



NORVEGIJOS PARAMA LIETUVAI:
partnerystė vertybėms
kurti ir išsaugoti



KLAIPĖDOS Miesto visuomenės
SVEIKATOS BIURAS



KLAIPĖDOS
UNIVERSITETAS



Jaunimui palankių sveikatos priežiūros paslaugų teikimo modelio diegimas Klaipėdos miesto savivaldybėje

Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

2015 m. lapkričio 19 d.

Projektas

JAUNIMUI PALANKIŲ SVEIKATOS PRIEŽIŪROS PASLAUGŲ TEIKIMO MODELIO SUKŪRIMAS

finansuojamas pagal 2009–2014 m. Norvegijos
finansinio mechanizmo programą Nr. LT11
„Visuomenės sveikatai skirtos iniciatyvos“

Dažniausiai naudojamos sąvokos

Algoritmas

- Detali sveikatos problemos sprendimo seka su atskirų problemos sprendimo žingsnių aprašu, teisinės, rašytinės ir vaizdinės metodinės informacijos šaltiniais, paslaugų teikėjų sąrašu.

Jaunas žmogus

- Asmuo nuo 14 iki 29 metų.

Jaunimui palankios sveikatos priežiūros paslaugos (toliau – JPSPP)

- Jaunimo poreikius atitinkančios kompleksinės sveikatos priežiūros paslaugos, kurios apima sveikatos stiprinimo, prevencijos, gydymo, stebėsenos bei konsultavimo paslaugas, ir atitinka Pasaulio sveikatos organizacijos (toliau – PSO) nurodytus kriterijus.

JPSPP teikimo modelis (toliau – Modelis)

- Nuostatų, struktūrų ir funkcijų visuma, atitinkanti PSO JPSPP teikimo kriterijus, gerosios praktikos rekomendacijas, JPSPP sistemos viziją, principus, tikslus ir uždavinius teikiant jaunimui palankias sveikatos stiprinimo, prevencijos, gydymo, stebėsenos ir konsultavimo paslaugas laikantis aukščiausių paslaugų teikimo organizavimo, kokybės užtikrinimo, valdymo, finansavimo reikalavimų.

Projekto tikslas



Sukurti vieningą, kompleksinį, koordinuotą ir jaunimo sveikatos poreikiams pritaiktą sveikatos priežiūros paslaugų teikimo modelį, kuris paskatins jaunas žmones rinktis sveikesnį gyvenimo būdą bei pagerins visuomenės sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumą bei kokybę.

Projekto uždaviniai



- Gerinti JPSPP prieinamumą – paslaugos turi būti nemokamos arba įperkamos, greita, patogi registracija arba be registracijos, trumpas laukimo laikas nuo registracijos iki paslaugos suteikimo;
- Užtikrinti, kad JPSPP būtų nediskriminuojančios;
- Gerinti JPSPP konfidencialumą ir privatumą;
- Siekti, kad JPSPP atitiktų kiekvieno jauno žmogaus sveikatos ir raidos fizinius, socialinius ir psichologinius poreikius;
- Siekti, kad JPSPP būtų teikiamos kompetentingo personalo;
- Siekti, kad JPSPP būtų teikiamos saugioje ir jaunimo poreikius atitinkančioje aplinkoje.

Projekto vykdytojas ir partneriai



Klaipėdos miesto savivaldybė



**Klaipėdos miesto visuomenės
sveikatos biuras**

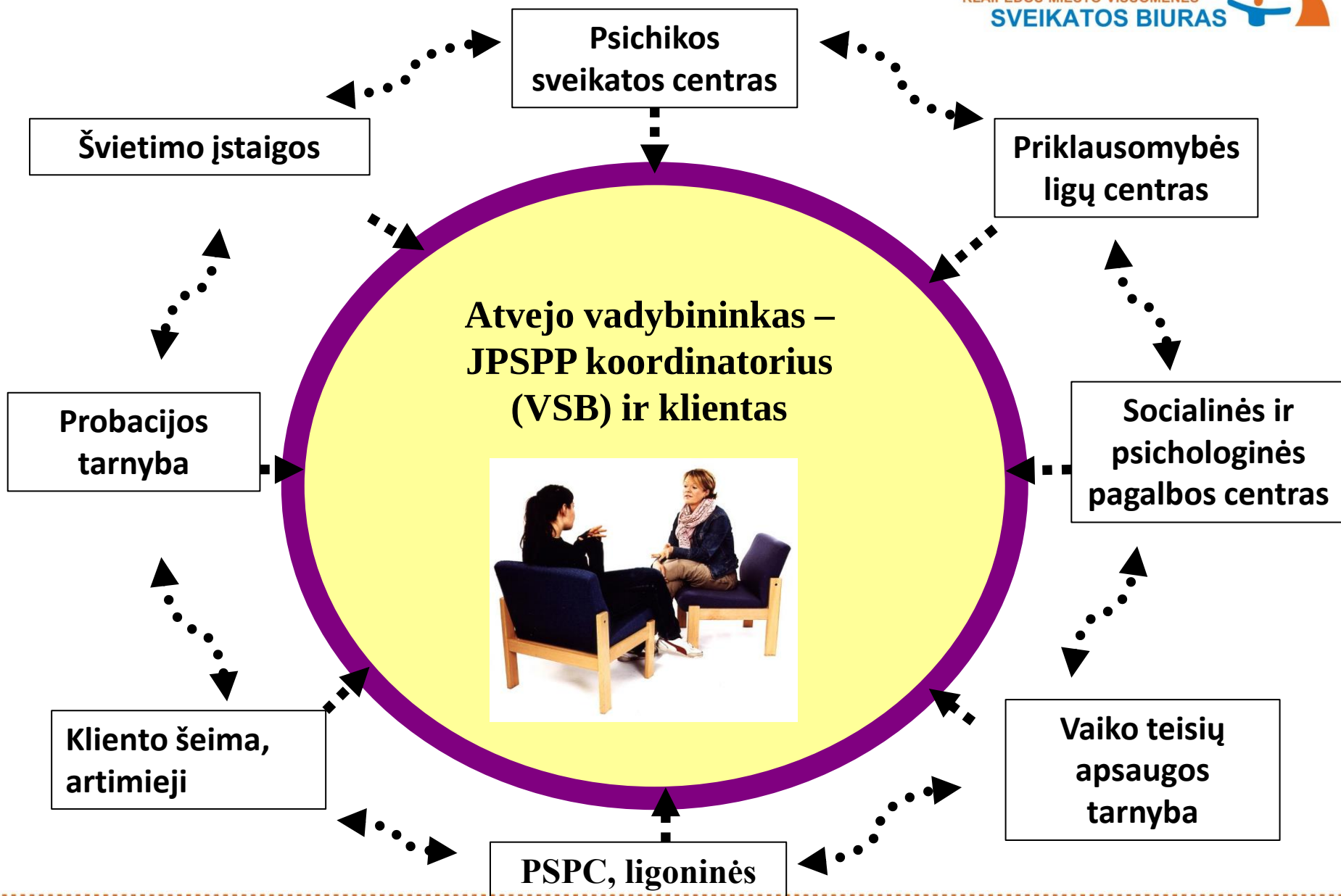


KLAIPĖDOS
UNIVERSITETAS

Klaipėdos universitetas



**Klaipėdos jaunimo sveikatos
centras „Bendraamžiai“**



JAUNIMO SVEIKATOS TINKLAS „JAUSTI“



JAUNIMUI → NAUJIENOS, MOKOMOJI
MEDŽ., KLAUSK SPECIALISTO, FORUMAI
SPECIALISTUI → SHEMOS, METODIKOS,
DUOMENŲ BAZĖS

MOBILI APLIKACIJA „JAUSTI“



PRIENAMAS VISIEMS IŠMANIEMS
TELEFONAMS → FIZINIO AKTYVUMO
REGISTRATORIUS, KALORIJŲ,
IŠGERTO VANDENS KIEKIO
SKAIČIUOKLĖS ir kt.



