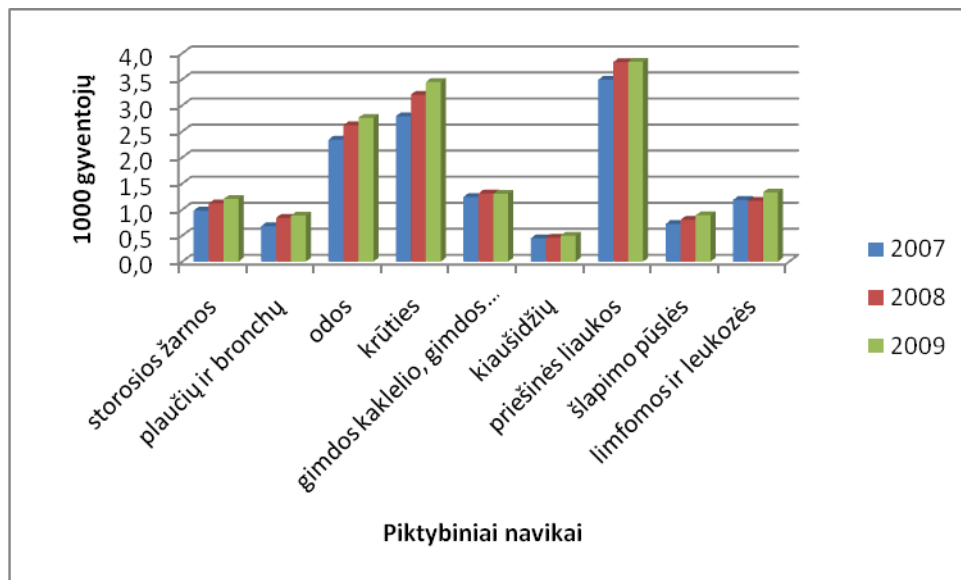
Vienas iš Lietuvos sveikatos programos tikslų buvo sumažinti piktybinių navikų sergamumą bei mirtingumą, tačiau per 12 programos metų tai nepavyko padaryti. Lietuvoje šalies gyventojų sergamumas piktybiniais navikais ir mirtingumas nuo jų nuolat didėja, nors daugelyje ekonomiškai išsivysčiusių ES šalių šie rodikliai jau pradeda mažėti. Vėžio atsiradimo priežastys dar nėra iki galo išaiškintos, todėl padėti gali tik ankstyva diagnostika ir rizikos veiksnių paplitimo sumažinimas. Moterys onkologinėmis ligomis serga dažniau nei vyrai, 2009 metais Kauno mieste naujų vėžio atvejų buvo užregistruota 2440 vyrams bei 6054 moterims. Sergamumo piktybiniais navikais Kauno mieste pastebėta didėjimo tendencija (4 pav.).



4 pav. Bendrasis sergamumas piktybiniais navikais Kauno mieste 1000 gyventojų

Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centro duomenys

Iš piktybinių navikų 1000 gyventojų daugiausiai atvejų sudaro priešinės liaukos, krūtys, odos piktybiniai navikai, gimdos kaklelio ir kt. (5 pav.).



5 pav. Sergamumas piktybiniais navikais Kauno mieste 1000 gyventojų

Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centro duomenys

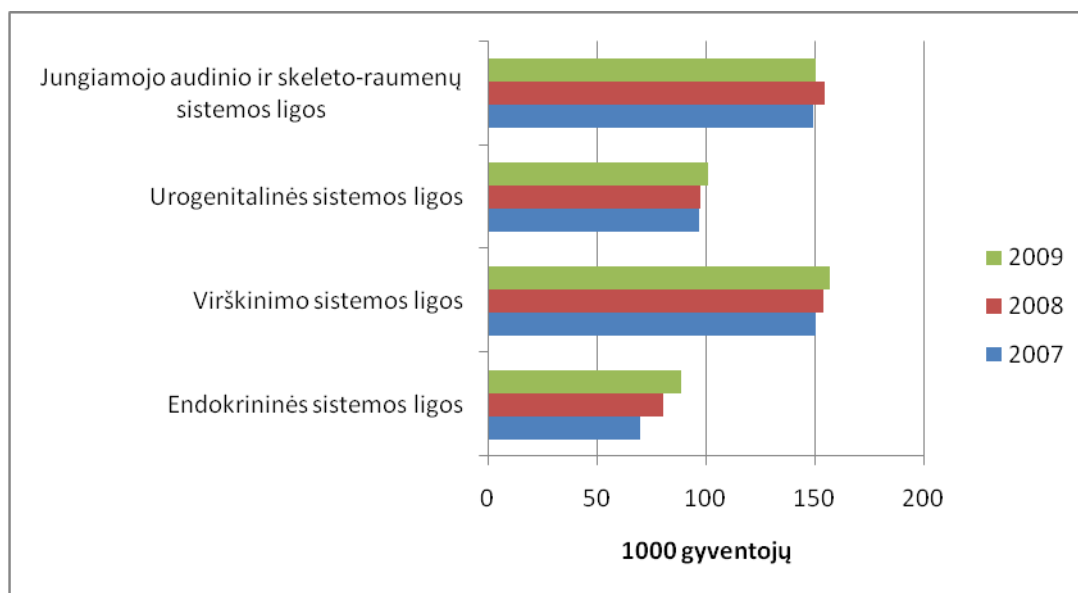
Vyrų sergamumas prostatos vėžiu vis didėja. Per paskutinius metus Kauno mieste užfiksuota apie 200 naujų priešinės liaukos vėžio atvejų. 2007 metais iš 1000 gyventojų prostatos vėžiu sirgo 3,49 vyrai, o 2009 metais - 3,84. Ligos atsiradimo priežastys nėra aiškos, tačiau, apibendrinus tyrimų rezultatus, skiriami keli rizikos faktoriai: paveldimumas, mitybos įpročiai - riebus maistas didina tikimybę susirgti, dirbantieji pramonėje ir susiduriantieji su metaliniu kadmiu turi didesnę tikimybę susirgti priešinės liaukos vėžiu. Vilniaus universiteto Onkologijos instituto duomenimis, net 50–60 proc. prostatos navikų operuojama juos aptikus atsitiktinai ultragarsinio tyrimo metu, kai pacientai net nenujaučia, kad serga onkologine liga. Todėl, labai svarbu profilaktiškai pasitikrinti, nes ankstyvas priešinės liaukos vėžys nesukelia jokių simptomų.

Dažniausiai pasitaikanti moterų vėžio rūšis beveik visose pasaulio šalyse, taip pat ir Lietuvoje yra krūties vėžys, tačiau ji taip pat yra geriausiai ištirta ir labiausiai pasiduodanti gydymui. Apie 70 % visų krūties vėžio atvejų pirmiausia atranda pačios moterys arba jų partneriai. Ankstyvas krūties vėžys nesukelia skausmo, o dažnai neturi ir kitokių simptomų. Kauno mieste krūties piktybinių navikų naujų atvejų 2009 metais buvo užfiksuota 247. 2007 metais iš 1000 moterų sirgo 2,79, praėjus dviem metams šis rodiklis išaugo iki 3,45 atvejų.

Sergamumas odos vėžiu pastaruoju metu sparčiai didėja visame pasaulyje ir Lietuvoje. Odos vėžio galima išvengti – manoma, jog 90% susirgimų sukelia „nematoma saulė“ – ultravioletiniai saulės spinduliai (UV), lengviau prasiskverbiantys pro žmogaus veiklos apardytą ozono sluoksnį atmosferoje. Todėl odos vėžio profilaktikai ypač svarbi yra apsauga nuo UVA, UVB spindulių ir reguliarios specialistų konsultacijos bei išsamus odos apžiūrėjimas: 20-40 metų žmonėms jų pakanka kartą per 3 metus, o vyresniems kaip 40-ies metų – kasmet. Higienos instituto

Sveikatos informacijos centro duomenimis ne tik Lietuvoje, bet ir Kaune moterys serga dažniau nei vyrai. 2009 metais vėžiu sirgo 217 vyrų ir 363 moterys.

Analizuojant kitas ligas labiausiai išsiskiria virškinimo sistemos ligos bei jungiamojo audinio ir skeleto raumenų ligos (6 pav.). Jos 2009 metais sudarė 156,8 ir 150,5 atvejų iš 1000 gyventojų atitinkamai. Kiek mažesnis sergamumas urogenitalinės sistemos ligomis, endokrininės sistemos ligomis, bet pastebima, kad šių ligų atvejai kasmet sparčiai daugėja.



6 pav. Sergamumas įvairiomis ligomis Kauno mieste 1000 gyventojų

Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centro duomenys

#### **Patarimai siekiantiems išvengti lėtinių neinfekcinių ligų ir jų keliamų pavojų**

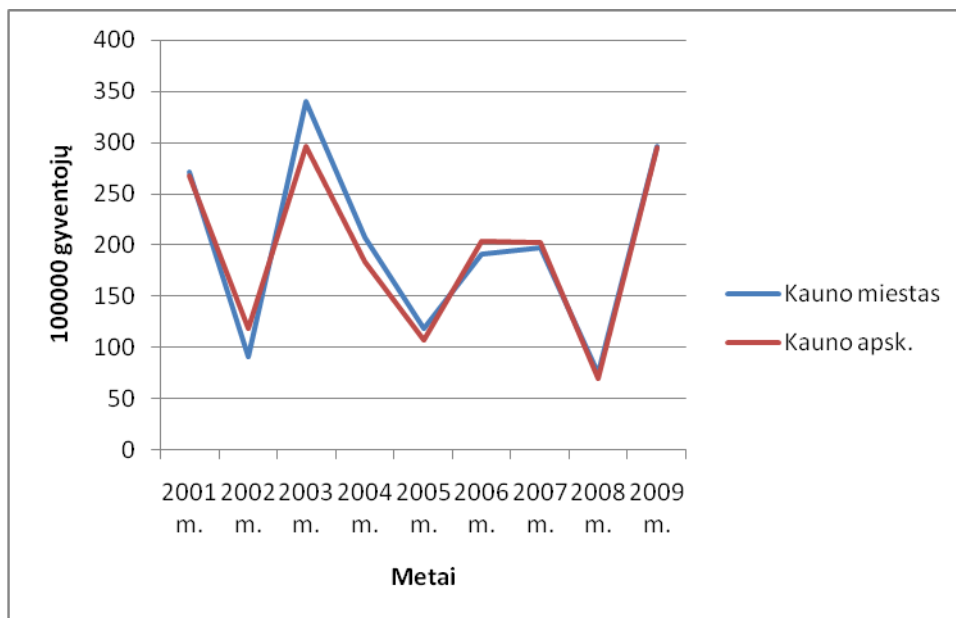
- Rūkymas didina riziką susirgti ne tik širdies ir kraujagyslių, bet ir onkologinėmis bei kvėpavimo sistemos ligomis. Nepiktnaudžiaukite alkoholiu. Atsisakykite šių žalingų įpročių – ir pasijusite sveikesni. O taip pat ir sutaupysite.
- Siekiant išlaikyti tinkamą svorį, būtina atkreipti dėmesį į mitybos įpročius. Visada galima kažką pakeisti ir maitintis racionaliau. Patariama valgyti reguliariai, gerti pakankamai vandens, kontroliuoti riebalų suvartojimą, nepersivalgyti. Geriau rinktis mažesnę porciją, bet vertingesnių produktų - natūralių, be konservantų, dažiklių ir saldiklių. Švieži vaisiai ir daržovės turi būti kasdien ant mūsų stalo. Sveika mityba - tai tinkama kiekybė, kokybė ir režimas.
- Stenkitės pakankamai judėti. Yra daug įvairiausių būdų būti fiziškai aktyvesniems – reikia tik apsisprendimo pradėti, o pradėjus – nesustoti. Kad ir nedidelio, bet reguliaraus fizinis krūvio atsiradimas jūsų dienvakėje gali sustiprinti jūsų sveikatą, padės išvengti traumų, mažins streso poveikį, didins pasitikėjimą savim, pagerins nuotaiką.

- Reguliariai tikrinkitės sveikatą profilaktiškai. Domėkitės bendrojo cholesterolio ir gliukozės kiekiu kraujyje. Esant reikalui, atlikite lipidogramą. Jūsų sistemos pastangos padės išvengti diabeto arba diabeto komplikacijų.
- Arterinė hipertenzija ženkliai didina mirtingumą dėl širdies ir kraujagyslių sistemos patologijos, todėl labai svarbu sekti savo kraujospūdį ir laiku imtis atitinkamų priemonių. Nustatyta, jog suregulius padidėjusį kraujospūdį, mirtingumą nuo išeminės širdies ligos galima sumažinti 50 proc., o mirtingumą nuo insulto - 60 proc.

## UŽKREČIAMOSIOS IR INFEKČINĖS LIGOS

Užkrečiamosios ligos – gripas, tuberkuliozė, pedikuliozė, salmoneliozė, erkinis encefalitas ir kt. – kelia rimtą pavojų žmonių sveikatai. Užkrečiamosios ligos gali sparčiai išplisti, jei nesiimama kontrolės priemonių. Daugeliu atvejų užkrečiamosios ligos gali persiduoti iš vieno sergančio organizmo kitam.

Gripas – sezoninis virusinis susirgimas. Jis sukelia komplikacijas, o taip pat pagreitina kitų susirgimų eigą. Sergamumo gripu tendencija 2009 metais išaugo 4 kartais lyginant su 2008 metais tiek Kauno mieste, tiek Kauno apskrityje (296,2 ir 295,3 100000 gyventojų atitinkamai) (1 pav.)



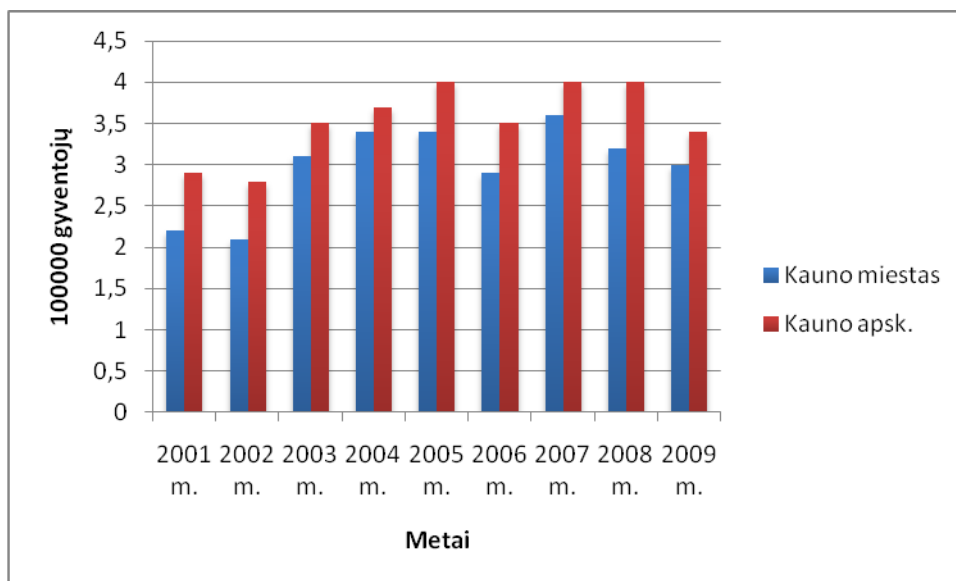
1 pav. Sergamumas gripu Kauno mieste ir Kauno apsk., 100000 gyventojų, 2001-2009 m.

