



**Higienos
institutas**

Visuomenės sveikatos inovacijų centro
Tyrimų ir inovacijų plėtros skyrius

MOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ GYVENSENOS POKYČIAI

2016, 2020 ir 2024 metų gyvensenos tyrimų rezultatų
palyginamoji analizė

Vilnius, 2025



Padėka

Nuoširdžiai dėkojame visiems gyvenamosios stebėsenos tyrimo dalyvavusiems ir sąžiningai anketas pildžiusiems mokiniams, savivaldybių, mokyklų administracijoms, mokytojams, kurie geranoriškai prisidėjo prie sklandesnio tyrimo vykdymo mokyklose. Dėkojame savivaldybių visuomenės sveikatos biurų specialistams, kurie organizavo bei vykdė tyrimus mokyklose, atsakingai suvedė duomenis. Be Jūsų visų indėlio šis leidinys būtų neįmanomas.

Rengėja Higienos instituto Visuomenės sveikatos inovacijų centro

Tyrimų ir inovacijų plėtros skyriaus vyr. specialistė Greta Makauskaitė

Higienos institutas, Studentų g. 45A, LT-08107 Vilnius

Tel. +370 5 262 4583, faks. +370 5 262 4663, el. paštas institutas@hi.lt

[Facebook](#)

[LinkedIn](#)

[Youtube](#)

TURINYS

Ivadas.....	4
Mokyklinio amžiaus vaikų gyvenimo stebėsenos tyrimų metodika.....	5
Tyrimų rezultatų pateikimas leidinyje	6
1. Demografiniai duomenys	8
2. Subjektyvus laimingumo ir savo sveikatos vertinimas.....	9
2.1. LAIMINGUMAS	9
2.2. SVEIKATOS VERTINIMAS	9
2.3. LAIMINGUMO IR SVEIKATOS VERTINIMO REZULTATŲ APIBENDRINIMAS.....	10
3. Sveikatos elgsena	11
3.1. FIZINIS AKTYVUMAS	11
3.2. PRIE EKRAŅŲ PRALEISTAS LAIKAS	12
3.3. PUSRYČIAVIMO ĮPROČIAI.....	13
3.4. DARŽOVIŲ VARTOJIMAS	14
3.5. VAISIŲ VARTOJIMAS	15
3.6. BURNOS HIGIENA	16
3.7. SVEIKATOS ELGSENOS REZULTATŲ APIBENDRINIMAS.....	17
4. Rizikingas elgesys	18
4.1. ALKOHOLIO VARTOJIMAS	18
4.1.1. Alkoholio vartojimas per paskutines 30 d.	18
4.1.2. Alkoholio vartojimas per paskutinius 12 mėn.	19
4.2. TABAKO GAMINIŲ IR ELEKTRONINIŲ CIGAREČIŲ VARTOJIMAS	20
4.2.1. Tabako gaminių rūkymas per paskutines 30 d.	20
4.2.2. Tabako gaminių rūkymas per paskutinius 12 mėn.	21
4.2.3. Elektroninių cigarečių vartojimas per paskutines 30 d.	22
4.2.4. Elektroninių cigarečių vartojimas per paskutinius 12 mėn.	23
4.3. NARKOTINIŲ MEDŽIAGŲ VARTOJIMAS.....	24
4.3.1. Kanapių vartojimas per gyvenimą	24
4.3.2. Kitų narkotikų nei kanapės vartojimas per gyvenimą	25
4.4. SAUGUMAS KELIJE	26
4.4.1. Atšvaitų nešiojimas.....	26
4.4.2. Saugos diržo segėjimas.....	27

4.5.	FIZINĖS BAUSMĖS	28
4.6.	PATYČIOS.....	29
4.6.1.	Mokiniai, kurie patyrė patyčias	29
4.6.2.	Mokiniai, kurie tyčiojosi iš kitų mokinių.....	30
4.7.	RIZIKINGO ELGESIO REZULTATŲ APIBENDRINIMAS.....	31
5.	Apibendrinimas.....	32
6.	Priedai	33
7.	Literatūra.....	34

Ivadas

Vaikystė yra kritinis augimo ir vystymosi laikotarpis, o vaiko patirtis, elgesys ir sveikatos problemos gali turėti ilgalaikį poveikį tiek jo fizinei, tiek psichikos sveikatai. Žinoma, kad tokie veiksniai, kaip gyvenamoji vieta, aplinkos būklė, santykiai su šeima ir draugais, gyvensena, daro didesnę įtaką sveikatai, nei su sveikata siejamas sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumas, naudojimasis sveikatos priežiūros paslaugomis [1]. Pasaulio sveikatos organizacija pabrėžia, kad sveika gyvensena, pavyzdžiui, pakankamas fizinis aktyvumas, sveika mityba, žalingų įpročių neturėjimas, gali padėti stiprinti sveikatą ir išvengti ligų ateityje.