KLAIPĖDOS
UNIVERSITETAS

KOORDINACINIS CENTRAS



NEMOKAMI LAUKO TRENIRUOKLIAI

VISUOMENĖS SVEIKATOS SAVANORIŲ MOKYMAI



Situacijos analizė



- 2010 metais atrinkta 10 savivaldybių, kuriose buvo vertinta jaunimo sveikata. Šį vertinimą atliko Higienos institutas;
- Atlikus vertinimą paaiškėjo, kokiose pagrindinėse poveikio srityse reikėtų dirbti ir taip gimė šio modulio koncepcija;
- 2014 m. Rokiškio savivaldybėje buvo atliktas pilotinis algoritmų diegimas. Šiam pasiteisinus, buvo nuspręsta modulį įdiegti ir kitose savivaldybėse.

Prioritetinės JPSP modelio sveikatos sritys ir algoritmai

TRAUMŲ IR NELAIMINGŲ ATSIDIKIMŲ (IŠVENGIAMŲ MIRČIŲ) NEIGIAMO POVEIKIO SVEIKATAI MAŽINIMAS

1. Savižudybių ir savižalos neigiamo poveikio sveikatai mažinimo algoritmas



SVEIKOS MITYBOS SKATINIMAS, SU MITYBA SUSIJUSIŲ LIGŲ NEIGIAMO POVEIKIO MAŽINIMAS IR FIZINIO AKTYVUMO SKATINIMAS

2. Sveikatos sutrikimų susijusių su antsvoriu ir nutukimu mažinimo algoritmas

LYTINĖS IR REPRODUKČINĖS SVEIKATOS GERINIMAS

3. Lytiškai plintančių infekcijų ir neplanuoto nėštumo neigiamo poveikio sveikatai mažinimo algoritmas

PSICHIKOS SVEIKATOS STIPRINIMAS

4. Psichiką veikiančių medžiagų vartojimo neigiamo poveikio sveikatai mažinimo algoritmas

SVEIKATOS SUTRIKIMŲ SUSIJUSIŲ SU ANTSVORIU IR NUTUKIMU MAŽINIMO ALGORITMAS

Išsami algoritmo apžvalga (JPSPP teikėjai,
funkcijos ir ryšiai)

SVEIKATOS SUTRIKIMŲ SUSIJUSIŲ SU ANTSVORIU IR NUTUKIMU MAŽINIMAS

SISTEMINIS PROBLEMOS SPRENDIMO ALGORITMAS

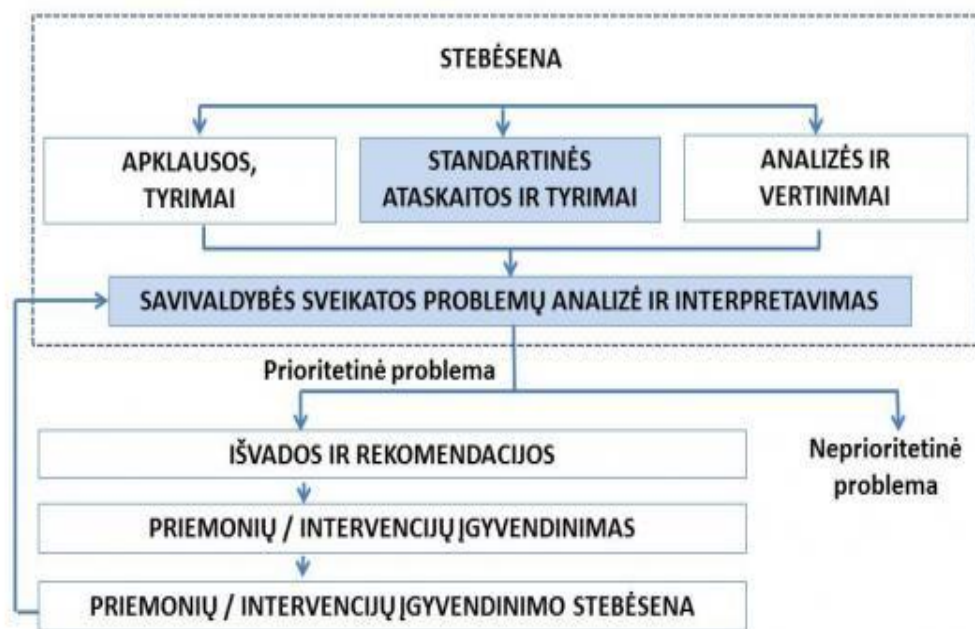
Algoritmai, kai dėl sveikatos, sveikatą veikiančių veiksnių ar su sveikata susijusių paslaugų teikimo problemos, ar sveikatos gerinimo klausimais kreipiasi institucijos, organizacijos, ar konkretus asmuo, (ar problemos identifikuojamos stebėsenos/monitoringo metu) **ne dėl konkrečios asmeninės sveikatos problemos, o dėl klausimų, kurių sprendimui reikalingi sisteminiai, organizaciniai, finansiniai, teisiniai ar politiniai sprendimai**

ALGORITMAS ASMENINIO KONTAKTO ATVEJU

Algoritmai, kai **dėl konkrečios asmeninės sveikatos problemos, ar sveikatos gerinimo klausimais** kreipiasi konkretus asmuo, asmuo yra nukreipiamas (siunčiamas), ir/ar stebėsenos/monitoringo metu identifikuojamos rizikos grupės ar asmenys

SVEIKATOS SUTRIKIMŲ SUSIJUSIŲ SU ANTSVORIU IR NUTUKIMU MAŽINIMO ALGORITMAS : sisteminis problemos sprendimas (1)

