

**2019 M. ŠIRDIES IR KRAUJAGYSLIŲ LIGŲ IR CUKRINIO DIABETO RIZIKOS  
GRUPIŲ ASMENŲ SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS VYKDYMO ATASKAITŲ  
SUVESTINĖ**

Programą pradėjusių rizikos grupės asmenų skaičius – **2086**.

Programą baigusią rizikos grupės asmenų skaičius – **1311**.

**1 lentelė. Programą baigusią asmenų gyvenamos ir sveikatos būklės rodiklių reikšmių pokyčių duomenys.**

Eil. Nr.	Rodikliai	Rodiklių reikšmės		
		Pagerėjo ( <i>dalyvių skaičius</i> )	Nepagerėjo ( <i>dalyvių skaičius</i> )	Išliko normalus (-i) * ( <i>dalyvių skaičius</i> )
1.	Kūno masė	553	350	388
2.	Juosmens apimtis	548	381	367
3.	Pulsas sėdint	326	297	409
4.	Arterinis kraujo spaudimas	354	272	432
5.	Bendrojo cholesterolio koncentracija	322	315	343
6.	Mažo tankio lipoproteinų (MTL) cholesterolio koncentracija	321	296	363
7.	Didelio tankio lipoproteinų (DTL) cholesterolio koncentracija	334	273	374
8.	Trigliceridų koncentracija	279	274	426
9.	Gliukozės koncentracija kraujyje	340	239	395
10.	Fizinis aktyvumas	835	239	220
11.	Daržovių ir vaisių vartojimas	905	174	215
12.	Druskos vartojimas	798	240	256
13.	Riebaus maisto vartojimas	836	228	230
14.	Saldaus maisto vartojimas	838	254	202
15.	Rūkymas	94	100	1078
16.	Alkoholio vartojimas	260	86	926
17.	Savijauta	906	181	207

\* Rodiklių reikšmės, kurios iki rizikos grupės asmens dalyvavimo programoje pradžios buvo normalios, taip pat atsakymai apie rūkymą ir alkoholio vartojimą, jei asmuo iki dalyvavimo programoje pradžios nerūkė ar nevartojo alkoholio (ar vartojo jį labai retai), priskiriamos grupei „Išliko normalus (-i)“.

**2 lentelė. Širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto rizikos grupių asmenų sveikatos stiprinimo programos efektyvumo rodikliai.**

<b>Rodiklis</b>	<b>Rodiklio reikšmė</b>
Programą pradėjusių rizikos grupės asmenų skaičius	2086
Programą baigusią rizikos grupės asmenų skaičius	1311
<b>Fiziniai kūno rodikliai</b> (pagerėjo)	<b>60 %</b>
Kūno masė (pagerėjo)	61 %
Liemens apimtis (pagerėjo)	59 %
<b>Kraujotakos rodikliai</b> (pagerėjo)	<b>54 %</b>
Pulsas sėdint (pagerėjo)	52 %
Arterinis kraujo spaudimas (pagerėjo)	57 %
<b>Biocheminiai rodikliai</b> (pagerėjo)	<b>53 %</b>
Bendrojo cholesterolio koncentracija (pagerėjo)	51 %
Mažo tankio lipoproteinų (MTL) koncentracija (pagerėjo)	52 %
Didelio tankio lipoproteinų (DTL) koncentracija (pagerėjo)	55 %
Trigliceridų koncentracija (pagerėjo)	50 %
Gliukozės koncentracija kraujyje (pagerėjo)	59 %
<b>Fizinis aktyvumas</b> (pagerėjo)	<b>78 %</b>
<b>Mityba</b> (pagerėjo)	<b>79 %</b>
Daržovių ir vaisių vartojimas (pagerėjo)	84 %
Druskos vartojimas (pagerėjo)	77 %
Riebaus maisto vartojimas (pagerėjo)	79 %
Saldaus maisto vartojimas (pagerėjo)	77 %
<b>Rūkymo ir (ar) alkoholio vartojimo sumažėjimas</b> (pagerėjo)	<b>66 %</b>
Rūkymas (pagerėjo)	48 %
Alkoholio vartojimas (pagerėjo)	75 %
<b>Savijauta</b> (pagerėjo)	<b>83 %</b>
<b>Efektyvumas</b> (vidurkis)	<b>68 %</b>

Vykdamą programą 2019 m. aukščiausią efektyvumo procentinį lygį pasiekė daržovių ir vaisių vartojimo (84 proc.), bendros savijautos (83 proc.), mitybos (79 proc.), fizinio aktyvumo (78 proc.) rodikliai. Mažiausiai pagerėjo rūkymo (48 proc.), trigliceridų koncentracijos (50 proc.) rodikliai. Bendras programos efektyvumo vidurkis siekė 68 proc.