Vykdamas sveikatos apsaugos ministro įsakymą [2], nurodantį periodiškai savivaldybėse atlikti gyvensenos tyrimus, taip pat vadovaujantis Higienos instituto parengta gyvensenos tyrimų organizavimo ir vykdymo metodika [3], 2016 m. buvo atliktas pirmasis mokyklinio amžiaus vaikų gyvensenos stebėsenos tyrimas, po ketverių metų (2020 m.) – antrasis, o 2024 m. – trečiasis. Anketinėms apklausoms naudoti su Sveikatos apsaugos ministerija suderinti standartizuoti klausimynai [4, 5, 6]. Tyrimus koordinavo Higienos institutas, apklausas vykdė savivaldybės aptarnaujantys visuomenės sveikatos biurai.

Sistemiškai ir periodiškai atliekamų mokinių gyvensenos stebėsenos tyrimų rezultatai yra ypač svarbus informacijos šaltinis, padedantis:

- išsiaiškinti gyvensenos situaciją šalies ir visų Lietuvos savivaldybių lygmeniu;
- sekti mokinių gyvensenos pokyčius laikui bėgant;
- vertinti sveikatos elgsenos, rizikingo elgesio tendencijas ir numatyti kylančias visuomenės sveikatos problemas;
- numatyti sveikatos politikos prioritetus, planuoti tikslines priemones problemoms spręsti ir prevencijai vykdyti;
- vertinti pasiektą pažangą ir ją sieti su vykdomomis programomis savivaldybės ar Lietuvos mastu.

Higienos instituto specialistai yra parengę tris mokyklinio amžiaus vaikų gyvensenos rodiklių suvestines – ataskaitas, kuriose pateikiami 2016 m., 2020 m. ir 2024 m. atliktų mokyklinio amžiaus vaikų gyvensenos stebėsenos tyrimų rezultatai kiekvienoje savivaldybėje [7, 8, 9]. Šio leidinio tikslas – palyginti 2016 m., 2020 m. ir 2024 m. mokyklinio amžiaus vaikų gyvensenos stebėsenos tyrimų rodiklius, apžvelgti tiek teigiamus, tiek neigiamus pokyčius, kurie įvyko per aštuonerius metus.

Mokyklinio amžiaus vaikų gyvenimo stebėsenos tyrimų metodika

Mokyklinio amžiaus vaikų gyvenimo tyrimai atliekami vadovaujantis Higienos instituto parengta gyvenimo tyrimų organizavimo ir vykdymo metodika [3]. Visose Lietuvos savivaldybėse duomenų rinkimas (apklausos) mokyklose vykdomas kas ketverius metus kovo–gegužės mėnesiais (2020 m. mokyklinio amžiaus vaikų gyvenimo tyrimas dėl nepalankios COVID-19 ligos epidemiologinės situacijos ir Lietuvos teritorijoje paskelbto visuotinio karantino buvo vykdomas kovo ir rugsėjo mėnesiais). Higienos institutas prieš kiekvienus gyvenimo tyrimus vykdo savivaldybės visuomenės sveikatos biurų specialistų, atsakingų už gyvenimo tyrimų koordinavimą aptarnaujamoje savivaldybėje, mokymus. Kiekvienoje savivaldybėje apklausą mokyklose atlieka visuomenės sveikatos biuro specialistai.