SVEIKATOS SUTRIKIMŲ SUSIJUSIŲ SU ANTSVORIU IR NUTUKIMU MAŽINIMAS

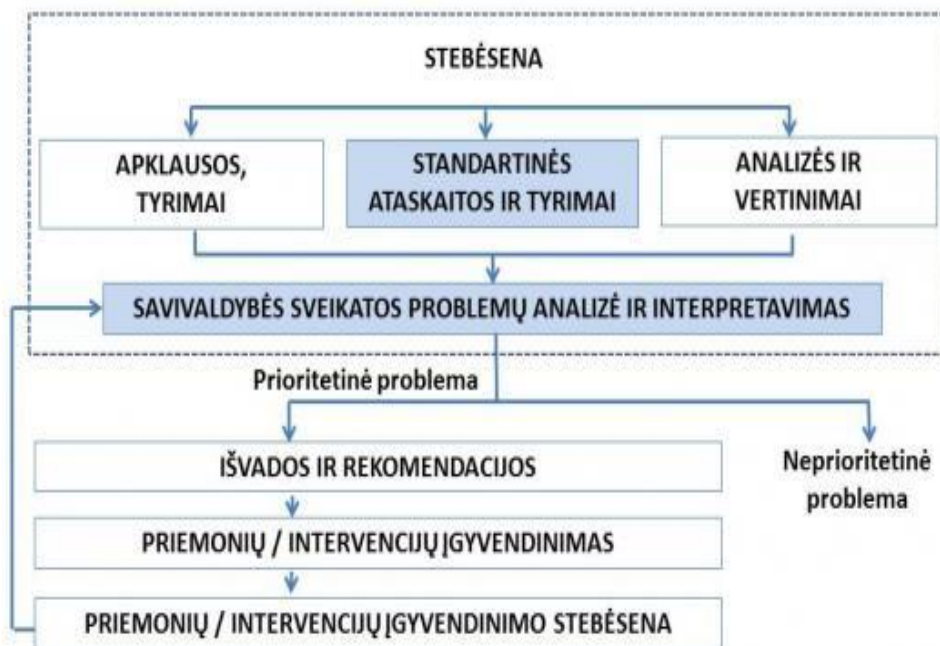


Šaltinis. HISIC, SEC skaičiavimai

- **Sisteminis sveikatos sutrikimų susijusių su antsvoriu ir nutukimu mažinimo algoritmas** aprašo sisteminį įvertinimą ir su antsvoriu ir nutukimu susijusių problemų poveikio sveikatai prevencijos veiklų valdymą bei organizavimą populiacijos lygmeniu 14-29 metų amžiaus asmenų grupei. Aprašomos veiklos apima tiek stebėsenos, prevencijos tiek ir gydymo paslaugas;
- Algoritmo aprašas parengiamas atlikus situacijos analizę, kuri parengiama, remiantis Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro svetainėje pateiktomis „Savivaldybių visuomenės sveikatos stebėsenos ataskaitų rašymo metodinės rekomendacijomis“, JPSP Modelio diegimo stadijoje ir/ar atnaujinama rengiant metinę savivaldybės visuomenės sveikatos ataskaitą.

SVEIKATOS SUTRIKIMŲ SUSIJUSIŲ SU ANTSTVORIU IR NUTUKIMU MAŽINIMO ALGORITMAS: sisteminis problemos sprendimas (1.2)

PSICHIKĄ VEIKIANČIŲ MEDŽIAGŲ VARTOJIMO NEIGIAMO POVEIKIO SVEIKATAI MAŽINIMAS



Pagrindinės algoritmo dalys:

- **Stebėsena.** Šioje dalyje pateikiama šalies mastu standartinė periodiškai renkama statistinė informacija ir ataskaitos, periodiškai ir ne periodiškai atliekamos apklausos ir tyrimai, epidemiologinės ir paslaugų teikimo analizės bei vertinimai;
- **Savivaldybės sveikatos problemų analizė ir interpretavimas.** Šioje dalyje pateikiama savivaldybės epidemiologinės ir paslaugų teikimo analizės ir vertinimų rezultatai ir jų interpretavimas, periodiškai ir ne periodiškai atliekamų apklausų ir tyrimų rezultatai, išvados ir interpretavimas;
- **Išvadų, rekomendacijų, priemonių ir intervencijų bei jų įgyvendinimo stebėsenos dalyse** aprašomi rekomenduojami sveikatos problemų savivaldybėje sprendimo būdai, eiga bei įgyvendinimo stebėsena.

SVEIKATOS SUTRIKIMŲ SUSIJUSIŲ SU ANTSVORIU IR NUTUKIMU MAŽINIMO ALGORITMAS: sisteminis problemos sprendimas (1.3.)

➤ Pagrindinės savivaldybės institucijos ir organizacijos (1):

1. **Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras** – teikia naujausią informaciją apie mokslo patvirtintus sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo būdus, konsultuoja įvairiais sveikatos išsaugojimo klausimais, organizuoja sveikatinimo renginius, mokymus, seminarus;
2. **Klaipėdos psichikos sveikatos centras** - teikia medicininę pagalbą ūmių psichikos sutrikimų atvejais, vykdo ambulatorinę psichikos sveikatos priežiūrą, teikia pagalbą dvasinės krizės ištiktiems asmenims, grėšiant savižudybei ar po mėginimo nusižudyti, psichologinę pagalbą psichikos sutrikimų turinčių asmenų šeimoms, socialinę pagalbą psichikos sutrikimų turintiems asmenims bei jų šeimos nariams, dalyvauja jų reabilitacijoje ir habilitacijoje, bendradarbiauja su įvairiomis institucijomis. Taip pat teikia pirminio lygio pagalbą asmenims, sergantiems priklausomybės ligomis (apdraustiems asmenims - nemokamai), vykdo prevencinę, švietėjišką veiklą bendruomenėje;

➤ Pagrindinės savivaldybės institucijos ir organizacijos (2):

3. **Klaipėdos pirminiai sveikatos priežiūros centrai** - teikia aukščiausios kokybės medicininės paslaugas bei atlieka profilaktinį asmens sveikatos priežiūros darbą bei reabilitaciją;
4. **Klaipėdos miesto ligoninės (Respublikinė, Jūrininkų, Universitetinė, Vaikų ligoninė)** - teikia diagnostikos, gydymo, reabilitacijos, slaugos ir palaikomojo gydymo paslaugas, pagrįstas mokslu ir pažangiausiomis technologijomis (Vaikų ligoninėje paslaugos teikiamos vaikams iki 18 m.);

➤ Pagrindinės savivaldybės institucijos ir organizacijos (3):

5. **Klaipėdos pedagoginė psichologinė tarnyba** - pagalba mokiniui, mokytojui ir mokyklai. Tarnybos specialistai siekia didinti specialiųjų poreikių, psichologinių, asmenybės ir ugdymosi problemų turinčių asmenų ugdymosi veiksmingumą, psichologinį atsparumą teikiant reikalingą informacinę, ekspertinę ir konsultacinę pagalbą mokykloms ir mokytojams;
6. **Švietimo įstaigos (gimnazijos, pagrindinės mokyklos, progimnazijos, viešosios bendrojo ugdymo mokyklos, profesinės mokyklos, kolegijos, universitetai)** – rengia mokinių gyvenimui šiuolaikinėje visuomenėje, teikia kokybišką pagrindinį, vidurinį, profesinį, aukštesnįjį bei aukštąjį išsilavinimą, racionaliai panaudojant turimus žmogiškuosius ir materialinius išteklius;

➤ **Pagrindinės savivaldybės institucijos ir organizacijos (4):**

7. **Neformaliojo vaikų švietimo įstaigos** - kryptinga veikla, kuria, plėtojant jauno žmogaus asmenines, socialines ir edukacines kompetencijas, siekiama ugdyti sąmoningą asmenybę, sugebančią atsakingai ir kūrybingai spręsti savo problemas ir aktyviai dalyvauti visuomenės gyvenime;
8. **Sporto sektorius** – padeda jaunimui teisingai formuoti pagrindinius gyvybiškai svarbius judėjimo įgūdžius ir skatina reguliary fizinį aktyvumą;
9. **Jaunimo organizacijos**
10. **Vaikų globos namai** – užtikrina globojamam (rūpinamam) ir laikinai globos namuose apgyvendinamam vaikui globos (rūpybos), ugdymo (mokymo, lavinimo ir auklėjimo), socialines paslaugas, sudaro kitas jam tinkamas sąlygas ir palaiko aplinką, kurioje jis galėtų saugiai augti, vystytis ir tobulėti bei pasiruoštų savarankiškam gyvenimui visuomenėje;
11. **Dvasinės pagalbos jaunimui centras** – ugdo jaunimą įvairia veikla, skatina padėti kitiems, remiantis krikščioniškais principais;

➤ Pagrindinės savivaldybės institucijos ir organizacijos (5):