Šaltinis: Kauno visuomenės sveikatos centras

Tuberkuliozė – viena iš labiausiai paplitusių, pažeidžianti įvairius organus, kuria užsikrėtę yra daugiau nei du milijardai žmonių visame pasaulyje, daugiausia – besivystančiose

šalyse. Lietuvoje pagrindinis ligos sukėlėjas yra tuberkuliozės mikobakterijos, kurias žmogus žmogui perduoda per orą. Pasak Pausaulio sveikatos organizacijos kiekvienas sergantis šia liga per metus aktyvia tuberkuliozės forma gali užkrėsti 10 – 15 kitų žmonių.

Kauno visuomenės sveikatos centro duomenimis tuberkuliozės atvejų kasmet vis mažėja nuo 2007 metų (2 pav.). 2009 m. Kauno mieste buvo užfiksuota 106 sergantys asmenys, o Kauno apskrityje 228 atvejai, taigi galima teigti, kad iš visos Kauno apskrities beveik pusė iš tuberkulioze sergančių asmenų gyvena Kaune.



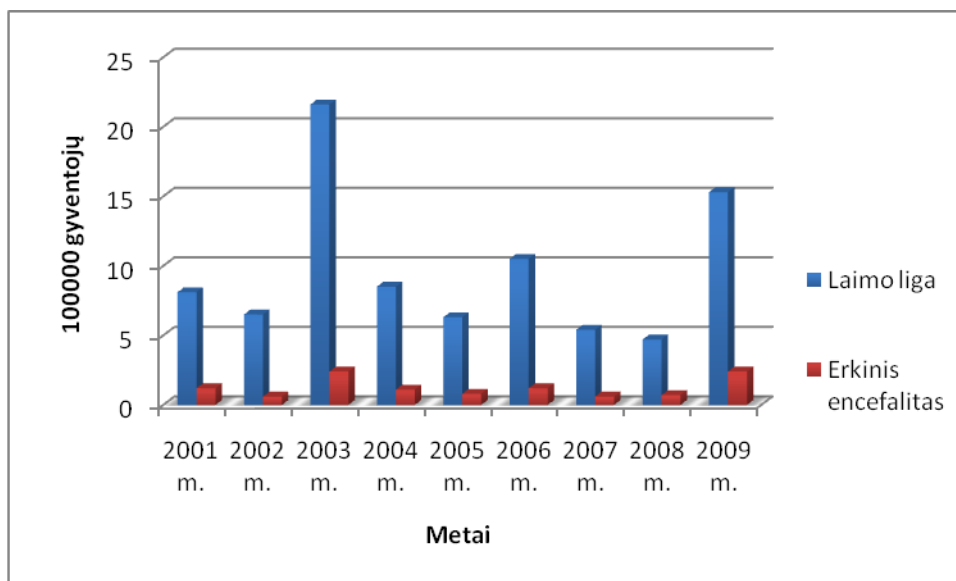
2 pav. Sergamumas tuberkulioze Kauno mieste ir Kauno apsk., 100000 gyventojų, 2001-2009 m.

Šaltinis: Kauno visuomenės sveikatos centras

Žmogus gali susirgti infekcine liga visiškai nebendravęs su ligoniu, o tik pabuvojęs gamtoje. Vienos šių ligų pernešėjos – erkės. Siurbdamos kraują, erkės perneša mikroorganizmus, sukeliančius sunkias žmonių ligas: erkinį encefalitą, Laimo ligą ir kt. Kuo greičiau pastebima ir pašalinama nuo kūno įsisiurbusi erkė, tuo mažesnė sukėlėjų patekimo į organizmą tikimybė.



Pastebima, kad Laimo liga infekuotų žmonių yra kur kas daugiau nei užsikrėtusių erkinio encefalitu (3 pav.). Laimo ligos paplitimas Kauno mieste kiekvienais metais įvairus, daugiausiai šia liga sirgo 2003 m. (21,6 atv./100000 gyventojų), taip pat nemažai atvejų užfiksuota ir 2009 metais – 15,3/100000 gyv. 2009 m. pagrausėjimas pastebimas ne tik Laimo ligos, bet ir erkinio encefalito.



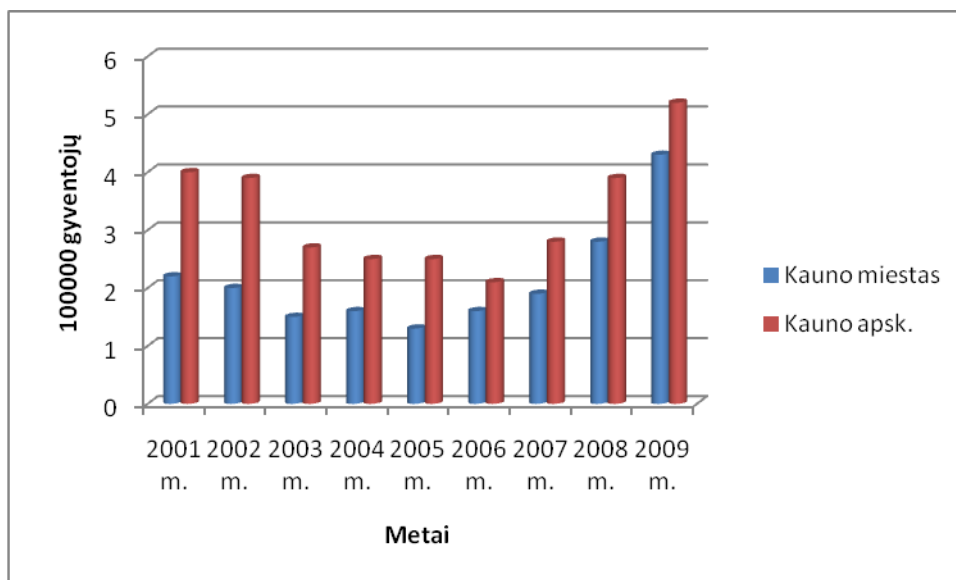
3 pav. Sergamumas Laimo liga ir erkinio encefalitu Kauno mieste ir Kauno apsk., 100000 gyventojų, 2001-2009 m.

Šaltinis: Kauno visuomenės sveikatos centras

Utėlėtumas (pedikuliozė) - tai odos liga, sukelta utėlių. Pedikuliozės sukėlėjai yra galvinė utėlė (*Pediculus humanus capitis*), parazituoianti žmogaus galvos plaukuose. Dažniausiai užsikrečiama keičiantis: drabužiais, galvos apdangalais bei juos kartu laikant; šukomis, plaukų šepečiais, kitais plaukų priežiūros reikmenimis bei naudojantis bendra lova, patalyne, rankšluosčiais.

Rezultatų analizė parodė, kad nuo 2006 metų pedikuliozės tendencijos smarkiai didėja ne tik Kauno apskrityje, bet ir Kauno mieste (4 pav.). 2009 m. lyginant su 2005m. pastebima, kad tendencija sergamumo pedikulioze išaugo daugiau nei trimis kartais.

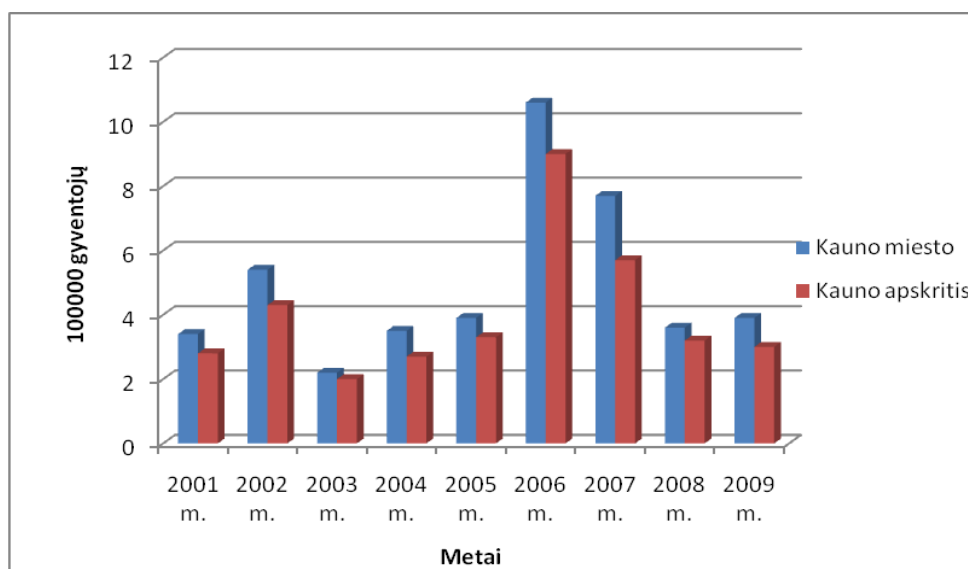




4 pav. Sergamumas pedikulioze Kauno mieste ir Kauno apsk., 100000 gyventojų, 2001-2009 m.

Šaltinis: Kauno visuomenės sveikatos centras

Skarlatina – tai ūminė infekcinė liga, pasireiškianti odos išbėrimu ir angina. Užsikrėsti galima oro-lašeliniu būdu (kai maži skysčio lašeliai patenka į aplinką žmogui čiaudint, kosint, kalbant, juokiantis), naudojantis sergančio žmogaus daiktais, suvalgius užkrėsto maisto. Kauno visuomenės sveikatos centro duomenimis beveik dešimtmetį skarlatinos atvejų Kauno mieste fiksuojama daugiau nei Kauno apskrityje. Per pastaruosius metus daugiausiai skarlatinos atvejų buvo fiksuojama 2006 metais, tai buvo didžiulis šios ligos protrūkis ne tik Kaune, bet ir apskrityje. Nuo 2006 m. iki 2009 m. Kaune skarlatina sergančių asmenų sumažėjo beveik trimis kartais (5 pav.).



*5 pav. Sergamumas skarlatina Kauno mieste ir Kauno apsk., 100000 gyventojų,  
2001-2009 m.*

*Šaltinis: Kauno visuomenės sveikatos centras*

**Siekiant išvengti užkrečiamųjų ligų svarbu žinoti:**

- Siekiant apsisaugoti nuo užkrečiamųjų ligų labai svarbi yra asmens higiena, reguliarus rankų plovimas, vengimas masinio susibūrimo vietų gripo epidemijos metu ir kontaktų su sergančiais, jei tai įmanoma. Tinkamai apsivilkdami, tinkamai maitindamiesi ir pakankamai ilsėdamiesi bei vengdami rizikingo elgesio padėsime savo organizmui nesusirgti.
- Skiepijimas yra efektyviausia priemonė nuo daugelio pavojingų užkrečiamųjų ligų. Apie tai turėtų nepamiršti tėveliai, galintys pasirūpinti nemokamu savo vaikų paskiepijimu rekomenduojamomis vakcinomis pagal Lietuvos respublikos vaikų profilaktinių skiepijų kalendorių, patvirtintą LR sveikatos apsaugos ministro 2007 m. gruodžio 22 d. įsakymu Nr. V-1066.
- Gyventojai gali apsisaugoti nuo užkrečiamųjų ligų ir jų pasekmių pasiskiepydami gydymo įstaigose nuo vėjaraupių, pneumokokinės, meningokokinės ir rotavirusinės infekcijos, erkinio encefalito, hepatito A ir kitų retesnių infekcinių susirgimų, paplitusių kitose šalyse. Keliaujantiems asmenims siūloma imunoprofilaktika - tai galimybė išvengti užkrečiamųjų ligų keliaujant. Į sveikatos priežiūros įstaigas rekomenduojama kreiptis iki kelionės likus 4-6 savaitėms, nes imunitetui susiformuoti po skiepų reikalingas tam tikras laikotarpis.
- Asmenys sergantys lėtinėmis ligomis ir 65 m. amžiaus bei vyresni kasmet nemokamai kviečiami pasiskiepyti nuo gripo ir šios ligos galimų komplikacijų, kurios gali baigtis mirtimi. Nepraleiskite progos apsaugoti save ir savo artimuosius.
- Siekiant apsaugoti Lietuvos gyventojus nuo susirgimų difterija, jų komplikacijų bei mirties, suaugusieji, vyresni nei 26 metų amžiaus, skiepijami valstybės biudžeto lėšomis. Pakartotinai pasiskiepyti viena, 0,5 ml., difterijos ir stabligės vakcinos (Imovax d.T. adult) doze rekomenduojama kas 10 metų. Jeigu Jums 25 - 60 metų, Jūs privalote skiepytis bei pasirūpinti, kad būtų paskiepyti to amžiaus Jūsų šeimos nariai. Profilaktinis gyventojų skiepijimas bus vykdomas iki 2011 m. pabaigos. Dėl skiepų kreipkitės į savo šeimos gydytoją. Tik skiepai apsaugos mus nuo susirgimų difterija atsiradimo ir išplitimo. Vakcinacijos nuo difterijos sėkmė priklausys ir nuo Jūsų.

## **PSICHIKOS SVEIKATA**

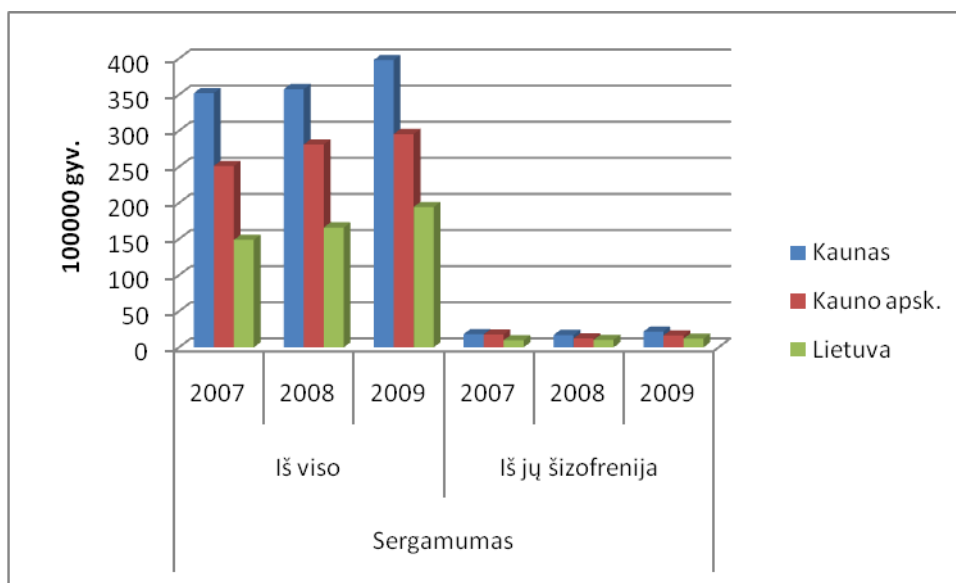
Psichikos sveikata yra labai svarbi šiuolaikinėje visuomenėje, nes 1 iš 5 žmonių turi psichikos problemų. Dauguma iš mūsų pažįstame žmogų, turintį tokių problemų. Tokie žmonės dažnai kenčia tyliai ir yra vieniši. Psichikos liga paveikia mūsų mąstymą, elgesį bei reakciją į tam

tikrus dalykus. Kai kurios ligos sustiprina visiems būdingus jausmus, tokius kaip liūdesys ar džiaugsmas.