Mokyklose apklausiami atsitiktiniu būdu atrinkti 5-ų, 7-ų ir 9-ų (pirmųjų gimnazijos) klasių mokiniai. Mokiniai į tyrimą atrenkami laikantis reprezentatyvios imties dydžio sudarymo principo. Savivaldybėse, kuriose yra 250 arba mažiau vienos klasės mokinių, imties dydis neskaičiuojamas – apklausiami visi apklausos metu mokykloje buvę tos klasės mokiniai. Savivaldybėse, kuriose mokinių skaičius atitinkamose klasėse bendrai viršija 250, pagal nustatytas taisykles skaičiuojamas imties dydis. Kiekvienoje savivaldybėje, atliekant mokinių apklausą, skaičiuojamos trys atskiros imtys – penktokų, septintokų ir devintokų.

Mokyklinio amžiaus vaikų gyvenimo stebėsenos tyrimo 2016 m. 2020 m. ir 2024 m. klausimynus sudaro dvi dalys: 1) klausimai apie gyvenimą, kurie apima fizinį aktyvumą, mitybos ypatumus, prie ekranų praleidžiamą laiką, alkoholio ir tabako gaminių, elektroninių cigarečių, narkotikų vartojimą, patyčias, smurtą šeimoje, saugumą kelyje, asmens higieną, savo sveikatos ir laimingumo vertinimą; 2) bendrieji klausimai, kuriais gaunama informacijos apie pagrindinius demografinius (lytį, amžių, klasę, gyvenamąją vietą) ir socialinius veiksnius.

Apklausos mokyklose 2016 m. vyko mokiniams pildant popierines anketas, 2020 m. – popierines ir elektronines (dėl įvestų karantino ribojimų keliose savivaldybėse mokinių apklausa atlikta naudojant elektroninę klausimyno versiją), 2024 m. – anketos pildytos per Visuomenės sveikatos stebėsenos informacinę sistemą.

Tyrimų rezultatų pateikimas leidinyje

Šiame leidinyje vaizduojamas 21 gyvensenos rodiklio, patenkančio į aukščiau minėtu įsakymu patvirtintą vaikų gyvensenos stebėsenos rodiklių sąrašą [3], pokytis, nustatytas lyginant 2016 m. 2020 m. ir 2024 m. atliktų mokyklinio amžiaus vaikų gyvensenos stebėsenos tyrimų metu gautus rezultatus.

Rodikliai, kurių reikšmės pateikiamos leidinyje, suskirstyti į tris grupes:

- laimingumas, sveikatos vertinimas;
- sveikatos elgsena (fizinis aktyvumas, prie ekranų praleistas laikas, mitybos įpročiai ir burnos higiena);
- rizikingas elgsens (tabako, elektroninių cigarečių rūkymas, alkoholio, narkotinių medžiagų vartojimas, saugumas kelyje, fizinės bausmės ir patyčios mokykloje).

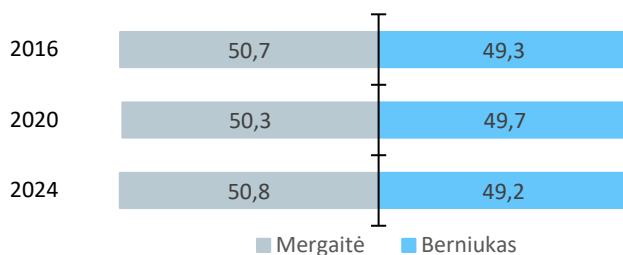
Šiame leidinyje mokyklinio amžiaus vaikų gyvensenos stebėsenos tyrimų duomenys analizuoti atsižvelgiant į lytį, klasę, gyvenamąją vietą. 2024 m. ir 2020 m. tyrimo anketoje mokiniai savo gyvenamąją vietą galėjo pažymėti nurodydami, kad gyvena kaime arba mieste, 2016 m. nurodant gyvenamąją vietą buvo galima pasirinkti ir miestelį. Prie kiekvieno gyvensenos rodiklio aprašymo nurodyta 2016 m., 2020 m. ir 2024 m. tyrimo bendra Lietuvos rodiklio reikšmė bei didžiausia (max.) ir mažiausia (min.) rodikli reikšmė, nustatyta savivaldybėse. Grafikuose apibendrinti tyrimo rezultatai pagal metus bendrai visose Lietuvos savivaldybėse. Žemėlapiuose spalviškai atvaizduoti 2024 m. tyrimo gyvensenos rodiklių skirtumai kiekvienoje savivaldybėje lyginant su bendru Lietuvos įverčiu (šviesiai pilka spalva pažymėtos savivaldybės patenka į bendro Lietuvos rodiklio pasikliautinius intervalus, tamsiai pilka – blogesnis rezultatas nei bendras Lietuvos rodiklis, mėlyna spalva – geresnis rezultatas nei bendras Lietuvos rodiklis).