- **Skubią psichologinę pagalbą teikiančios organizacijos:**

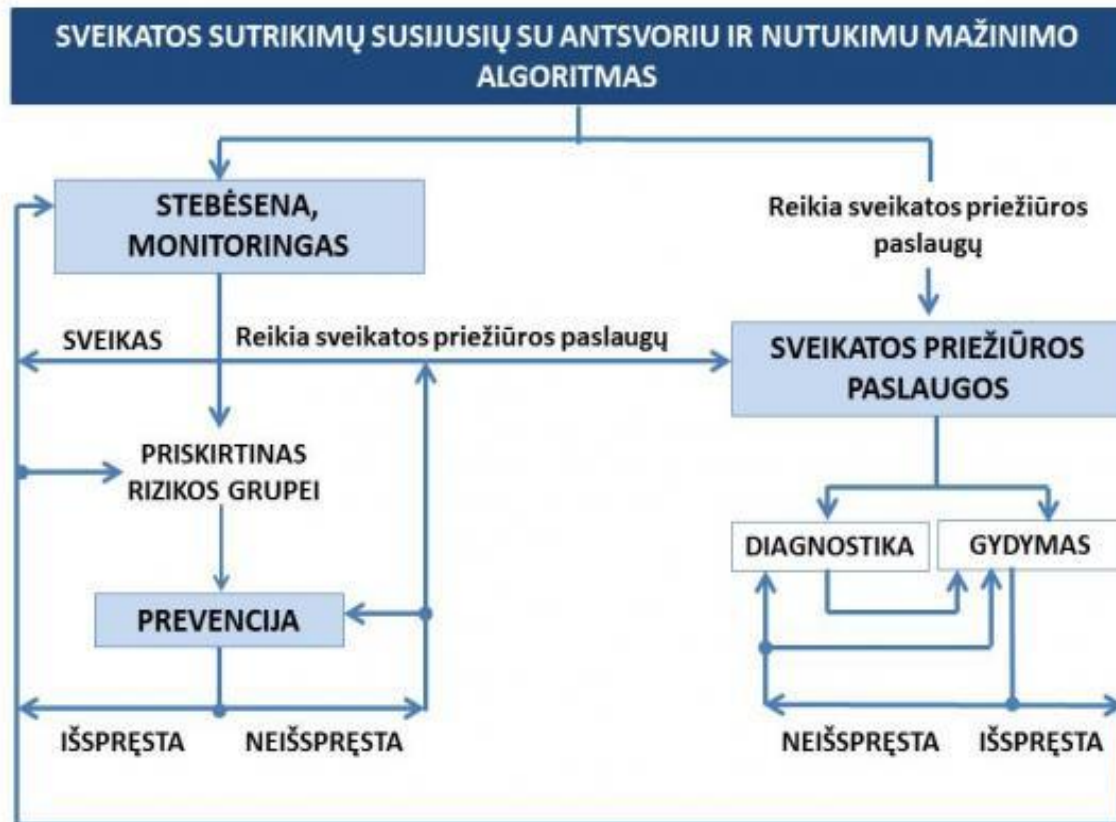
- 12. Jaunimo linija** – pagalbos tarnyba, padedanti jauniems žmonėms išgyventi krizę, galvojantiems apie savižudybę, susiduriantiems su kitais gyvenimo sunkumais;
- 13. Vilties linija** – pagalbos tarnyba suaugusiems, teikianti skubią anoniminę psichologinę pagalbą asmenims nuo 30 m;
- 14. Vaikų linija** – tai pagalbos tarnyba vaikams ir paaugliams, teikianti nemokamą ir anonimišką pagalbą telefonu bei internetu;

➤ **Pagrindinės savivaldybės institucijos ir organizacijos (6):**

15. Klaipėdos teritorinė darbo birža (Jaunimo darbo centras) – padeda jaunimui integruotis į darbo rinką, ugdyti gebėjimus, reikalingus konkuruoti darbo rinkoje ir motyvuoti mokymuisi visą gyvenimą;

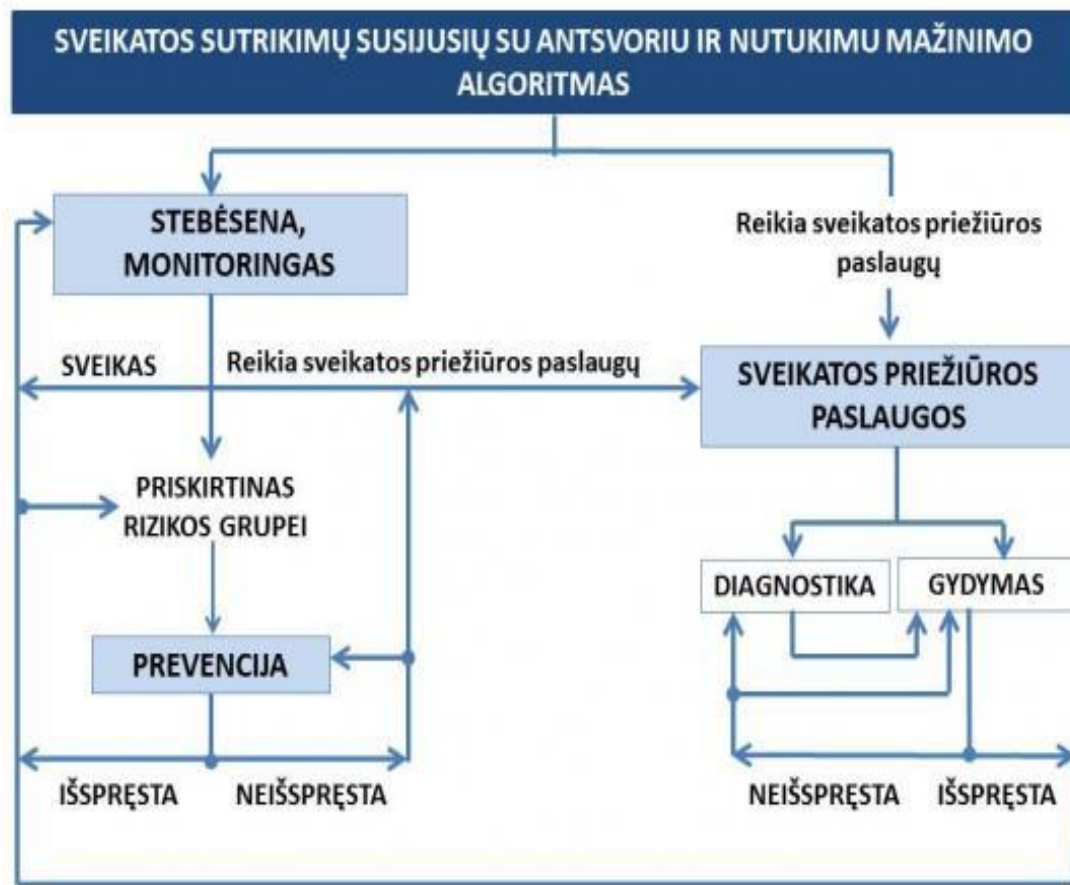
16. Klaipėdos teritorinė ligonių kasa - statistinių duomenų pateikimas situacijos analizei (SVEIDROS DUOMENYS).