Ne visos psichikos ligas sukeliančios priežastys yra žinomos ir suprantamos. Dažniausios priežastys, galinčios sukelti psichikos ligą:

- Paveldimumas
- Nuolatinis stresas
- Nedarbas, skurdas
- Piktnaudžiavimas psichotropinėmis medžiagomis
- Fizinė negalia

Lietuvos higienos instituto sveikatos informacijos centro duomenimis psichikos sveikatos sutrikimų tendencija kasmet vis didėja tiek Kauno mieste, tiek Lietuvoje. Kauniečių psichikos sveikatos būklė yra žymiai prastesnė lyginant su visos šalies vidurkiu. Kauno mieste 2009 m. psichikos sveikatos ligomis iš 100000 gyventojų sirgo beveik 400, tuo tarpu visoje iš 100000 gyventojų dvigubai mažiau žmonių skundėsi psichikos sveikatos sutrikimais (1 pav).



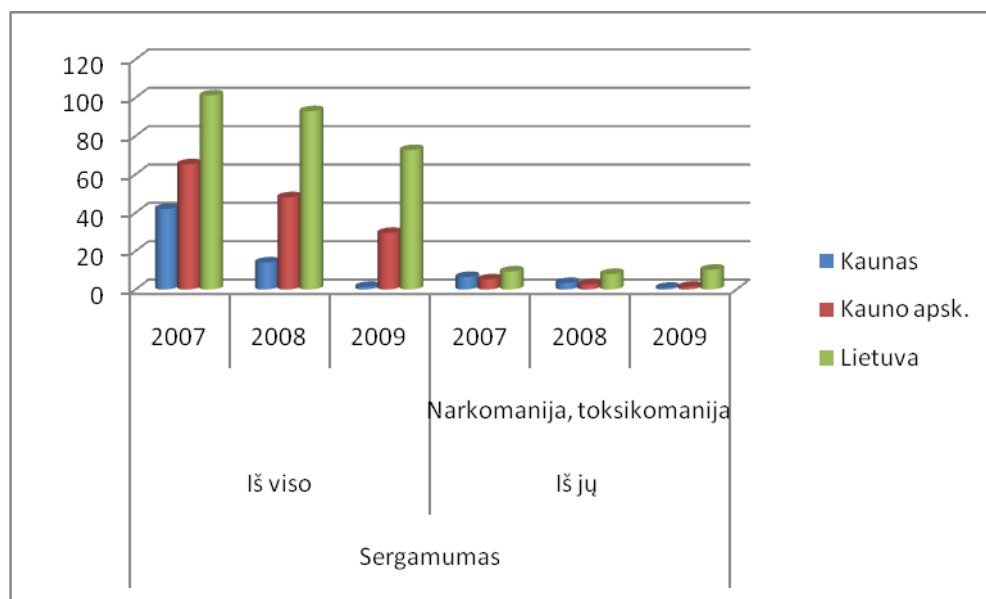
1 pav. Sergamumas psichikos ligomis Kauno mieste, Kauno apskrityje bei Lietuvoje, 100000 gyventojų

Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centro duomenys

Iš psichikos sveikatos sutrikimų yra išskiriama šizofrenija - tai lėtinė psichikos liga, kuri pažeidžia jausmų, mąstymo, suvokimo bei valios sferas. Šiuo sutrikimu pasaulyje serga apie 1 % žmonių. 2009 m. šizofrenijos naujų atvejų Kauno mieste užfiksuota 18,5 iš 100000 gyventojų, o

Lietuvoje 12,2. Nagrinėjant ligotumą (bendrą sergamumą) iš viso Kauno mieste 2009 m. šizofrenijos atvejų buvo 547 iš 100000 gyventojų.

Pastaraisiais metais sergamumo priklausomybės ligomis pastebimos mažėjimo tendencijos tiek Kauno mieste, tiek Lietuvoje. Kauno miesto rodikliai kur kas mažesni lyginant su Kauno apskrities bei visos Lietuvos. Ypatingai sumažėjimas užfiksuotas 2009 metais Kauno mieste, jis siekia 1,5 atv./100000 gyventojų (2 pav.). Bet vis gi tai yra oficialioji statistika, iš tikrųjų tikslus priklausomybėmis sergančių asmenų skaičius gali būti kur kas didesnis.



2 pav. Sergamumas priklausomybės ligomis Kauno mieste, Kauno apskrityje bei Lietuvoje, 100000 gyventojų

Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centro duomenys

#### Pagrindiniai būdai, padedantys stiprinti psichikos sveikatą:

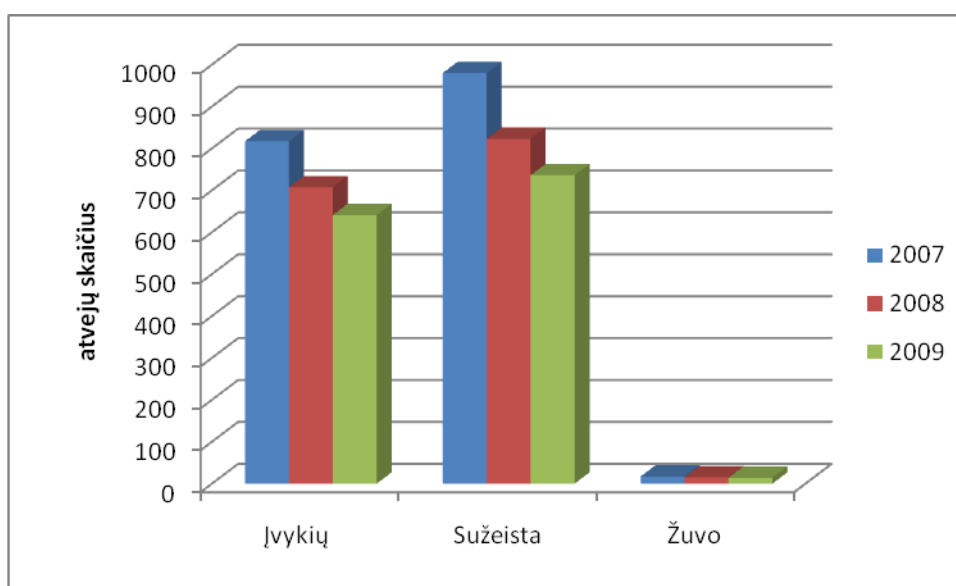
- gera mityba,
- fizinis aktyvumas,
- saikingas alkoholinių gėrimų vartojimas arba jų vengimas,
- bendravimas su draugais, artimaisiais,
- kokybiškas poilsis, miegas,
- rūpinimasis kitais ir savimi,
- teigiamas požiūris į gyvenimą...

Sveikata yra prasmingo ir kokybiško gyvenimo bei sėkmingo ekonomikos plėtojimosi sąlyga. Todėl savo sveikatą turi stiprinti ir pats žmogus ir bendruomenė.

## AUTOĮVYKIAI KAUNE

Kauno miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras pastebi, jog jau kelerius metus situacija Lietuvos keliuose gerėja, mažėja autoįvykių ir nukentėjusiųjų. Autoįvykių, nekentėjusiųjų autoįvykiuose bei sužeistų žmonių skaičius mažėja tendencingai tiek Lietuvoje, tiek Kaune.

Valstybės reikalų ministerijos Informatikos ir ryšių departamento duomenimis nuo 2007 m. iki 2010 m. Kauno mieste autoavarijų skaičius sumažėjo, nuo 817 iki 641 atvejų atitinkamai, tai yra per trejus metus autoavarijų skaičių pavyko sumažinti 176 autoavarijomis. Taip pat tendencingai per pastaruosius metus mažėja ir sužeistų bei žuvusių kelyje skaičius (1 pav.).



1 pav. Autoįvykių, sužeistųjų bei žuvusiųjų kelyje skaičius 2007-2009 m.

Šaltinis: Valstybės reikalų ministerijos Informatikos ir ryšių departamento duomenimis

Viena iš avarijos priežasčių – alkoholis. Neatsakingas vairuotojų elgesys, sėdant prie vairo išgėrus alkoholio, sukelia labai skaudžių pasekmių. Tokių atvejų proveržis dažnai būna savaitgaliais ir kitomis švenčių dienomis. Džiugina tai, kad jau kelerius metus tokių įvykių ne tik Lietuvoje, bet ir Kaune mažėja, jei 2007 metais buvo užregistruota 22 su neblaivumu susijusių autoavarijų, tai 2009 metais jų sumažėjo iki 14.

Noras sėsti išgėrus prie vairo dažnam mūsų šalies gyventojui dingsta dėl tūkstantinių baudų, vairuotojo pažymėjimo atėmimo, administracinio arešto ar net automobilio konfiskavimo.

Kauno apskrities vyriausiojo policijos komisariato duomenimis per 2010 metų pirmą pusmetį avaringiausia savaitės diena buvo penktadienis, per minėtą laikotarpį penktadieniais įvyko 63 autoavarijos. Pačios ramiausios avarijų atžvilgiu dienos buvo sekmadieniai, šiomis dienomis įvyko dvigubai mažiau eismo įvykių lyginant su penktadieniais.

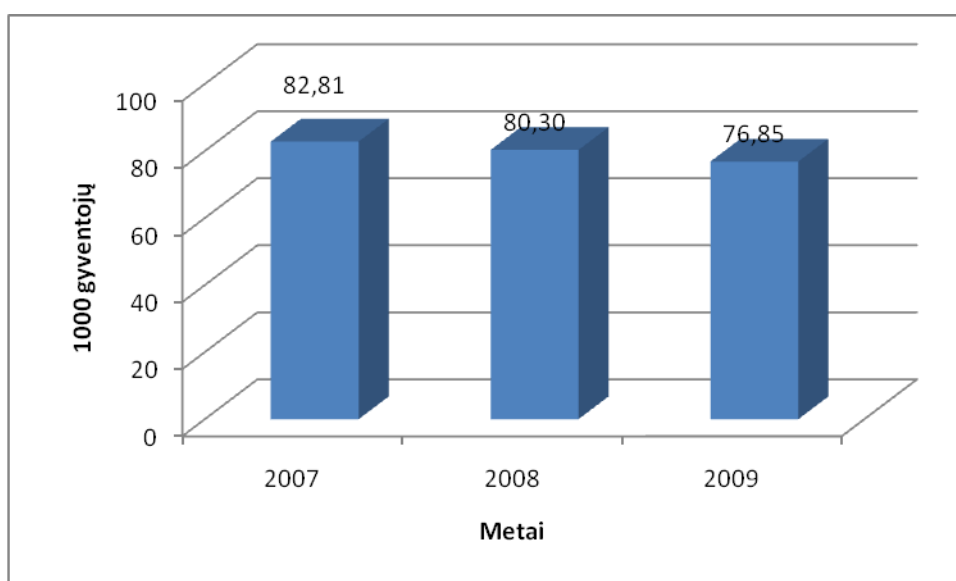
Yra išskiriamos ir tam tikros valandos, tai gali būti piko metas, kai žmonės dažniausiai važiuoja iš darbo ar į jį, per kurias daugiausiai autoavarijų ir įvyksta. Daugiausiai eismo įvykių 2010 m. sausio - liepos mėn. užregistruota nuo 14 val. iki 15 val. - 42 eismo įvykiai, nuo 17 val. iki 18 val. - 30 eismo įvykių, nuo 10 val. iki 11 val. - 25 eismo įvykiai.

### **Kad autoįvykių būtų mažiau, gatvėje ir kelyje svarbiausia:**

- Neskubėti vairuojant. Vairuotojai dažnai pervertina savo sugebėjimus suvaldyti automobilį ir važiuoja didesniu nei leistina greičiu. Vairuotojų atsakingumas pasirenkant saugų greitį turi lemiamos reikšmės. Nesaugus važiavimo greitis – viena pagrindinių eismo nelaimių priežasčių.
- Vairuotojas privalo būti blaivus.
- Neskubėti pereinant gatvę ar kelią. Suaugusieji privalo atidžiau prižiūrėti mažamečius, kai atsiduriama šalia važiuojamosios kelio dalies.
- Neiti per kelią pro kliūtį, kuri užstoja kelio matomumą. Esant slidžiai kelio dangai, įvertinti pailgėjusį automobilio stabdymo kelią.
- Tamsiuoju paros metu pasirūpinti savo saugumu ir nešioti atšvaitus.

## **TRAUMOS IR APSINUODIJIMAI**

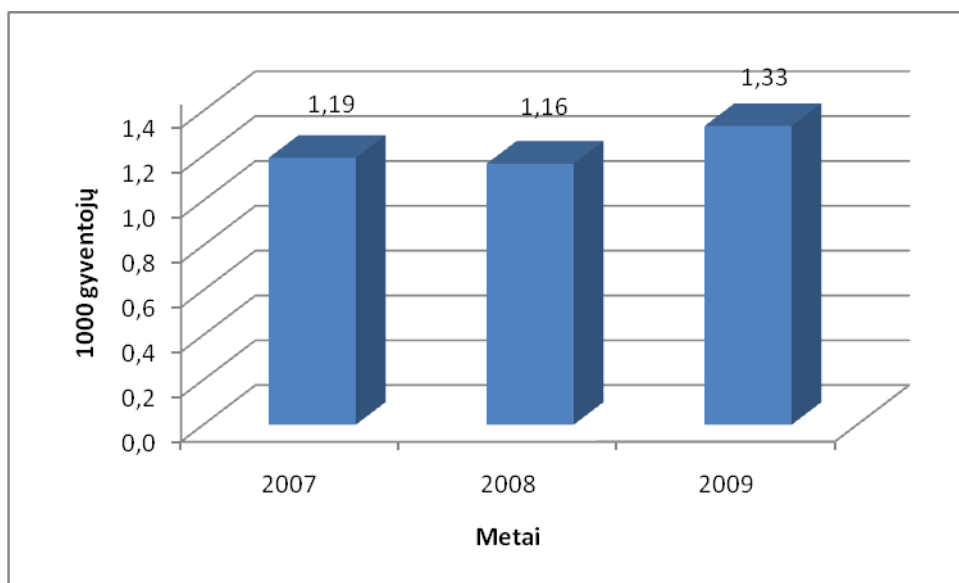
Traumos ir apsinuodijimai – dažna sveikatos sutrikimų ir mirčių priežastis. Higienos instituto Sveikatos informacijos centro duomenimis Kauno miesto gyventojų patirtų traumų, apsinuodijimų atvejų skaičius tenkantis 1000-čiui gyv. 2007-2009 m. mažėjo (nuo 82,8 iki 76,9/1000 gyv.), (1 pav.) 2009 m. dažniausios traumos buvo: galvos sužalojimai, klubų ir kojų sužalojimai, pečių lanko ir rankos sužalojimai. Vyrai kur kas dažniau nei moterys susiduria su traumomis ir apsinuodijimais.