Statistiškai patikimo skirtumo ($p < 0,05$) kaip kriterijaus pateikimo prie rezultatų buvo atsisakyta dėl ypač didelės tyrimo galios. Net nežymūs leidinyje pateikiami rodiklių pokyčiai buvo statistiškai reikšmingi.

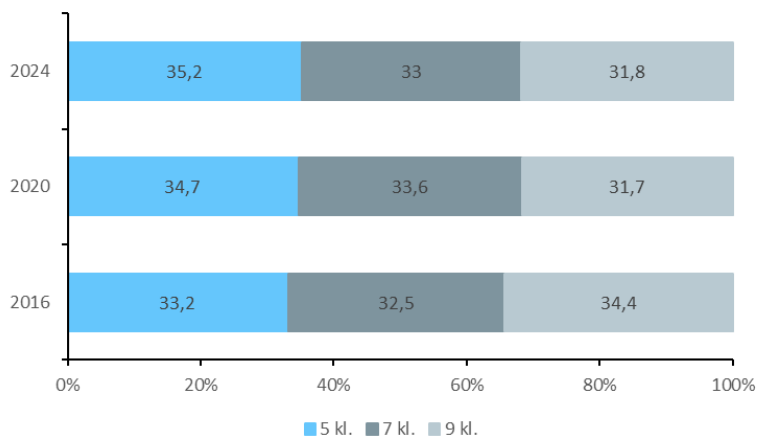
1. Demografiniai duomenys

Mokyklinio amžiaus vaikų gyvenimos tyrimo duomenų bazę 2016 m. sudarė 38 633, 2020 m. – 35 562, o 2024 m. – 34 873 užpildytos anketos. Skaičiuotas mokyklinio amžiaus vaikų procentinis pasiskirstymas pagal lytį, klasę ir gyvenamąją vietą.

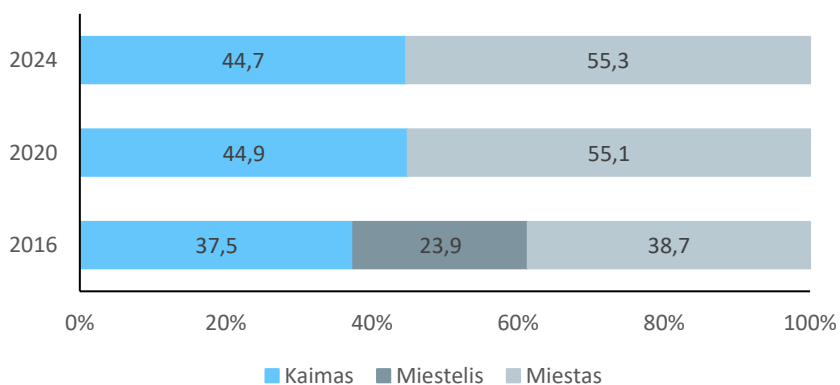
Mokyklinio amžiaus vaikų pasiskirstymas pagal lytį, proc.



Mokyklinio amžiaus vaikų pasiskirstymas pagal klasę, proc.



Mokyklinio amžiaus vaikų pasiskirstymas pagal gyvenamąją vietą, proc.



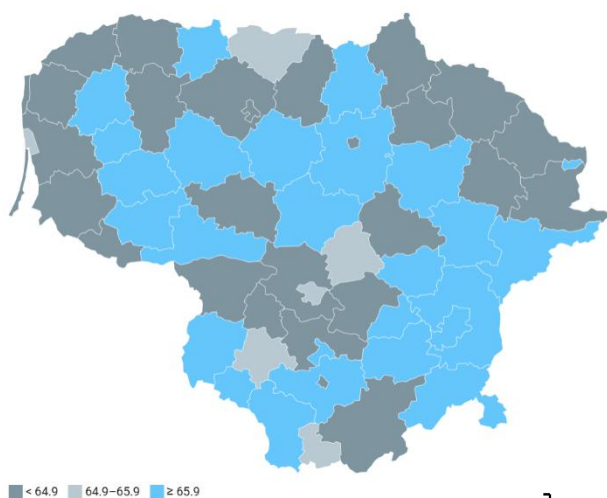
2. Subjektyvus laimingumo ir savo sveikatos vertinimas