Psichiką veikiančių medžiagų vartojimo neigiamo poveikio sveikatai mažinimo algoritmas: asmeninis kontaktas (2)



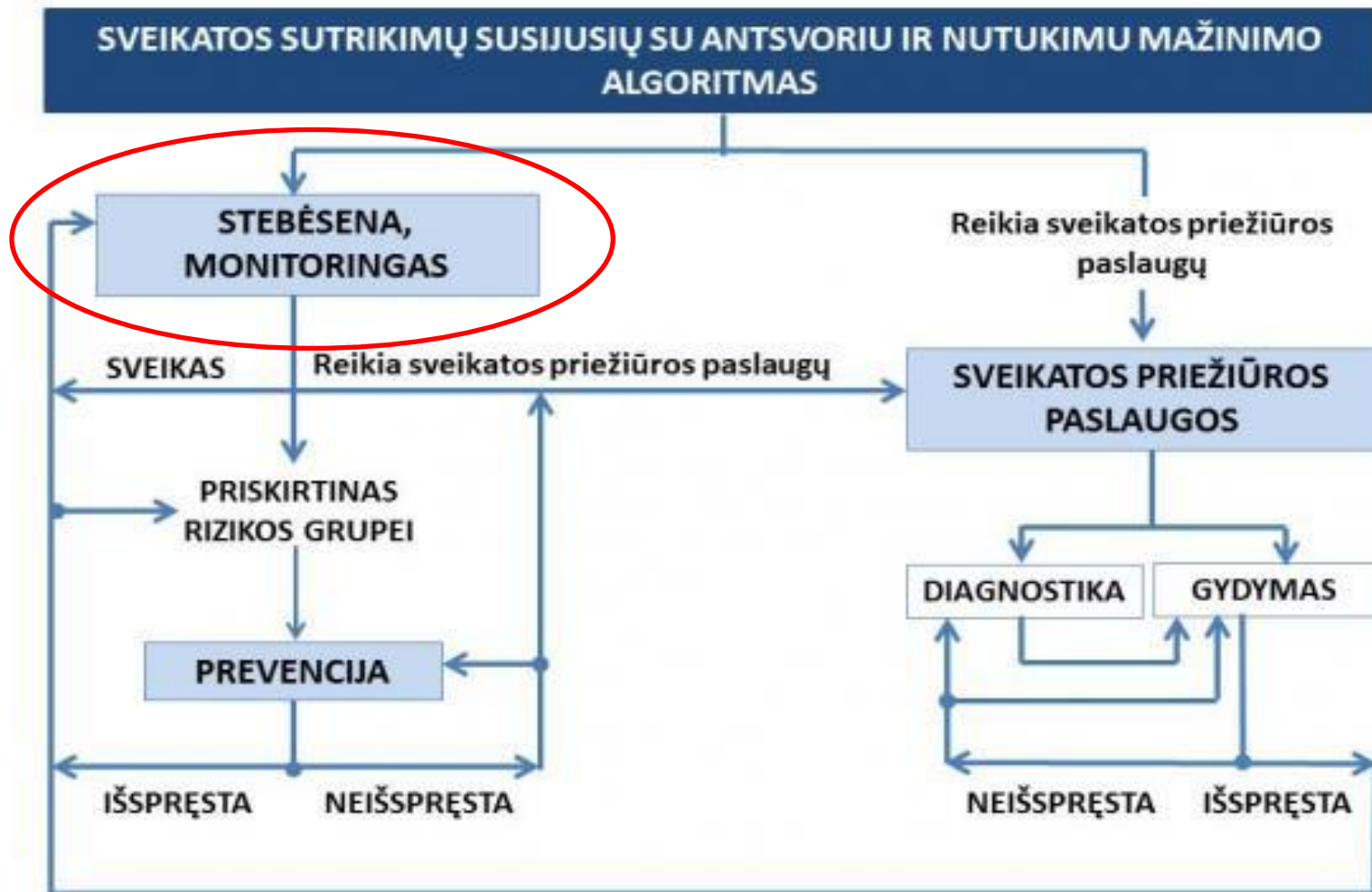
- Sveikatos sutrikimų susijusių su antsvoriu ir nutukimu mažinimo algoritmas asmeninio kontakto atveju aprašo su antsvoriu ir nutukimu susijusios rizikos įvertinimą ir prevencijos veiklų bei sveikatos priežiūros ir socialinių paslaugų valdymą bei organizavimą asmeninio kontakto atveju 14-29 metų amžiaus asmenų grupei;
- Aprašomos veiklos apima tiek stebėsenos, prevencijos tiek ir gydymo (sveikatos priežiūros) paslaugas;
- **Algoritmo tikslas** - padėti identifikuoti pagalbos poreikį ir organizuoti jos eigą.

Psichiką veikiančių medžiagų vartojimo neigiamo poveikio sveikatai mažinimo algoritmas: asmeninis kontaktas (2.1)



PAGRINDINĖS ALGORITMO DALYS:

- **Sveikatos priežiūros paslaugos** aprašomos esant rimtiems sveikatos sutrikimams, kai asmeniui reikalinga medicininė pirminė sveikatos priežiūra ar specializuota (ambulatorinė ir stacionarinė) pagalba;
- **Stebėsenos ir monitoringo** paslaugos skirtos su antsvoriu ir nutukimu susijusios rizikos sveikatai įvertinimui;
- **Prevencijos** paslaugos skirtos su antsvoriu ir nutukimu susijusios rizikos sveikatai lygiui sumažinti ar net pašalinti (sveikatos sistemos specialistams, ne sveikatos sistemos specialistams bei šeimos nariams ir artimiesiems).



Stebėseną ir monitoringą - skirta aprašyti ne tik sveikatos sistemos, bet ir kitų sektorių specialistų veikloms (pirminis rizikos sveikatai įvertinimas), kai asmuo turi atsvario ar yra nutukęs.

Pirminio rizikos sveikatai įvertinimo metu asmens (ne)priskyrimas tam tikrai rizikos grupei nustatomas įvertinus tam tikrus klausimynus, atlikus kitus metodus (KMI, antropometriniai rodikliai) bei pokalbio metu.

STEBĖSENA, MONITORINGAS

Ne tik sveikatos sistemos institucijos ir medikai



STEBĖSENA, MONITORINGAS

Ne tik sveikatos sistemos institucijos ir medikai



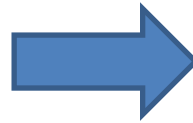
➤ Viena iš svarbių ir efektyvių **antsvorio/nutukimo prevencijos prielaidų** – sava laikis problemos, ar rizikos sveikatai įvertinimas ir, esant rizikai, asmens nukreipimas, ar rekomendacijų kreiptis pas atitinkamos srities specialistus, ar institucijas, asmenims pateikimas;

➤ Antsvorio/nutukimo prevencija yra įmanoma tuo atveju, jei asmuo neturi antsvorio ir nėra nutukęs, tačiau nustatomas polinkis (genetinis ar sąlygotas kitų nutukimui/antsvoriui įtakos turinčių veiksnių (pvz., nėščiosios, metantys rūkyti)). Taip pat, prevencija įmanoma, jei asmuo priskiriamas mažos rizikos grupei (pvz., jo KMI nerodo antsvorio, bet yra „ant ribos“);

➤ Antsvorio/nutukimo atveju ar esant didelei rizikai, asmuo nukreipiamas pas tam tikrų socialinių ir profesinių grupių atstovus, atitinkamos srities specialistus, ar institucijas, priklausomai nuo to, kokių sveikatos priežiūros paslaugų reikia.

**PAGRINDINĖS SOCIALINĖS BEI PROFESINĖS GRUPĖS,
KURIŲ VEIKLA YPAČ SVARBI NUTUKIMO PREVENCIJAI IR
KURIŲ ATSTOVAI GALI ATLIKTI PIRMINĮ RIZIKOS
SVEIKATAI ĮVERTINIMĄ (STEBĖSENĄ IR MONITORINGĄ)**

- PSP darbuotojai;
- Bendros praktikos gydytojai;
- Mokyklų ir kitų švietimo sistemos darbuotojai;
- Šeima, draugai, artimi žmonės;
- Nutukimą ar antsvorį turinčių asmenų savitarpio paramos grupės, nevyriausybinių organizacijų.