*1 pav. Traumų ir apsinuodijimų skaičius Kauno mieste 1000 gyventojų*

Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centro duomenys

Apsinuodyti galima dujomis, skysčiais, pasenusiais maisto produktais, grybais ir uogomis, augalais, vaistais, alkoholiu, narkotikais ir kt. Nuodai į organizmą patenka pro burną, kvėpavimo takus, per odą ir gleivinę. Apsinuodijimas narkotikais, vaistais ir biologinėmis medžiagomis bei nemedicininės paskirties medžiagų toksinis poveikis Kauno mieste didžiausias buvo 2009 m. (2 pav.).



*2 pav. Apsinuodijimas narkotikais, vaistais ir biologinėmis medžiagomis bei nemedicininės paskirties medžiagų toksinis poveikis Kauno mieste 1000 gyventojų*

Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centro duomenys

### **Patarimai, kaip išvengti apsinuodijimų**

- ✓ Naudoti tarą su vaikams neatidaromais dangteliais.
- ✓ Laikyti visas chemines medžiagas ir medikamentus vaikams nematomoje ir nepasiekiamoje vietoje.
- ✓ Laikyti produktus jų originaliose pakuotėse.
- ✓ Naudoti apsauginius rūbus: pirštines ar apsauginius akinius, kai yra rekomenduojama cheminių medžiagų instrukcijose.
- ✓ Išmokyti atpažinti pavojingų cheminių medžiagų išpėjamuosius simbolius.
- ✓ Nenuimti etikečių nuo medikamentų ar namų apyvokos produktų.
- ✓ Nelaikyti vaistų neoriginalioje pakuotėje.
- ✓ Nelaikyti cheminių medžiagų po virtuvės kriaukle ar kitur, kur jie lengvai pasiekiami.
- ✓ Nelaikyti namuose vaistus su pasibaigusiu galiojimo terminu.

### **Patarimai, kaip išvengti traumų:**

- ✓ Nepalikite naujagimio ar vaiko be priežiūros vietoje, kur jis gali nukristi (ant stalo, kitokio baldo, prie skardžio).
- ✓ Naujagimiai ir vaikai iki 12 metų turi būti vežami ant užpakalinių mašinos sėdynių.
- ✓ Nevežti vaikų ant priekinės sėdynės ant keleivio kelių, ypač jei priekyje sumontuotos saugos pagalvės, nes išsiskleisdamos jos gali traumuoti vaiką.
- ✓ Vaikai, kurių svoris nesiekia 8 kg turėtų važiuoti specialiose apsauginėse kėdutėse,

## **PASKENDIMAI**

Paskendimus galime laikyti didele tragedija dėl mūsų pačių neapdairumo, per didelio pasitikėjimo savimi, nemokėjimo plaukti ar per didelio alkoholio vartojimo. Ne nuostabu, kad daugiausiai skendimų įvyksta vasaros metu, kada atšyla oras, žmonės pradeda maudytis atvirose telkiniuose. Bet ne retai tokių atvejų, kai šie nelaimingi atsitikimai įvyksta ir nedideliuose vandens telkiniuose: šuliniuose, grioviuose ar tiesiog vonioje.

Kauno miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras išanalizavęs Mykolo Riomerio universiteto Teismo medicinos instituto Kauno skyriaus duomenis nustatė, kad per 2007 m.- 2010-07 m. maudymosi sezono metu (birželio – rugsėjo mėn.) Kauno miesto savivaldybės teritorijoje iš viso nuskendo 13 asmenų (12 vyrų, 1 moteris), vienas iš jų vaikas. 2007 metais Kauno miesto teritorijoje maudymosi sezono metu nuskendo 4 žmonės, 2008 metais – 3, 2009 m. – 4.

Vyrų nuskęsta kur kas daugiau nei moterų. Jų elgesys vandenyje rizikingesnis nei moterų: vyrai vartoja daugiau svaigiųjų gėrimų ir dažniau geria alkoholio prieš maudydamiesi ar irstydamiesi valtimi, jie ne retai maudosi vieni, daugiau nardo ir žvejoja mėgsta rizikuoti, yra mažiau atidus.

Išanalizavus paskendimų vietas atvirose vandens telkiniuose Kauno mieste nustatyta, kad beveik per ketverius maudymosi sezonus didesnę dalį aukų nusinešė Kauno marios (nuskendo 5 asmenys) bei Nemuno upė (nuskendo 2 asmenys), taip pat buvo nuskendusį Lampėdžių, Panemunės bei kituose paplūdimiuose.

### **Patarimai, kaip elgtis saugiai prie vandens:**

- ✓ Maudymuisi pasirinkti vietą, kur yra žmonių, o geriausia - kur yra gelbėtojų.
- ✓ Neleisti vaikams maudytis vieniems ir patiems nesimaudyti nežinomose vietose, išmokyti atpažinti vandens sroves ir jų vengti.
- ✓ Mažiems vaikams visada būtina uždėti gelbėjimosi liemenes. Maži vaikai gali nuskęsti per 30 sekundžių 5-8 cm gylio vandenyje.
- ✓ Visada dėvėti gelbėjimosi liemenes plaukiant valtimi, nepriklausomai nuo to, kaip toli esate nuo kranto, ar turite plaukimo įgūdžių, ar tinkamas valties dydis ir konstrukcijos.
- ✓ Vengti vartoti svaigiuosius gėrimus prieš brendant į vandenį ar maudantis, plaukiant valtimi, žvejojant.
- ✓ Niekada nebristi į vandenį apsvaigus norint “atsigaivinti”.

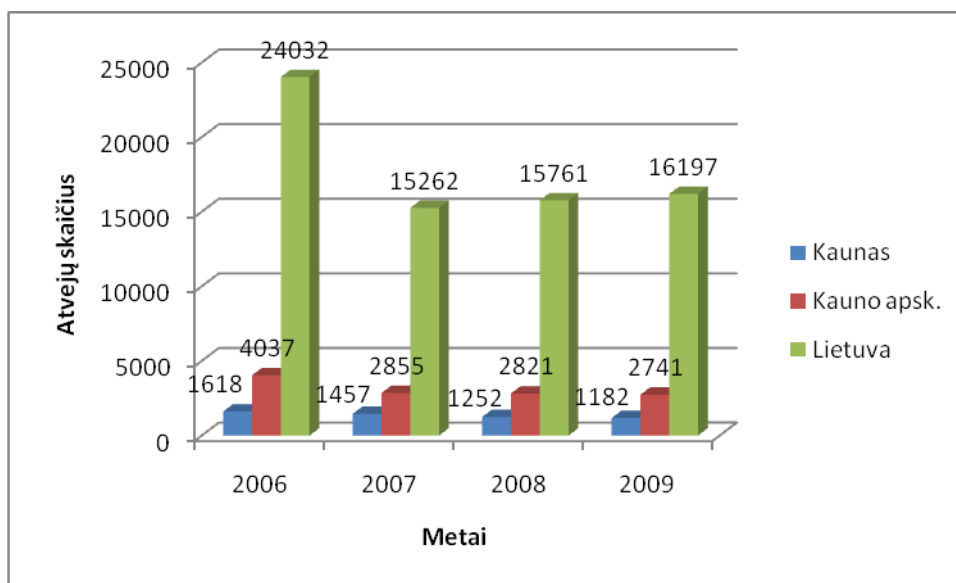


- ✓ Nevartoti alkoholio, kai prižiūrimi besimaudantys vaikai.
- ✓ Prieš maudantis patikrinti dugną, ar jis neužterštas stiklo šukėmis, nuolaužomis, ar nėra duobių.

## GAISRAI

Gaisras – tai nekontroliuojamas degimas. Didžiausią pavojų žmonėms kelia ugnis, karštis ir degant išsiskiriančios nuodingos dujos bei dūmai. Per 20 sekundžių nedidelis gaisro židinys gali tapti nekontroliuojamas, po 2 minučių gali kilti pavojus gyvybei, o per 5 minutes ugnis jau gali apimti visą namą.

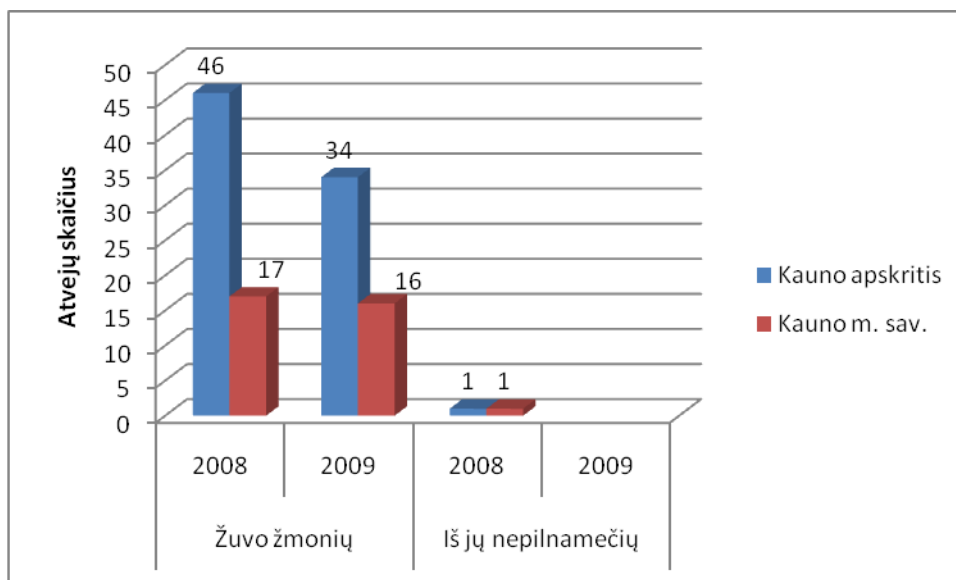
Lietuvoje kasmet kyla daugiau kaip 10000 gaisrų, juose žūva per 200 žmonių, dalis jų vaikų. Dar tiek pat patiria traumas. Džiugu tai, kad nuo 2006 m. iki 2009 m. kad Kauno mieste ir Kauno apskrityje gaisrų skaičius mažėjo. Tik Lietuvoje per metus gaisrų skaičius padaugėjo daugiau nei 4 šimtais (1 pav.) Kauno mieste 2008 metais nuo gaisrų traumotų žmonių buvo lygiai tiek pat kiek ir 2009m. – 15, iš gaisro pinklių išgelbėti pavyko pavyko 28 ir 18 asmenis atitinkamai.



1 pav. Gaisrų skaičiaus dinamika Kaune, Kauno apskrityje ir Lietuvoje 2006-2009 m.

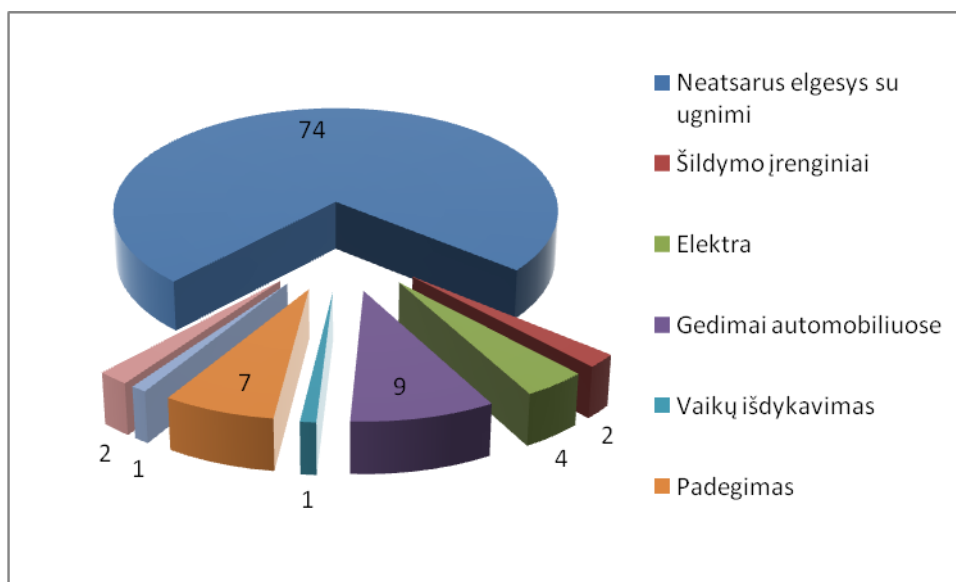
Šaltinis: Priešgaisrinės apsaugos ir gelbėjimo departamentas prie LR VRM

Dėl kylančių gaisrų dažniausiai kalti patys žmonės. Per išsiblašymą jie pamiršta, kad reikia būti atsargiems. Labai dažnai gaisrus sukelia ir patys juose žūva neatsargiai rūkantys, girtaujantys asmenys. Priešgaisrinės apsaugos ir gelbėjimo departamentas prie LR VRM duomenimis mažėja ir gaisruose žuvusių žmonių skaičius tiek apskrities mastu, tiek Kauno mieste, iš jų nepilnamečių 2009 m. nebuvo nei vieno (2 pav.).



2 pav. Gaisrų žuvusių žmonių skaičius Kaune ir Kauno apskrityje, 2006-2009 m.  
Šaltinis: Priešgaisrinės apsaugos ir gelbėjimo departamentas prie LR VRM

Statistika rodo, kad beveik du trečdaliai gaisrų kyla dėl neatsargaus elgesio su ugnimi ar įvairiais prietaisais (3 pav.), apie 9 proc. dėl gedimų automobiliuose. Gaisrų priežastys yra labai įvairios, tačiau būna, kad priežasčių nustatyti nepavyksta.



3 pav. Gaisrų priežastys Kauno mieste 2009 m.  
Šaltinis: Kauno apskrities priešgaisrinė gelbėjimo valdyba

2009 m. Kauno mieste dažniausiai gaisrai kildavo autoavarijų teritorijose, net 428, pastatuose ir statiniuose – 328, šiukšlių konteineriuose – 237 bei autotransporto priemonėse – 171.

**Patarimai, norint apsaugoti save ir kitus nuo ugnies:**

- Neatsargiai rūkantys, gali sukelti gaisrą. Nerūkykite būdami prie degių medžiagų. Nerūkykite lovoje – gali įvykti tragedija.
- Nepalikite namuose įjungtų elektros, dujinės viryklės prietaisų be priežiūros.
- Nenaudokite gendančių prietaisų (jei pastebite, kad pažeisti laidai ir pan., remontuoti kvieskite tik specialistus).
- Kilus audrai, žaibuojant išjunkite visus elektros prietaisus, uždarykite langus, nekalbėkite telefonu.
- Nenaudokite, nestatykite elektros prietaisų šalia vandens.
- Nepalikite krosnies be priežiūros, išeidami iš namų.
- Nepalikite degančios žvakės be priežiūros, o išeidami iš kambario ją užpūskite.