2.1. LAIMINGUMAS

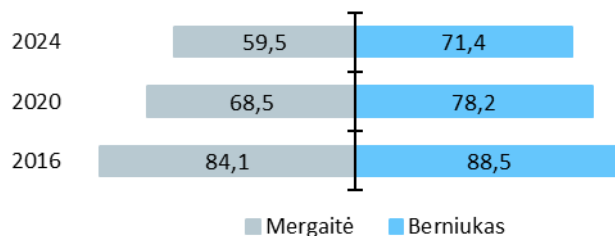
Mokyklinio amžiaus vaikų klausta, kaip jie jaučiasi galvodami apie savo dabartinį gyvenimą. Skaičiuota, kokia dalis mokinių jautėsi pakankamai laimingi arba labai laimingi.

Laimingumas		
86,2 proc. 2016 m.	73,2 proc. 2020 m.	65,4 proc. 2024 m.
Max. 94,1 proc.	Max. 85,0 proc.	Max. 74,8 proc.
Min. 81,7 proc.	Min. 66,4 proc.	Min. 57,2 proc.

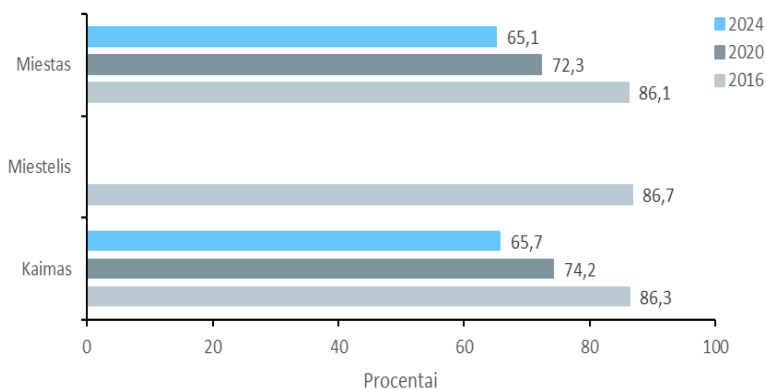
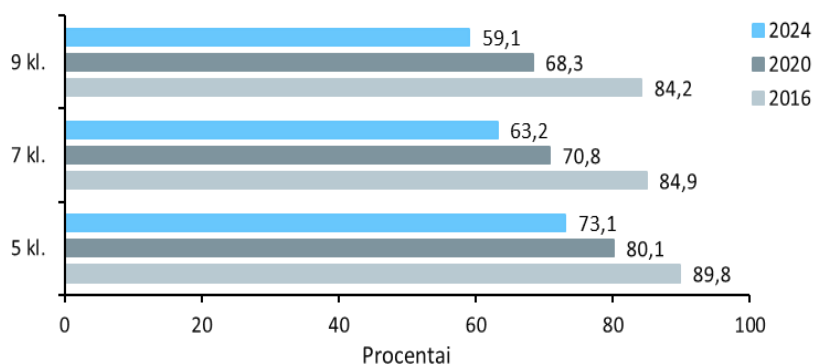
Laimingumas 2024 m.