**3 lentelė. 2019 m. Programos vykdymo rodikliai pagal savivaldybes.**

Savivaldybė	Programą pradėjo	Programą baigė
Akmenės rajono	10	0
Alytaus miesto	114	26
Alytaus rajono	0	0
Anykščių rajono	10	7
Biržų rajono	15	0
Druskininkų	18	15
Elektrėnų	18	8
Ignalinos rajono	25	16
Zarasų rajono	12	9
Jonavos rajono	31	26
Joniškio rajono	58	45
Jurbarko rajono	20	15
Kaišiadorių rajono	69	24
Širvintų rajono	15	6
Kauno miesto	124	84
Kauno rajono	41	0
Birštono	0	0
Kėdainių rajono	40	40
Kelmės rajono	15	37
Klaipėdos miesto	87	23
Neringos	4	0
Klaipėdos rajono	33	20
Rietavo	10	0
Skuodo rajono	18	6
Kretingos rajono	0	0
Lazdijų rajono	0	0
Marijampolės	24	30
Kalvarijos	21	19
Kazlų Rūdos	23	33
Mažeikių rajono	73	51
Pakruojo rajono	9	3
Palangos miesto	8	5
Panevėžio miesto	84	69
Panevėžio rajono	42	0
Pasvalio rajono	21	21
Plungės rajono	51	17
Prienų rajono	17	16
Radviliškio rajono	22	15
Raseinių rajono	75	70
Rokiškio rajono	30	26
Kupiškio rajono	39	34
Visagino	15	15
Šakių rajono	16	0
Šalčininkų rajono	5	0
Šiaulių miesto	128	0
Šiaulių rajono	38	9
Šilalės rajono	23	41
Šilutės rajono	0	0
Pagėgių	0	0
Švenčionių rajono	10	3
Tauragės rajono	10	7
Telšių rajono	77	41
Trakų rajono	10	7
Ukmergės rajono	20	10
Utenos rajono	18	12
Molėtų rajono	0	0
Varėnos rajono	15	10
Vilkaviškio rajono	27	0
Vilniaus miesto	279	277
Vilniaus rajono	69	63
<b>Lietuva</b>	<b>2086</b>	<b>1311</b>

Dėl susiklosčiusių aplinkybių, iškilusių problemų, susijusių su gyventojų motyvacijos dalyvauti Programoje stoka, dažniau pasitaikančių mažose ir kaimiškose savivaldybėse, pirminių asmens sveikatos priežiūros įstaigų bendradrbiavimo ar žmogiškųjų išteklių trūkumu, 2019 m. 7 savivaldybėse Programa iš viso nevydyta (*Alytaus rajono, Birštono, Kretingos rajono, Lazdijų rajono, Šilutės rajono, Pagėgių rajono, Molėtų rajono*). Palyginti su 2018 m., Programos nevykdžiusių savivaldybių skaičius sumažėjo (2018 m. 11 savivaldybių programa nevykdyta), tačiau liko tos pačios savivaldybės, kuriose Programa vis dar neįsibėgėja.

10 savivaldybių (*Akmenės rajono, Biržų rajono, Kauno rajono, Neringos rajono, Rietavo rajono, Panevėžio rajono, Šakių rajono, Šalčininkų rajono, Šiaulių rajono, Vilkaviškio rajono*), 2019 m. Programos nebaigė nė vienas asmuo, tačiau Programa pradėta vykdyti, nes nurodomas Programą pradėjusių asmenų skaičius. Tikėtina, kad šiose savivaldybėse asmenys, įsitraukę į Programą, ją pabaigs 2020 metais.

**4 lentelė. Širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto rizikos grupių asmenų sveikatos stiprinimo programos vykdymas 2015–2019 m. Lietuvoje.**

<b>Metai</b>	<b>Programą pradėjusių asmenų skaičius</b>	<b>Programą baigusiu asmenų skaičius</b>
2015	1405	399
2016	1310	533
2017	1853	1003
2018	1469	1082
2019	2086	1311

Analizuojant kasmetinį Programą baigusiu asmenų skaičių, pastebima didėjimo tendencija. Lyginat pastarųjų metų duomenis, programą baigusiu asmenų skaičius 2019 m. padidėjo 229 asmenimis (17,5 proc. daugiau nei 2018 m.).