Kilus gaisrui kvieskite pagalbą. **Telefonais 01** (fiksotas ryšys) arba **112** (mobilioji linija) kvieskite ugniagesius gelbėtojus. Šaukitės kaimynų pagalbos, kad padėtų evakuotis iš degančių bei uždūmintų patalpų – vienintelė saugi vieta – laukas. Išeidami uždarykite duris, bet jokia būdu jų neužrakinkite.

## JAUNIMO SVEIKATA

Vadovaujantis Lietuvos Respublikos Sveikatos apsaugos ministro 2000 m. gegužės 31 d. įsakymu Nr.301 „Dėl profilaktinių sveikatos tikrinimų sveikatos priežiūros įstaigose“ ir Higienos norma 21:2005 „Bendrojo lavinimo mokykla. Bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“, mokiniai kasmet iki rugsėjo 15 dienos, mokyklos visuomenės sveikatos priežiūros specialistui turi pateikti „Vaiko sveikatos pažymėjimą“ forma Nr. 027-1/a, kuriame pateikiama informacija apie profilaktinio sveikatos patikrinimo rezultatus.

Duomenys apie vaikų vystymosi sutrikimus ir sergamumą yra teikiami Kauno miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biurui, kuris vykdo vieną iš savo funkcijų – visuomenės sveikatos stebėseną. Pagal visuomenės sveikatos priežiūros specialistų pateiktus duomenis yra atliekama vaikų sergamumo analizė. Mokiniais privalomas sveikatos patikrinimas yra labai svarbus. Laiku nustatytos ligos padeda lengviau išspręsti problemas.

### ***Bendras sergamumas***

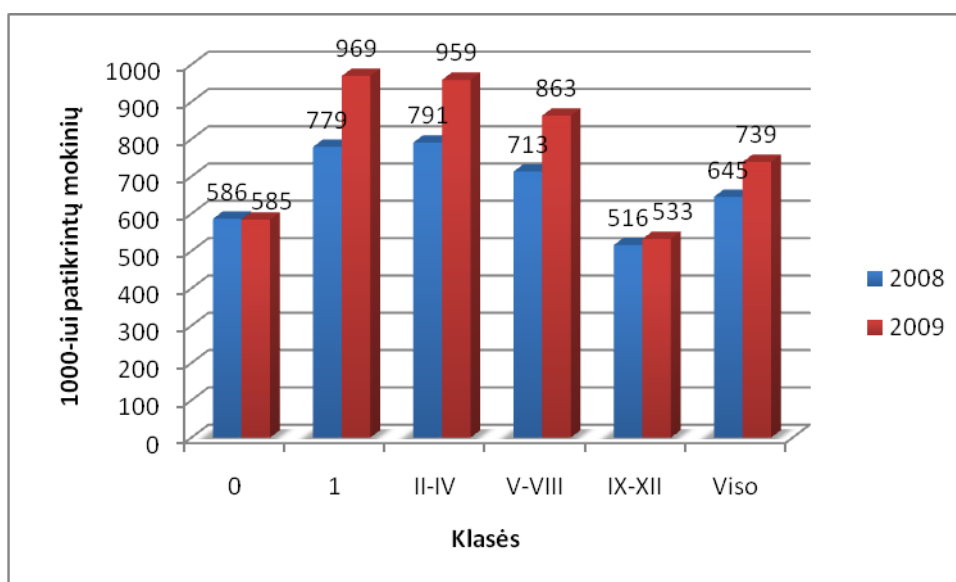
Remiantis mokyklų visuomenės sveikatos priežiūros specialistų pateiktais duomenimis, 2009 metais Kauno miesto mokyklose iš viso sveikatos pažymas pristatė 45509 vaikai, kurie patikrino sveikatą, tai yra 95 proc. visų Kauno miesto mokyklose besimokančių mokinių (1 lentelė). Iš viso nepatikrinusių vaikų buvo 4,4 proc. Didžiausias procentas nepatikrinusių vaikų buvo paruošiamosiose bei vyresnėse klasėse.

*1 lentelė. Profilaktiškai patikrinusių mokinių paskirstymas pagal klases.*

| Klasės        | Profilaktiškai patikrinti vaikai |       | Profilaktiškai nepatikrinti vaikai |       | Iš viso mokinių |
|---------------|----------------------------------|-------|------------------------------------|-------|-----------------|
|               | abs.sk.                          | proc. | abs.sk.                            | proc. |                 |
| <b>0</b>      | 284                              | 90,7  | 29                                 | 9,3   | 313             |
| <b>1</b>      | 2571                             | 97,7  | 60                                 | 2,3   | 2631            |
| <b>II-IV</b>  | 8317                             | 97,9  | 179                                | 2,1   | 8496            |
| <b>V-VIII</b> | 14210                            | 96,3  | 545                                | 3,7   | 14755           |
| <b>IX-XII</b> | 20127                            | 94,0  | 1293                               | 6,0   | 21420           |
| <b>Viso</b>   | 45509                            | 95,6  | 2106                               | 4,4   | 47615           |

Šaltinis: Kauno miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras

Analizuojant bendrą vaikų sergamumą pastebėta, kad nuo 2008 iki 2009 m. sergamumo tendencijos didėja, tik paruošiamosiose klasėse bendras sergamumas išliko nepakitęs (1 pav.). Nustatyta, kad dažniausiai serga pradinė klasių vaikai, o mažiausiai – vyresni (IX-XII).

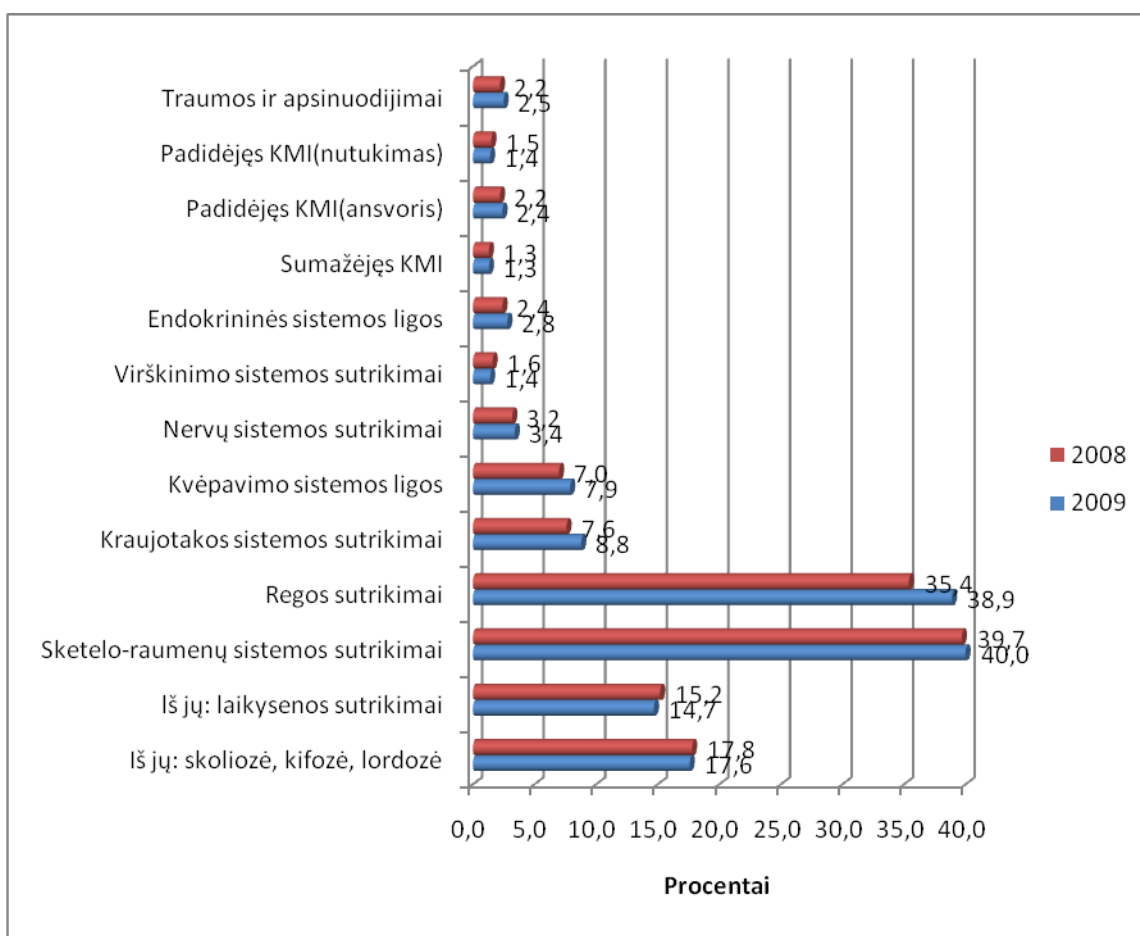


1 pav. Bendras sergamumo dažnis pagal klases, 1000-iui patikrintų vaikų, 2008 ir 2009 m.

Šaltinis: Kauno miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras

Išanalizavus vaikų sveikatos profilaktinius patikrinimus galima teigti, kad didžiausia problema tiek 2008 m., tiek 2009 m. buvo skeleto - raumenų sutrikimai (2 pav.). Šiuos sutrikimus turi 40 proc. Kauno miesto vaikų. Iš skeleto- raumenų sutrikimų buvo išskirti laikysenos sutrikimai, skoliozė, kifoze, lordozė. Pastebima, kad mokinių su laikysenos sutrikimais yra beveik 15 proc. 2009 m. Skoliozė, lordozė, kifoze turėjo beveik 18 proc. patikrintų vaikų. Kauno miesto mokinių, kurie turi regos sutrikimų nuo 2008 m. iki 2009 m. išaugo 3,5 proc., 35,4 ir 38,9 proc. atitinkamai. 2009 m. kraujotakos sistemos ligomis sirgo beveik 9 proc. visų sveikatą patikrinusių vaikų, 2009 metais užfiksuotas didesnis sergamumas nuo kraujotakos sistemos ligų. Kvėpavimo sistemos

ligomis sirgo 7,9 proc. Kauno miesto mokinių 2009 m., kurios per metus laiko išaugo beveik vienu proc.



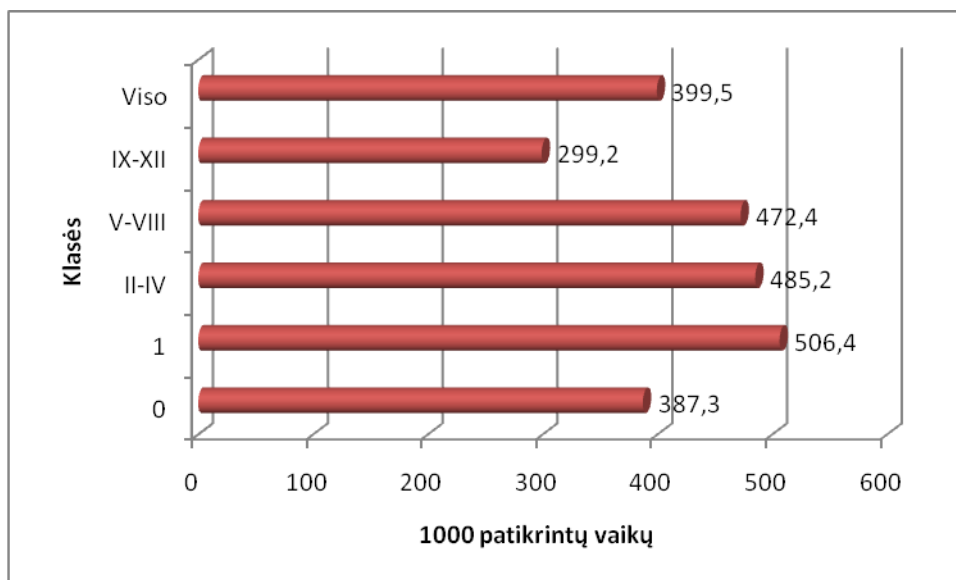
2 pav. Sergamumo nuo pagrindinių ligų procentinis pasiskirstymas, 2008 ir 2009 m.

Šaltinis: Kauno miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras

### ***Skeleto-raumenų sistemos sutrikimai***

Stuburo iškreipimai būna pirminiai arba vystosi esant netaisyklingai laikysenai, taip pat sergant įvairiomis kaulų, raumenų ar nervų ligomis. Stuburo iškreipimas paprastai prasideda dar vaikystėje ir daugiau ar mažiau progresuoja iki skeleto brandos.

Pastebėjome, kad didžiausias sergamumas visose klasėse skeleto – raumenų sistemos ligomis. Išanalizavus duomenis paaiškėjo, kad daugiau nei pusė (506,4 atv./1000 patikrintų vaikų) pirmokų turi šiuos sutrikimus (3 pav.). Taip pat ir vyresnėse II-IV ir V-VIII klasėse ne ką mažesnė problema, skeleto-raumenų sutrikimų užfiksuota 485,2 ir 472,4 atv./1000 vaikų atitinkamai. Vyriausiose klasėse IX-XI, sergamumas skeleto-raumenų sutrikimais siekia apie 30 proc. t. y. 299,2 atv./1000 vaikų. Visų vaikų sergamumas skeleto- raumenų sutrikimais 2009 metais buvo didesnis nei 2008 m.

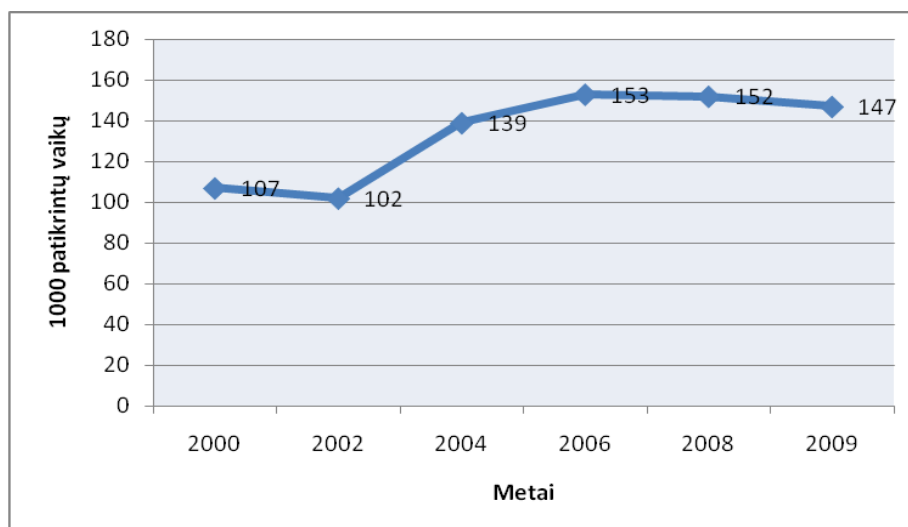


3 pav. Skeleto-raumenų sistemos sutrikimų dažnis pagal klases, 1000-iui vaikų, 2009 m.

Šaltinis: Kauno miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras

Esant netaisyklingai laikysenai ar nedidelio laipsnio stuburo iškrypimui žmogus gali niekuo nesiskųsti, o susidariusios deformacijos net nepastebėti, todėl tėvai turi žinoti, kad profilaktiška sveikatos patikra yra būtina, tam kad užkirstų kelią sveikatos negalavimams. Netaisyklinga laikysena gali būti traktuojama kaip liga, spartaus augimo pasekmė ar kitų stuburo ligų (skoliosės ir kt.) simptomas.