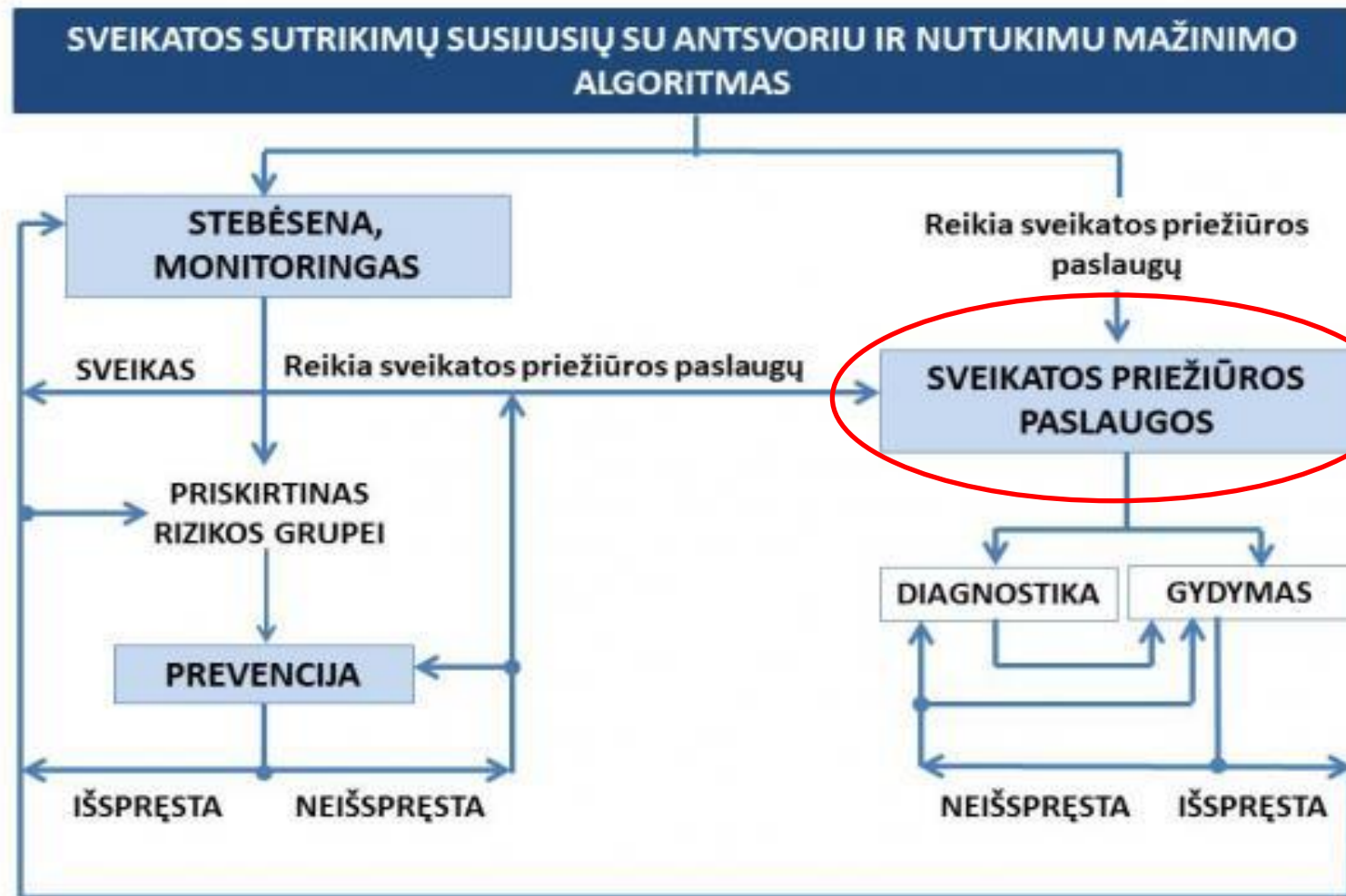


➤ **Svarbu žinoti!** Pacientui apie jo sveikatos būklę informaciją suteikia jį gydantis gydytojas. Kitiems asmenims (pavyzdžiui, palydėjusiems asmenį) informacija teikiama tik pacientui davus rašytinį sutikimą;

➤ **Sveikatos problemos ir konfidencialumas.** Jei pacientas yra nepilnametis ir nėra pavojaus jo gyvybei bei būtinybės teikti skubią pagalbą, reikia, dėl tolesnio sveikatos priežiūros paslaugų teikimo susisiekti su nepilnamečio tėvais, globėjais, ar, jei tokios galimybės nėra, su Vaiko teisių apsaugos skyriumi.

ĮSTAIGOS/ ORGANIZACIJOS, ATLIEKANČIOS STEBĖSENĄ IR RIZIKOS SVEIKATAI ĮVERTINIMĄ KLAIPĖDOS MIESTE

- **Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras**
- **Klaipėdos pedagoginė psichologinė tarnyba**
 - **Šeimos ir vaiko gerovės centras**
 - **Vaikų globos namai**
 - **Švietimo įstaigos:**
 - ✓ Gimnazijos
 - ✓ Pagrindinės mokyklos
 - ✓ Progimnazijos
 - ✓ Pradinės mokyklos
 - ✓ Viešosios bendrojo ugdymo mokyklos
 - ✓ Aukštosios mokyklos
- **Pirminiai visuomenės sveikatos priežiūros centrai**
 - **Klaipėdos miesto ligoninės**
 - **Klaipėdos psichikos sveikatos centras**
 - **Dvasinės pagalbos jaunimui centras**
 - **Jaunimo organizacijos Klaipėdos mieste**
 - **Neformaliojo vaikų švietimo įstaigos**



Sveikatos priežiūros paslaugos aprašomos esant rimtiems sveikatos sutrikimams, kai asmeniui reikalinga medicininė ambulatorinė ar stacionarinė pagalba.



Pirminė sveikatos priežiūra (*pirminė ambulatorinė sveikatos priežiūra*) - paslaugos teikiamos pagal šeimos (bendrosios praktikos) gydytojo ir bendrosios praktikos slaugytojo bei bendruomenės slaugytojo medicinos normų reikalavimus ambulatorinėje asmens sveikatos priežiūros įstaigoje.

Ką daryti, kaip teikti pagalbą?



Atliekama paciento apžiūra siekiant įvertinti ar pacientui yra būtina skubi pagalba, kuri yra suteikiama nedelsiant. Atlikus somatinės sveikatos būklės įvertinimą ir/ar atstatymą (pavyzdžiui, pokalbis, anamnezė, KMI, testas, klausimynas), įvertinama, ar asmeniui nėra reikalinga gydytojo psichiatro / psichoterapeuto konsultacija.

Kur kreiptis?



Esant indikacijoms pacientui siūloma tolesnė stacionari ar ambulatorinė specializuota pagalba.



Svarbu žinoti! Pacientui apie jo sveikatos būklę informaciją suteikia jį gydantis gydytojas. Kitiems asmenims (pavyzdžiui, palydėjusiems asmenį) informacija teikiama tik pacientui davus rašytinį sutikimą.

Sveikatos problemos ir konfidencialumas. Jei pacientas yra nepilnametis ir nėra pavojaus jo gyvybei bei būtinybės teikti skubią pagalbą, reikia, dėl tolesnio sveikatos priežiūros paslaugų teikimo susisiekti su nepilnamečio tėvais, globėjais, ar, jei tokios galimybės nėra, su Vaiko teisių apsaugos skyriumi.



Sveikatos priežiūros paslaugos aprašomos esant rimtiems sveikatos sutrikimams, kai asmeniui reikalinga medicininė ambulatorinė ar stacionarinė pagalba.