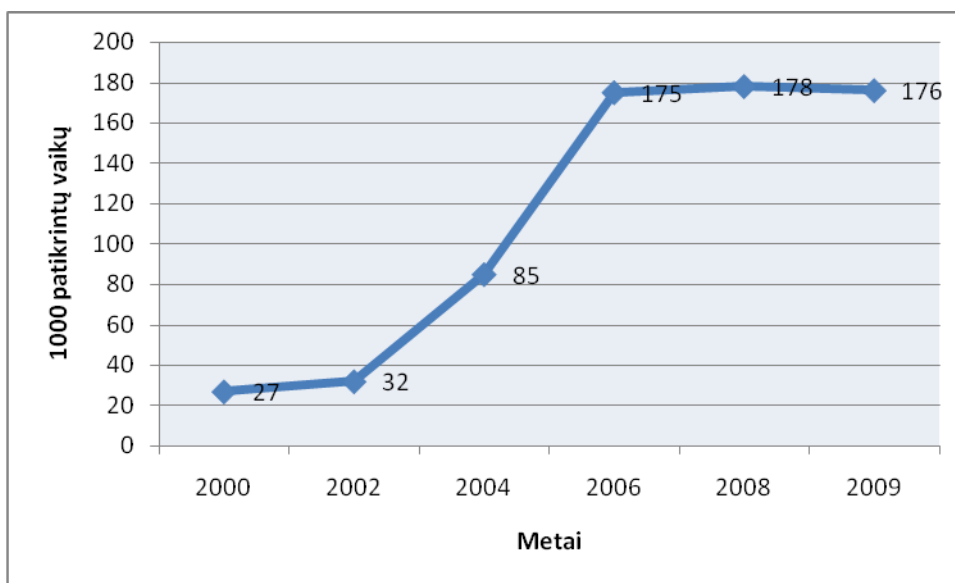
Pagal gautus duomenis su sutrikusia laikysena vaikų daugiausiai yra II-IV klasėse, čia sutrikimų dažnis siekia iki 193 atv./1000 patikrintų mokinių, mažiausiai laikysena sutrikusi pirmokams (160 atv./1000 vaikų). Išanalizavus laikysenos sutrikimų tendenciją, galime teigti, kad nuo 2002 metų iki 2006 m. kreivė vis augo, o 2009 m. užfiksuota nežymus šių sutrikimų sumažėjimas (4 pav.)



4 pav. Laikysenos sutrikimų dažnis, 1000-iui patikrintų vaikų, 2000-2009 m.

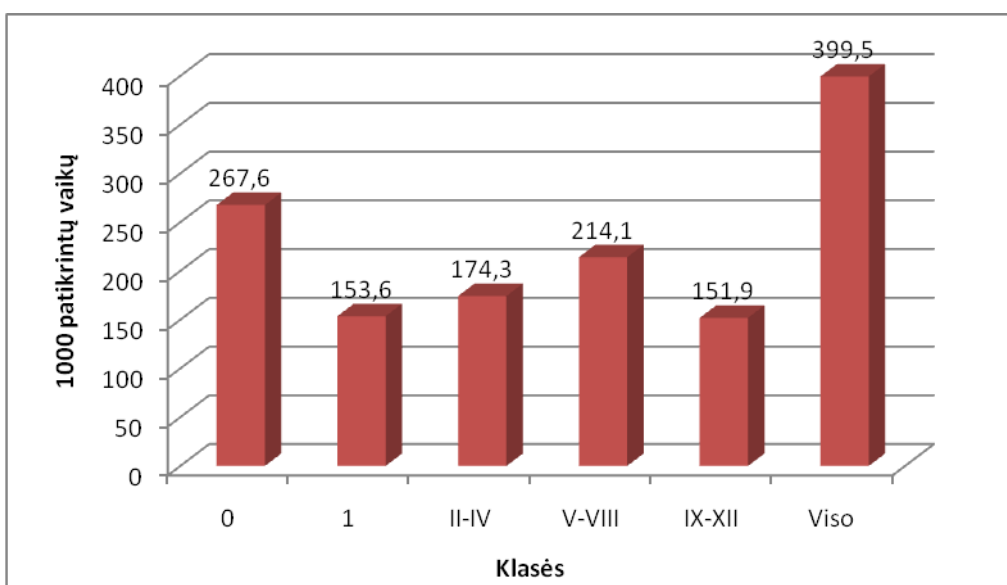
Šaltinis: Kauno miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras

Iš skeleto-raumenų sutrikimų yra išskiriama skoliozė, lordozė, kifozė. Skoliozė – tai stuburo išlinkimas į šoną, jis trikdo vidinių žmogaus organų veiklą. Dėl to kenčia kvėpavimo ir nervų sistemos, sutrinka širdies darbas, blogėja skrandžio ir žarnyno veikla. Net mažiausi stuburo pokyčiai gali neigiamai paveikti visą organizmą. Gydytojai ir pedagogai konstatuoja, kad vaikų, kuriems iškrypęs stuburas, vis daugėja. Mūsų analizė parodė, kad nuo 2000 iki 2008 m. skoliozės dažnis vis augo, bet nuo 2008 iki 2009 m. skolioze sergančių vaikų nežymiai sumažėjo (5 pav.). Analizės duomenimis pastaruoju metu skolioze serga kas šeštas Kauno miesto mokinys. Dažniausiai skoliozė, kifozė, lordozė serga paruošiamosiose klasėse esantys vaikai, čia nustatoma beveik kas trečiam vaikui, o mažiausiai šių sutrikimų nustatoma IX-XII klasėse.



5 pav. Skoliozės dažnis, 1000-iai patikrintų vaikų, 2000-2009 m.

Šaltinis: Kauno miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras



6 pav. Skoliozės, lordozės, kifozės dažnis pagal klases, 1000 patikrintų vaikų, 2009 m.

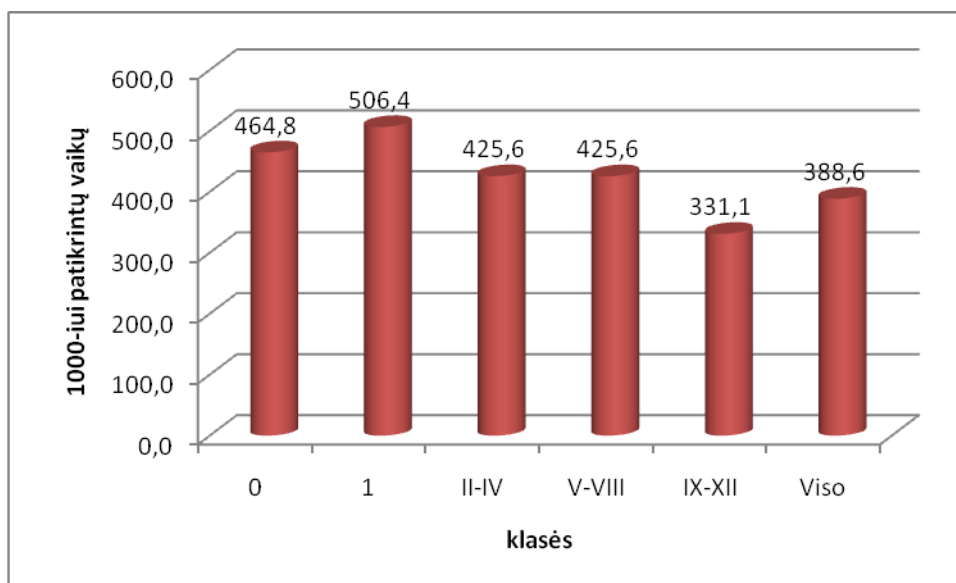
Šaltinis: Kauno miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras

## ***Regos sutrikimai***

Vaikų, kuriems reikalinga regos korekcija kiekvienais metais daugėja. Neretas išgirsta tokias diagnozes kaip trumparegystė ar toliaregystė. Dažniausiai vaikams yra diagnozuojama šie regos sutrikimai:

- Trumparegystė, arba miopija - tai akių refrakcijos yda, kai žmogus prastai mato tolimus daiktus, nes jų vaizdas susidaro prieš tinklainę. Tokia akimi toliau esantys daiktai matomi neryškiai. Iš arti trumparegis mato gerai.
- Toliaregystė – tai akių refrakcijos yda, kai matomų objektų vaizdas susidaro už tinklainės, todėl žmogus puikiai mato toli esančius daiktus, bet blogai – esančius arti.
- Astigmatizmas – tai tokia regos būklė, kai skirtingose plokštumose skiriasi akies optinės sistemos spindulių laužiamoji geba.
- Žvairumas - tai vienos akies nukrypimas nuo bendro fiksacijos taško. Akys matomo vaizdo negali sulieti į vieną. Galima pasakyti, kad praranda taip vadinamą apiakį regėjimą, nes tokie vaikai žiūri tik viena akimi.

Mūsų gautais duomenimis, 2009 m. Kauno mieste besimokantis kas antras pirmokas turi regos sutrikimų, tai sudaro 506,4 atv./1000 sveikatą patikrinusių vaikų. Vyresnėse klasėse (IX-XII) rega sutrikusi trečdaliui mokinių, t.y. 33,1 proc. (7 pav.).

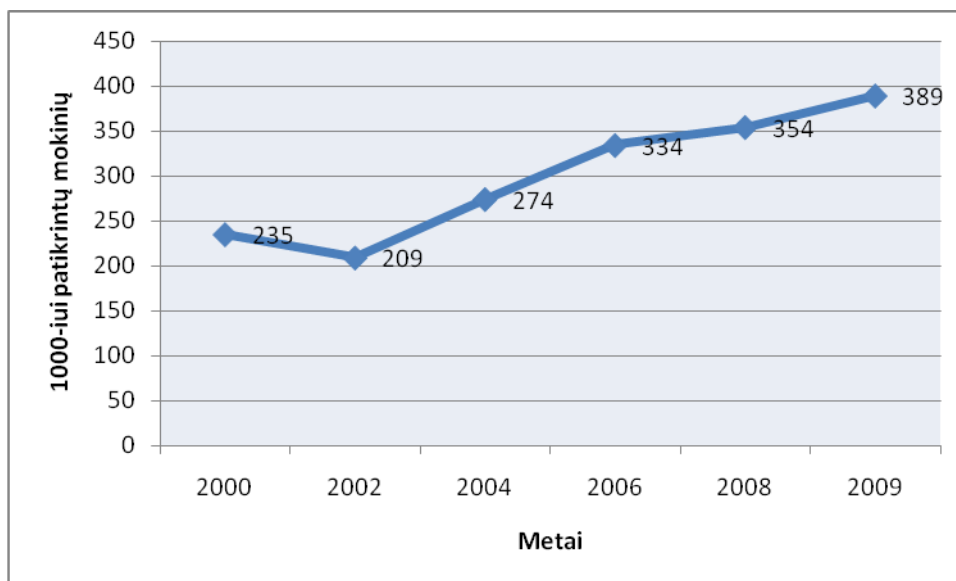


*7 pav. Regos sutrikimų dažnis pagal klases, 1000-iui patikrintų vaikų, 2009 m.*

*Šaltinis: Kauno miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras*



Nagrinėjant regos sutrikimus nustatyta, kad nuo 2002 m. tendencija vis auga. Jei 2002 m. su regos sutrikimais buvo apie 20 proc. (209 atv./1000 mokinių), tai 2009 jau išaugo beveik iki 40 proc. (389 atv./1000 mokinių), (8 pav.)

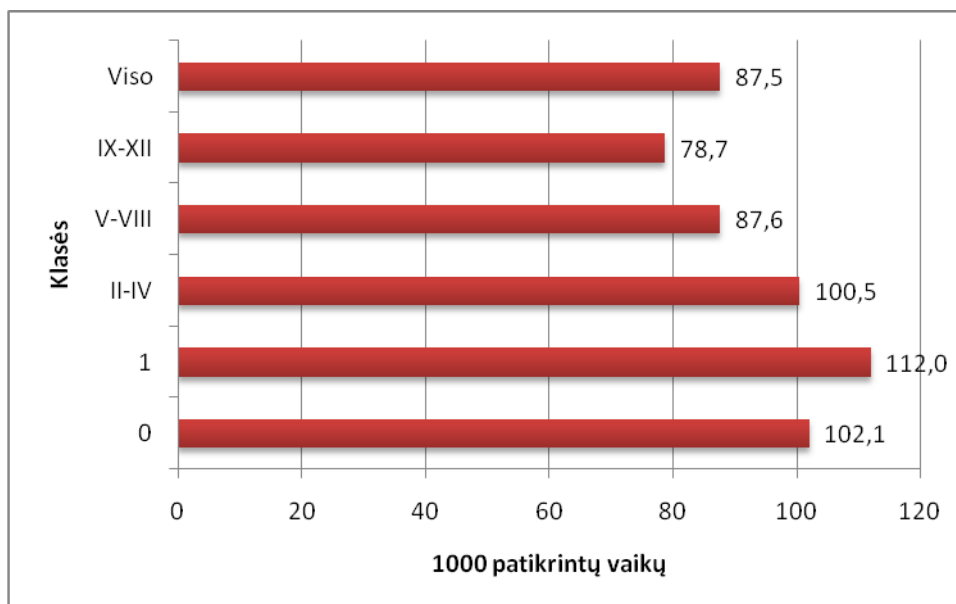


8 pav. Regos sutrikimų dinamika, 1000 patikrintų vaikų, 2000-2009 m.

Šaltinis: Kauno miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras

### ***Kitos ligos ir sutrikimai***

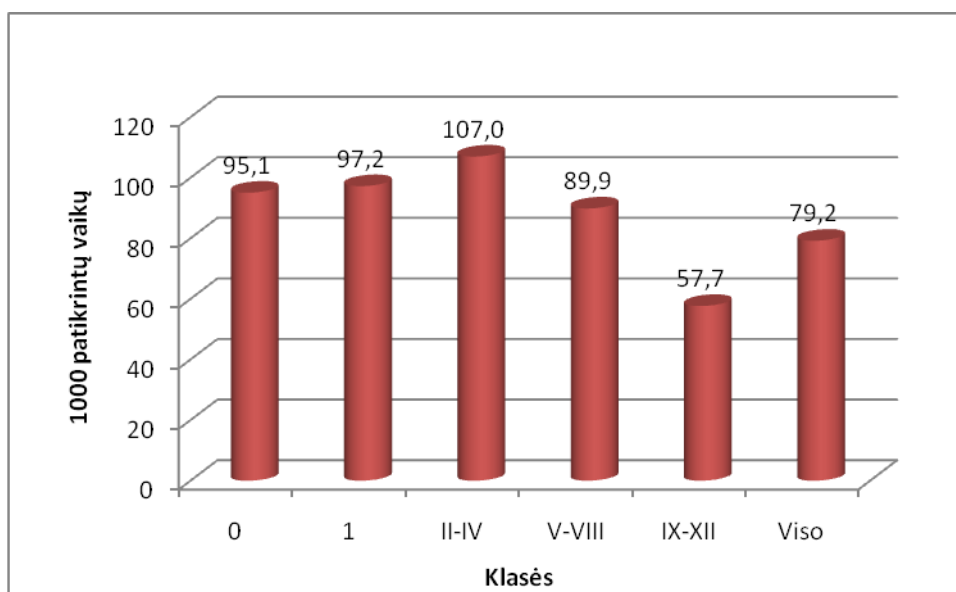
Kraujotakos sistemos ligos vis dar yra aktuali problema ne tik suaugusiųjų, bet ir mokyklinio amžiaus vaikų tarpe. Sergamumo nuo kraujotakos sistemos ligų Kauno miesto bendrojo lavinimo mokyklų mokinių siekė 87,5 atv./1000 vaikų (9 pav.). Daugiausiai kraujotakos sistemos ligomis 2009 m. sirgo pirmokai bei pradedančiųjų klasėse esantys vaikai (112,0 ir 102,1 atv./1000 patikrintų vaikų). Mažiausiai šių ligų atvejų nustatyta IX-XII klasėse.



9 pav. Kraujotakos sistemos sutrikimų dažnis pagal klases, 1000-iui patikrintų vaikų, 2009 m.

Šaltinis: Kauno miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras

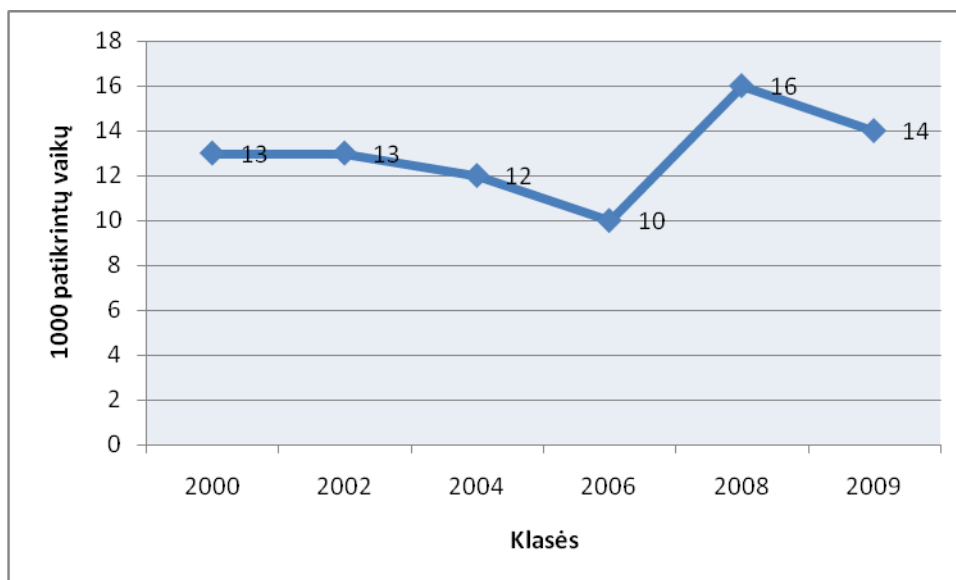
Labiausiai paplitę kvėpavimo takų ligos yra astma, lėtinė obstrukcinė plaučių liga (LOPL), bei rinitas. Iš Kauno miesto patikrintų vaikų nustatyta, kad beveik 8 proc. mokinių turi šiuos sutrikimus (79,2 atv./1000 vaikų), (10 pav.).



10 pav. Kvėpavimo sistemos ligų dažnis pagal klases, 1000-iui patikrintų vaikų, 2009 m.

Šaltinis: Kauno miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras

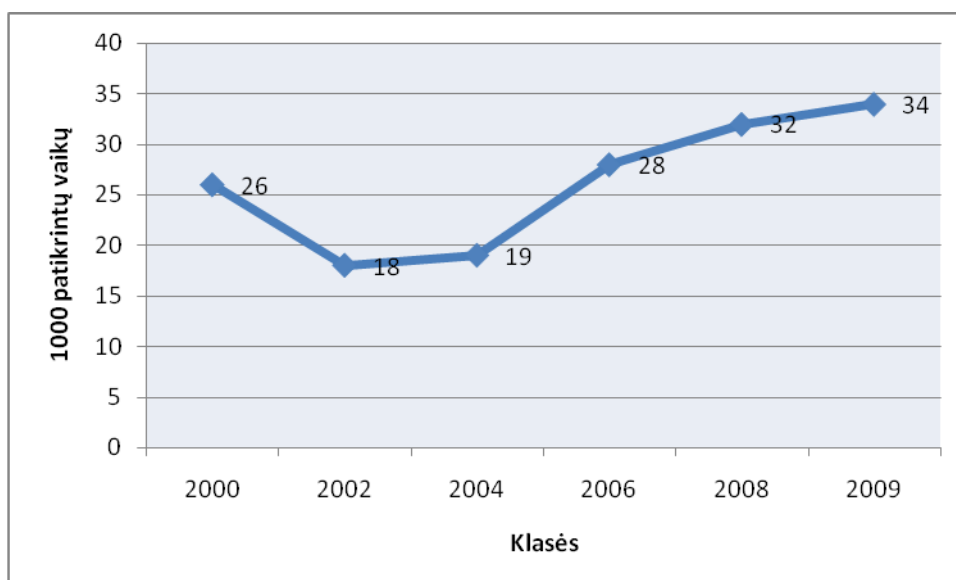
Mokinių virškinimo sistemos sutrikimų sergamumas rodo, kad 2008 m. buvo staigus padidėjimas, bet 2009 m. kreivė turėjo tendencija mažėti (11 pav.).



11 pav. Virškinimo sistemos sutrikimų dažnis, 1000-iui patikrintų vaikų, 2000-2009 m.

Šaltinis: Kauno miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras

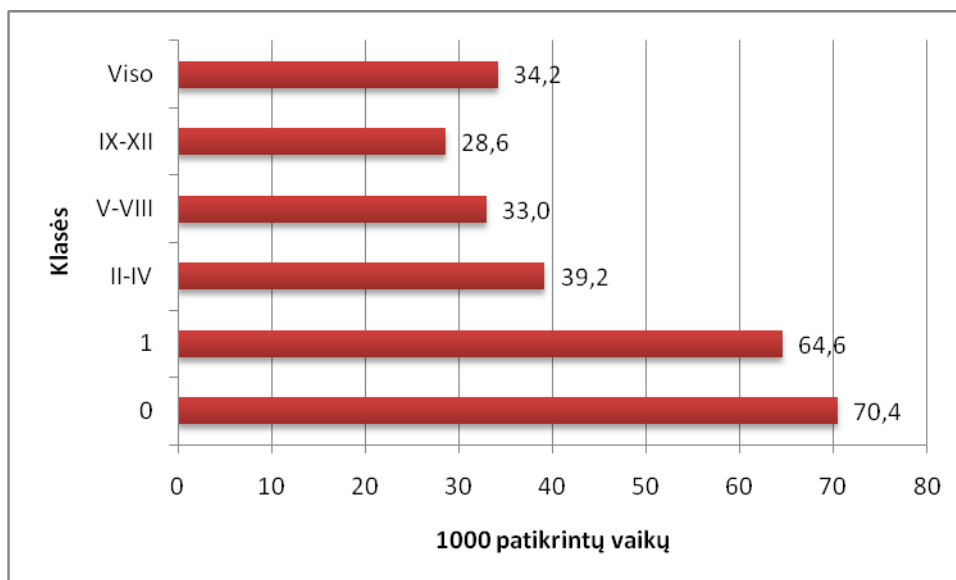
Nervų sistemos ligomis 2009 m. sirgo apie 3 proc. mokinių, tačiau lyginant su 2002 m. duomenimis šis rodiklis išaugo apie 1 proc. Jeigu 2002 m. buvo užfiksuota 18 atv./1000 vaikų, tai 2009 m. – 34 atv./1000 vaikų (12 pav.).



12 pav. Nervų sistemos sutrikimų dažnis, 1000-iui patikrintų vaikų, 2000-2009 m.

Šaltinis: Kauno miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras

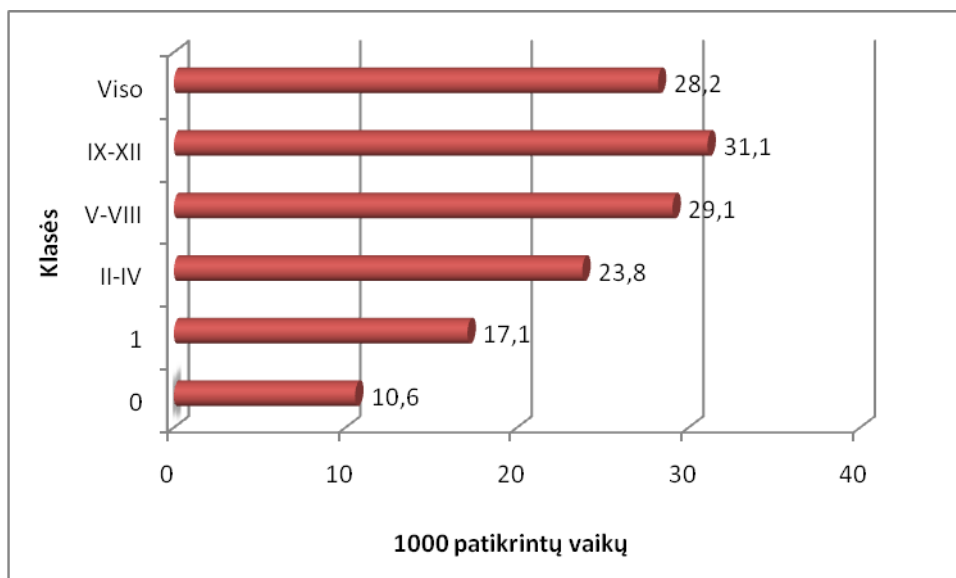
Nagrinėjant 2009 m. nervų sistemos sutrikimų duomenis pagal klases, matome, kad daugiausiai šių sutrikimų turi paruošiamosiose klasėse esantys mokiniai. (13 pav.).



13 pav. Nervų sistemos sutrikimų dažnis pagal klases, 1000-iui patikrintų vaikų, 2009 m.

Šaltinis: Kauno miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras

Endokrininės sistemos ligomis sirgo apie 3 proc. visų patikrintų Kauno miesto mokinių. Iš 14 pav. Matome tendenciją, kad kuo vyresni vaikai, tuo endokrininių sistemos ligų sergamumas didėja.



14 pav. Endokrininių sistemos ligų dažnis pagal klases, 1000-iui patikrintų vaikų, 2009 m.

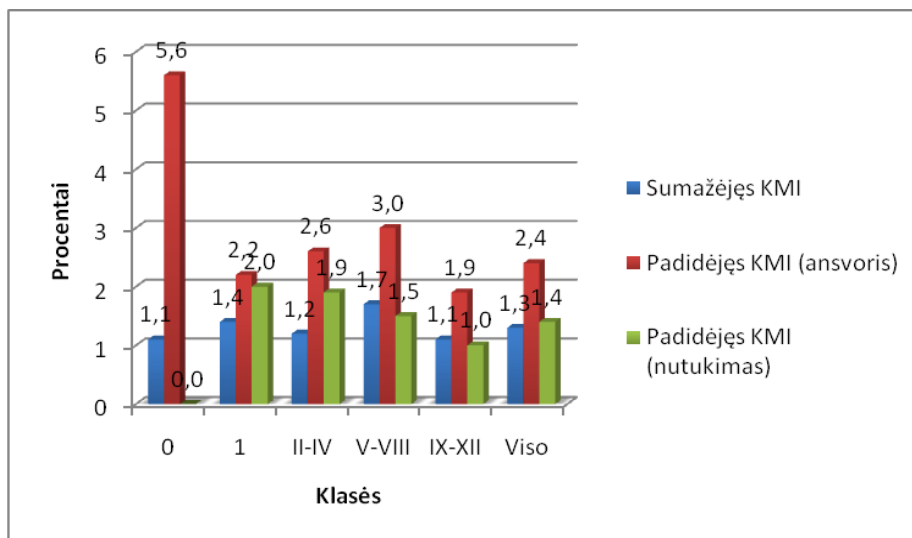
Šaltinis: Kauno miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras

### **Kūno masės indeksas**

Kūno masės indeksas (KMI) - tai ūgio ir svorio santykio rodiklis, leidžiantis įvertinti ar žmogaus svoris normalus, ar yra antsvoris bei nutukimas. Vaikams, kūno masės indeksas yra

apskaičiuojamas atsižvelgiant į jų amžių. Taigi nei kūno masės indeksas yra apskaičiuojamas tiesiogiai ar procentilių atsižvelgiant į ūgio ir svorio vaikų grupės. Kūno masės indeksas yra daugiausia naudojamas vaikams, siekiant nustatyti bet kokio svorio problemų jiems.

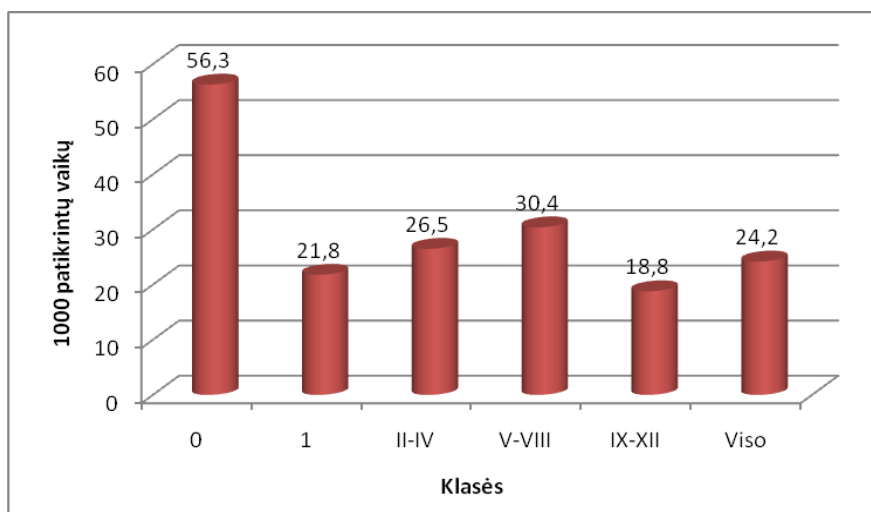
Mūsų analizuojamais duomenimis 2009 m. iš viso Kauno miesto mokyklose sumažėjusį KMI turėjo 590 mokinių (1,3 proc.), kurie profilaktiškai pasitikrino sveikatą. Padidėjusį KMI (antsvorį) turėjo 2,4 proc. mokinių, bei nutukusių vaikų buvo užfiksuota – 1,4 proc. (15 pav.).



15 pav. Kūno masės indekso procentinis pasiskirstymas, 2009 m.

Šaltinis: Kauno miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras

Analizuojant KMI pagal antsvorio kategoriją, pastebima, kad didžiausią antsvorį turėjo V-VIII klasės Kauno miesto mokiniai, mažiausiai su antsvoriu mokinių buvo užfiksuota vyresnėse t.y. IX-XII klasėse (16 pav.).