Specializuota medicininė pagalba aprašoma esant rimtiems sveikatos sutrikimams, kai asmeniui reikalinga medicininė ambulatorinė ar stacionarinė pagalba, kurią teikia endokrinologai, dietologai, dietistai, fizinės medicinos ir reabilitacijos gydytojai, kineziterapeutai, kardiologai ir kiti specialistai.

GYDYTOJAI SPECIALISTAI (ambulatorinės paslaugos):

- ***Gydytojas endokrinologas*** – atlieka endokrininės sistemos ligų diagnostiką, gydymą, reabilitaciją ir profilaktiką, taip pat ir sergančiųjų endokrininėmis ligomis mokymą;
- ***Gydytojas dietologas*** – užtikrina tinkamą sveikų žmonių ir pacientų maitinimąsi ir dietinį gydymą tinkamu režimu, pacientų maitinimosi poreikių ir pasitenkinimo maistu patenkinimą, saugaus ir kokybiško maisto patiekimą pacientams, tinkamą maitinimosi priežiūrą, konsultuoja ir gydo sergančius įvairiomis ligomis specialiai parinktomis dietomis;
- ***Dietistas*** – padeda dietologams organizuoti ar, nesant gydytojo dietologo, organizuoja dietinį gydymą sveikatos priežiūros įstaigose bei kitose valstybinėse bei privačiose institucijose;
- ***Fizinės medicinos ir reabilitacijos gydytojas*** – atlieka asmens sveikatos priežiūros paslaugas, apimančias fizinę mediciną ir reabilitaciją;
- ***Kineziterapeutas*** – grąžina sveikatą ir fizinę būklę, rūpinasi sveikatos palaikymu, esant neįgalumui, pacientą gydo judesiu ir fizikiniais veiksniais;
- ***Kardiologas*** – atlieka širdies ir kraujagyslių ligų diagnostiką, rizikos veiksnių nustatymą, antrinę bei tretinę profilaktiką, taip pat pacientų, sergančių širdies ir kraujagyslių ligomis, gydymą ir reabilitaciją;

Stacionarinės paslaugos (*chirurgas, endokrinologas, kardiologas ir kt. pagal diagnozę*)

ĮSTAIGOS/ ORGANIZACIJOS, TEIKIANČIOS SVEIKATOS PRIEŽIŪROS PASLAUGAS KLAIPĖDOS MIESTE

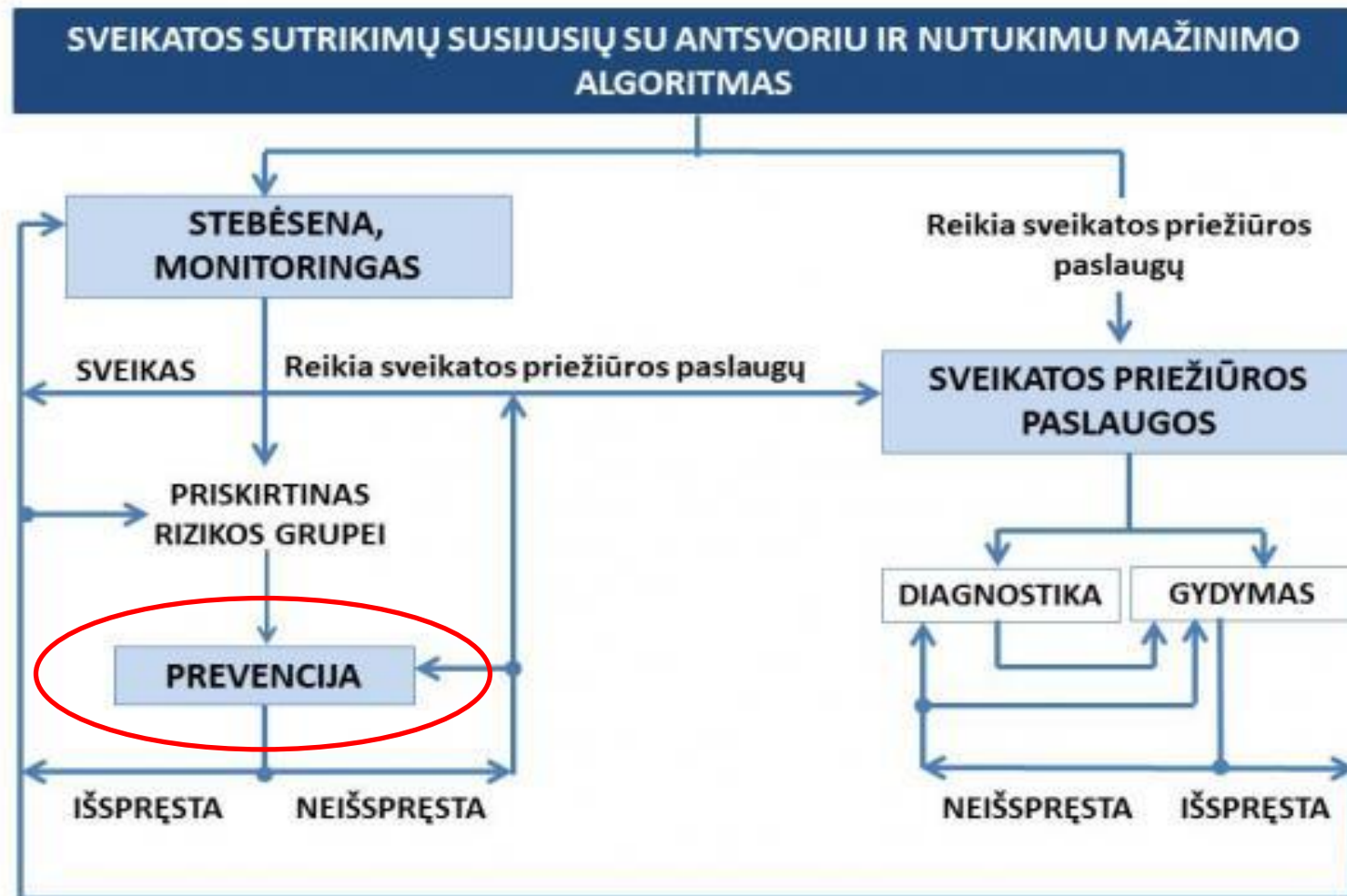
PSPC:

- VŠJ Klaipėdos sveikatos priežiūros centras
- [VŠJ Jūrininkų sveikatos priežiūros centras](#)
- VŠJ Klaipėdos Senamiesčio pirminės sveikatos priežiūros centras
- UAB „Mano šeimos gydytojas“
- UAB „Viloja“ sveikatos centras
- UAB „Nefridos“ klinika
- UAB „Brožynų“ sveikatos centras
- UAB „Kraujažolė“ šeimos klinika
- UAB VNT medicinos centras
- UAB „ŠVIESMEDA“ sveikatos centras
- UAB „Birutės šeimos medicinos praktika“
- UAB „Avimeda“ medicinos klinika
- UAB „Salgymeda“ Salvijos medicinos centras
- UAB A. Navicko konsultacinė poliklinika
- UAB Kuncų ambulatorinė klinika
- UAB „Narema“
- UAB „[Baltic Medics](#)“ šeimos sveikatos centras, [jsikūręs medicinos centro „Lorna“ patalpose](#)
- UAB Klaipėdos estetinės ir lazerinės medicinos centras
- VŠJ Paliatyvios pagalbos ir šeimos sveikatos centras
- UAB „Kardiovita“
- UAB „Baltic Medics“
- UAB Jurando kineziterapijos centras
- UAB „Avimedika“
- UAB „Salumeda“

ĮSTAIGOS/ ORGANIZACIJOS, TEIKIANČIOS SVEIKATOS PRIEŽIŪROS PASLAUGAS KLAIPĖDOS MIESTE

STACIONARINĖ PAGALBA:

- VšĮ Respublikinė Klaipėdos ligoninė
- VšĮ Klaipėdos universitetinė ligoninė
- VšĮ Klaipėdos jūrininkų ligoninė
- VšĮ Klaipėdos vaikų ligoninė



Nutukimo ir antsvorio prevencija - sveika gyvensena (mitybos ir fizinio aktyvumo) kaita.