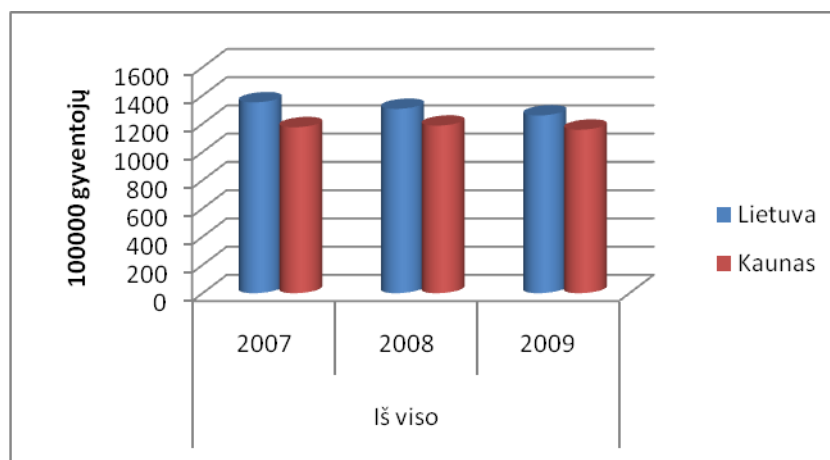


16 pav. Mokinių su antsvoriu dažnis pagal klases, 2009 m.

Šaltinis: Kauno miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras

## MIRTINGUMAS

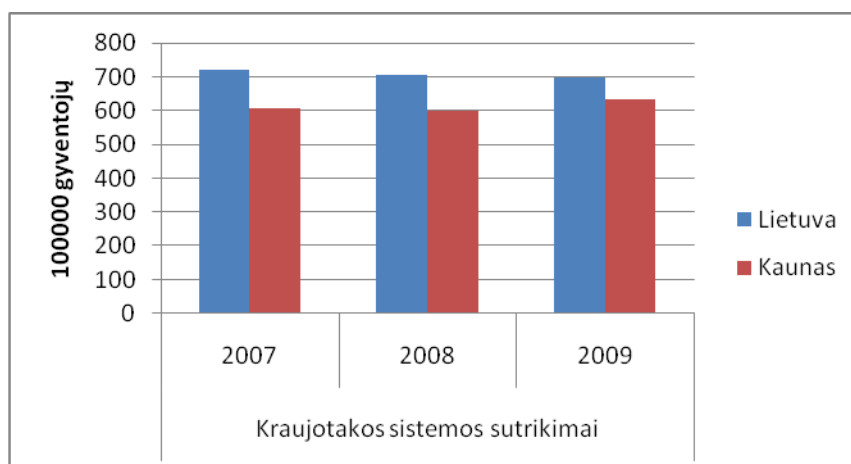
Mirtingumo rodikliai keliarius metus turėjo tendenciją didėti, tik nuo 2007 metų Lietuvoje mirtingumo kreivė pradėjo leistis žemyn. Ne tik Lietuvoje, bet ir Kaune paskutiniaisiais metais užfiksuotas mirtingumo mažėjimas. 2006 metais Kauno miesto savivaldybėje buvo užfiksuotos 4286 netektys, tuo tarpu 2009 m. - 4075, vadinasi po trijų metų mirčių atvejų sumažėjo per 200. Lyginant tarp lyčių tiek šalyje, tiek Kauno mieste vyrai miršta dažniau nei moterys. Pastebima tai, kad vyrų vidutinė gyvenimo trukmė mažėja, o moterų – ilgėja.



*1 pav. Mirtingumas Kauno mieste ir Lietuvoje 100000 gyventojų, 2007-2009 m.*

Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centro duomenys

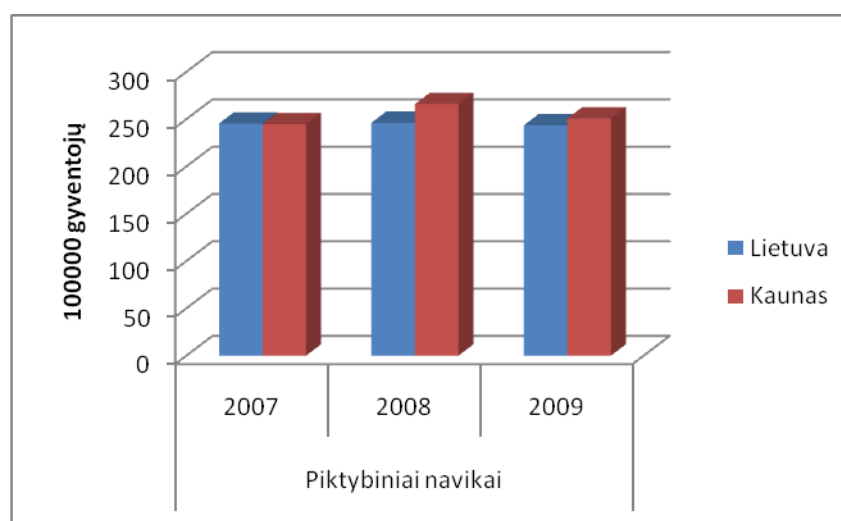
Kraujotakos sistemos ligos yra vienos iš dažniausiai pasitaikančių ligų pasaulyje. Su širdies ligomis yra susiję daugiau nei pusė visų mirties priežasčių. Mirčių struktūroje kraujotakos sistemos ligos 2009 metais Kauno mieste sudarė 55 proc. visų netekčių. Lietuvoje mirtingumas nuo kraujotakos sistemos ligų mažėja, o Kaune atvirkščiai - didėja, ypač 2009 metais.



*2 pav. Mirtingumas nuo kraujotakos sistemos ligų Kauno mieste ir Lietuvoje 100000 gyventojų, 2007-2009 m.*

Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centro duomenys

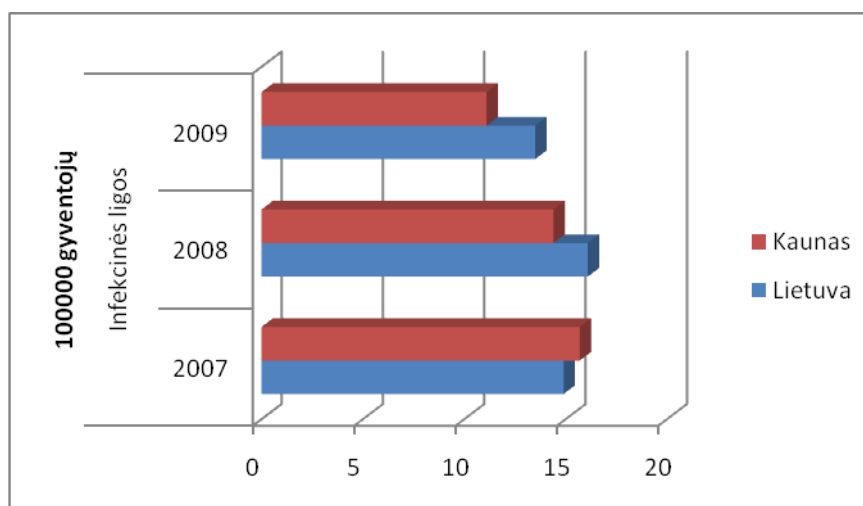
Piktybiniai navikai - antra dažniausiai pasikartojanti mirties priežastis. Nuo piktybinių navikų Kauno mieste dažniau miršta vyrai nei moterys, 2009 m. duomenimis vyrų mirtingumas 100 tūkst. gyventojų siekė 283, o moterų – 225 atvejų (3 pav.). Higienos instituto sveikatos informacijos centro 2009 m. duomenimis nuo piktybinių navikų Kauno mieste mirė beveik 900 gyventojų, tai sudaro daugiau nei 20 proc. visų mirties priežasčių. Kauno mieste piktybinių navikų mirties atvejų yra daugiau nei lyginant su šalies vidurkiu.



3 pav. Mirtingumas nuo piktybinių navikų Kauno mieste ir Lietuvoje 100000 gyventojų, 2007-2009 m.

Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centro duomenys

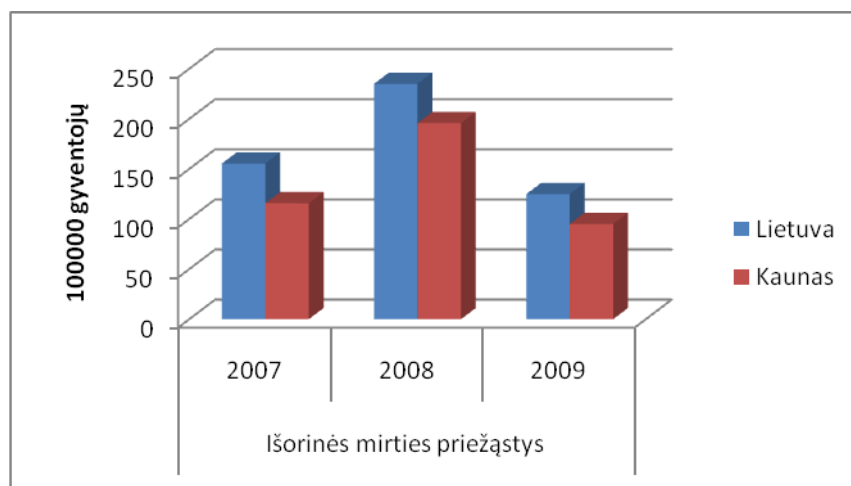
Pastaruosius metus mirtingumo nuo infekcinių Kauno mieste statistika žymiai geresnė lyginant su šalies vidurkiu. Kauno mieste siekė 11,1 atvejų, o visoje šalyje 13,5 iš 100 tūkst. gyventojų (4 pav.).



4 pav. Mirtingumas nuo infekcinių ligų Kauno mieste ir Lietuvoje 100000 gyventojų, 2007-2009 m.

Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centro duomenys

Mirčių priežastys, kurių galima išvengti yra išorinės mirtys – tai avarijos, nukritimai, paskendimai, savižudybės ir kitos. Itin didelis išorinių mirčių rodiklis buvo 2008 metais tiek šalyje, tiek Kaune, bet po metų šių mirčių sumažėjo beveik per pus (5 pav.). Mirtingumas tarp lyčių ženkliai skiriasi, vyrai nuo išorinių padarinių miršta 3-4 kartus dažniau nei moterys. 2009 m. Kauno mieste užfiksuotos 333 mirtys: iš jų vyrų – 249, moterų - 84.



5 pav. Mirtingumas nuo išorinių mirties priežasčių Kauno mieste ir Lietuvoje 100000 gyventojų, 2007-2009 m.

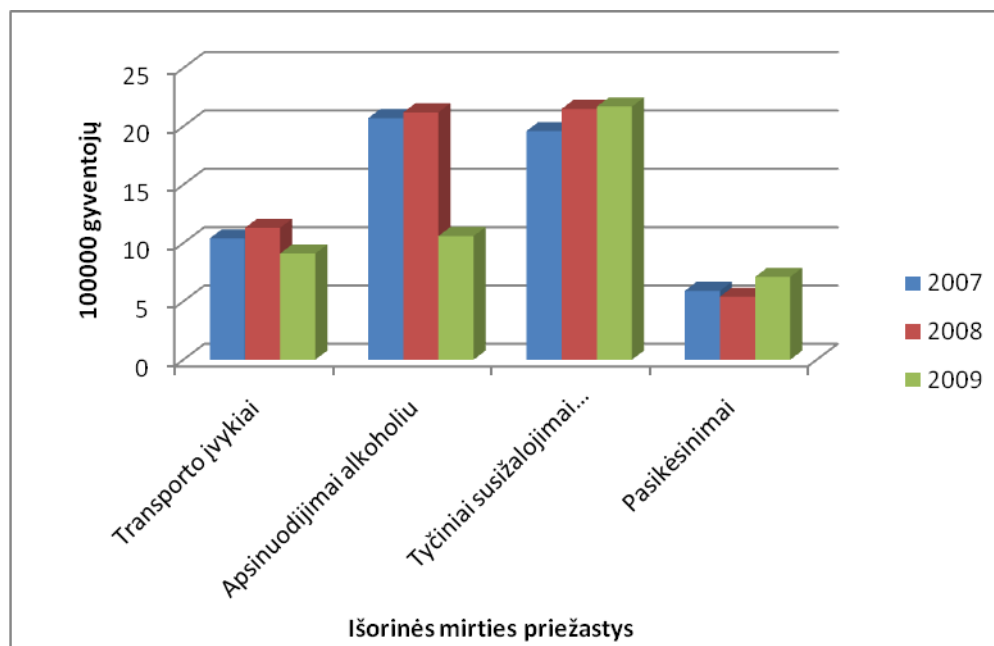
Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centro duomenys

Iš išorinių mirties priežasčių pirmauja tyčiniai susižalojimai t.y. savižudybės. Kaip matome iš grafiko Kauno mieste per pastaruosius metus pastebimas savižudybių skaičiaus didėjimas. Jei 2007 metais nusižudė 19,6 iš 100 tūkst. gyventojų, tai 2009 m. 21,7. Paskutiniųjų metų duomenimis iš visų nusižudžiusių apie 80 proc. buvo vyrai.

Kita, taip pat daug gyvybių nusinešanti išorinių mirties priežasčių yra apsinuodijimas alkoholiu. Dėl šios priežasties 2009 m. mirė dvigubai mažiau kauniečių nei prieš metus. Čia taip pat vyrai pirmauja, kurie sudaro 78 proc. visų apsinuodijusių. Mokslininkas priduria, kad alkoholis tampa ne tik daugybės socialinių problemų priežastimi, tačiau sukelia ir gausybę avarijų keliuose.

Nuo transporto įvykių pasekmių 2009 m. metais buvo užfiksuota mažiau žuvusiųjų kelyje nei 2008 metais. Iš 100 tūkst. gyventojų nuo autotransporto įvykių žuvo 5,7 moterų ir 13,4.





6 pav. Mirtingumas nuo išorinių mirties priežasčių pagal atskiras grupes Kauno mieste 100000 gyventojų, 2007-2009 m.

Šaltinis: Higienos instituto Sveikatos informacijos centro duomenys

Tai statistinis leidinys apie Kauno miesto gyventojų sveikatą. Leidinyje analizuojama demografinė situacija, sergamumas lėtinėmis neinfekcinėmis ligomis, sergamumas užkrečiamomis ligomis, psichikos sveikatos, nelaimingų atsitikimų (autoįvykiai Kaune, traumos ir apsinuodijimai, paskendimai, gaisrai Kauno mieste), vaikų sveikatos aspektai bei mirtingumo situacija. Leidinys skirtas Kauno miesto politikams, visuomenės sveikatos priežiūros specialistams, švietimo ir medicinos darbuotojams bei visiems besidomintiems sveikata.

Irmina Raudoniūtė

Kauno miesto gyventojų sveikata 2010 m.

Kauno miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biuras

Leidinio tiražas 150 vnt.

Išleido ir spausdino UAB „Prix Fixe“