Nutukimo ir antsvorio prevencija - sveika gyvensena (mitybos ir fizinio aktyvumo) kaita.

- **Pagalba artimiesiems, konsultavimas** - sveikos mitybos mokymai šeimos nariams, artimiesiems, draugams - fizinio aktyvumo skatinimas;
- **Šeimos nariai (tėvai, broliai, seserys), draugai, kolegos**, gali padėti susidoroti su iškilusia problema. Artimųjų palaikymas visada yra svarbus sprendžiant bet kokio masto problemą. Draugiški patarimai, dalijimasis asmenine patirtimi, buvimas drauge ar pasirengimas kartu dalyvauti (sportuojant, sveikai maitinantis), gali padėti asmeniui sprendžiant antsvorio problemą;
- **Savivaldybėje profesionalias konsultacijas (asmeniui ir grupei)** bei įvairius renginius fizinio aktyvumo, mitybos klausimais organizuoja Savivaldybės visuomenės sveikatos biuro specialistai.

Nutukimo ir antsvorio prevencija - sveika gyvensena (mitybos ir fizinio aktyvumo) kaita.

ĮSTAIGOS/ ORGANIZACIJOS, ATLIEKANČIOS PREVENCIJĄ KLAIPĖDOS MIESTE

PREVENCIJA

Ne tik sveikatos sistemos institucijos ir medikai



➤ Švietimo įstaigos:

- ✓ Gimnazijos
- ✓ Pagrindinės mokyklos
- ✓ Progimnazijos
- ✓ Pradinės mokyklos
- ✓ Viešosios bendrojo ugdymo mokyklos
- ✓ Aukštosios mokyklos

➤ Neformaliojo vaikų švietimo įstaigos

➤ Vaikų globos namai

➤ Sporto sektorius

➤ Klaipėdos pedagoginė psichologinė tarnyba

➤ Šeimos ir vaiko gerovės centras

➤ Klaipėdos psichikos sveikatos centras

➤ Dvasinės pagalbos jaunimui centras

➤ Skubią psichologinę pagalbą teikiančios organizacijos:

- ✓ Jaunimo linija
- ✓ Vilties linija
- ✓ Vaikų linija

Nutukimo ir antsvorio prevencija - sveika gyvensena (mitybos ir fizinio aktyvumo) kaita.

PREVENCIJA

Ne tik sveikatos sistemos institucijos ir medikai



Sveikatos sistemos specialistai - endokrinologo, dietologo, dietisto, fizinės medicinos ir reabilitacijos gydytojo, kineziterapeuto, kardiologo pagalba, visuomenės sveikatos priežiūros specialistai.

Nutukimo ir antsvorio prevencija - sveika gyvensena (mitybos ir fizinio aktyvumo) kaita.

➤ Siekiant mažinti antsvorio ir nutukimo paplitimą, prioritetiniai uždaviniai turėtų būti:

- 1. MOKYTI VISUOMENĘ SVEIKOS MITYBOS PRINCIPŲ;**
- 2. SKATINTI SVEIKESNIO MAISTO PAKLAUSĄ IR PASIŪLĄ DIDINTI FIZINĮ AKTYVUMĄ;**
- 3. PERIODIŠKAI VERTINTI GYVENTOJŲ NUTUKIMO POKYČIUS IR SUKURTI MONITORINGO SISTEMĄ;**
- 4. RENGTI METODINES PRIEMONES IR INFORMUOTI VISUOMENĘ APIE MITYBOS IR JUDĖJIMO AKTYVUMO SVARBĄ SVEIKATAI VILOSE UGDYMO ĮSTAIGOSE KŪNO KULTŪRAI IR SPORTUI FORMALIAJAME UGDYME SKIRTI NE MAŽIAU KAIP 120 MIN. (O ATEITYJE – IR 180 MIN.) PER SAVAITĘ;**
- 5. VISIEMS GYVENTOJAMS, O YPAČ VAIKAMS IR JAUNIMUI SUDARYTI SĄLYGAS MANKŠTINTIS IR SPORTUOTI GYVENAMOSIOSE VIETOSE, ATVERIANT MOKYKLŲ, VISUOMENINIŲ IR PRIVAČIŲ SPORTO IR SVEIKATOS KLUBŲ DURIS, TIESIANT DVIRAČIŲ TAKUS, PROPAGUOJANT ĖJIMĄ Į MOKYKLĄ PĖSČIOMIS BEI KITAS PLAČIAI PRIEINAMAS FIZINIO AKTYVUMO FORMAS/**

Nutukimo ir antsvorio prevencija - sveika gyvensena (mitybos ir fizinio aktyvumo) kaita.

- 6. PAGAL GALIMYBES SUDARYTI SĄLYGAS, KAD VISI VISUOMENĖS NARIAI GALĖTŲ PASIRINKTI SVEIKESNĘ GYVENSENĄ IR KAD BŪTŲ UŽTIKRINTAS NUOLATINIS SVEIKO MAISTO BUVIMAS, JO PRIEINAMUMAS ŽMOGUI BEI UŽTIKRINTI SVEIKOS MITYBOS PRINCIPUS ATITINKANČIŲ MAISTO PRODUKTŲ GAMYBĄ IR PRIEINAMUMĄ VISUOMENEI;**
- 7. LABAI SVARBU UGDYTI IR SKATINTI MAISTO PRODUKTŲ GAMINTOJUS GAMINTI SVEIKOS MITYBOS REIKALAVIMUS ATITINKANČIUS MAISTO PRODUKTUS;**
- 8. KEISTI MAISTO PRODUKTŲ SUDĖTĮ, SIEKiant MAŽINTI CUKRAUS, SOČIŲJŲ RIEBALŲ, RIEBIŲJŲ RŪGŠČIŲ TRANSIZOMERŲ, PRIDĖTO CUKRAUS KIEKĮ IR ENERGETINĘ VERTEĮ, ATSIŽVELGIANT Į JŲ POVEIKĮ SUSIRGIMUI LĖTINĖMIS LIGOMIS, ANTSVORIUI IR NUTUKIMUI;**
- 9. VYKDYTI VISUOMENĖS UGDYMĄ, ORGANIZUOJANT SEMINARUS, KONFERENCIJAS SVEIKOS MITYBOS, JUDĖJIMO AKTYVUMO, SVEIKOS GYVENSENOS PROPAGAVIMO KLAUSIM AIS IR KT;**
- 10. BŪTINA PASIEKTI, KAD ŽINIASKLAIDOJE BEI RADIO IR TV LAIDOSE, NEBŪTŲ TEIKIAMA INFORMACIJA, SKATINANTI NESVEIKO MAISTO IR GĖRIMŲ, KURIE GALI PAKENKTI YPAČ VAIKŲ SVEIKATAI IR VYSTYMUISI, VARTOJIMĄ.**

**DIRBDAMI KARTU MES
GALIME DAUGIAU!!!
AČIŲ UŽ DĖMĘSĮ!**





METAS DISKUSIJAI...