Laimingumas pagal lytį



Laimingumas pagal klasę



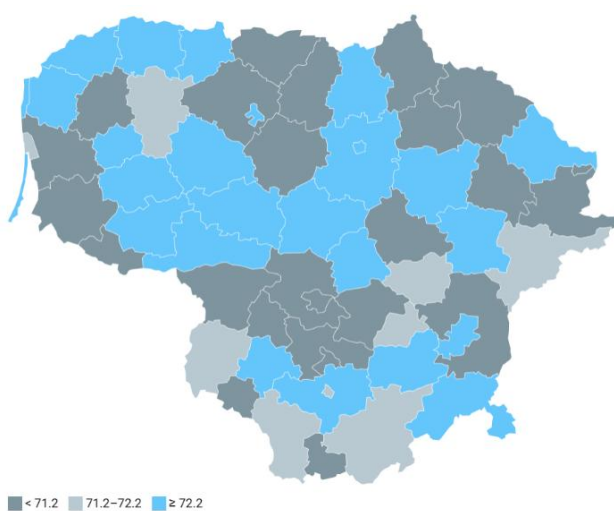
Laimingumas pagal gyvenamąją vietą

2.2. SVEIKATOS VERTINIMAS

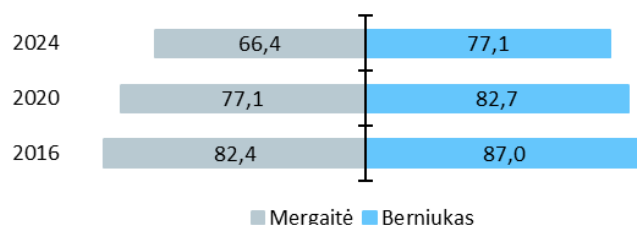
Mokyklinio amžiaus vaikų klausta, kaip jie apibūdintų savo sveikatą. Skaičiuota, kokia dalis mokinių savo sveikatą vertina kaip gerą arba labai gerą.

Sveikatos vertinimas		
85,1 proc. 2016 m.	79,8 proc. 2020 m.	71,7 proc. 2024 m.
Max. 100 proc.	Max. 89,1 proc.	Max. 77,2 proc.
Min. 77,2 proc.	Min. 70,4 proc.	Min. 65,5 proc.

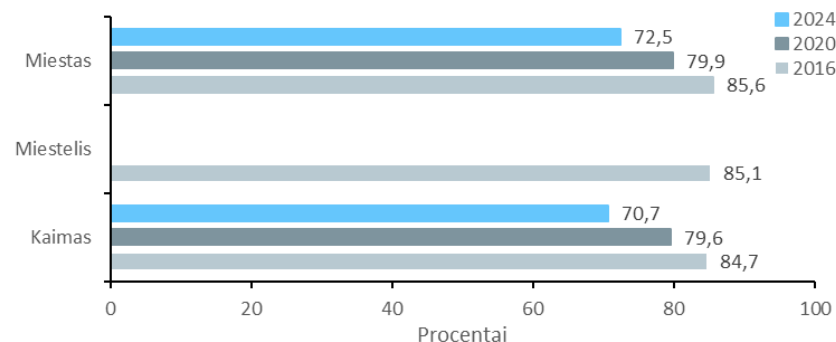
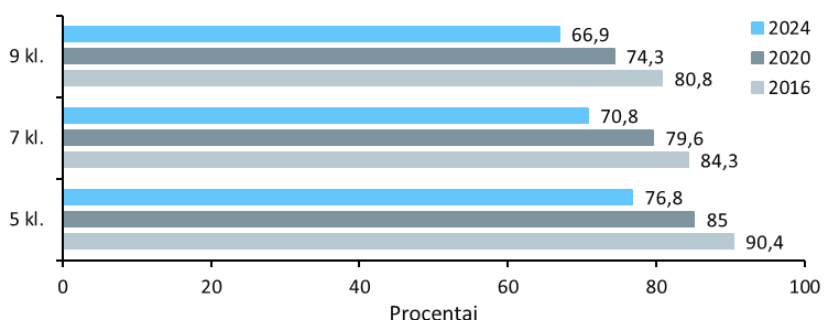
Sveikatos vertinimas 2024 m.



Sveikatos vertinimas pagal lytį



Sveikatos vertinimas pagal klasę



Sveikatos vertinimas pagal gyvenamąją vietą

2.3. LAIMINGUMO IR SVEIKATOS VERTINIMO REZULTATŲ APIBENDRINIMAS

Subjektyvus laimingumo ir savo sveikatos vertinimas tarp Lietuvos mokyklinio amžiaus vaikų pablogėjo, atitinkamai per aštuonerius metus 20,8 proc. ir 13,4 proc. 2024 m. 6 iš 10 mokinių jautėsi laimingi arba labai laimingi galvodami apie savo dabartinį gyvenimą, 2016 m. tokių mokinių buvo 9 iš 10. 2024 m. savo sveikatą vertino gerai arba labai gerai 7 iš 10 mokinių, 2016 m. tokių mokinių buvo 9 iš 10.

Vertinant mokinių subjektyvų laimingumo ir savo sveikatos įsivertinimą pagal demografinius veiksnius (lytį, klasę), stebima tendencija, kad prastesnis vertinimas būdingesnis mergaitėms ir vyresnių klasių mokiniams. Pavyzdžiui, 2024 m. kiek daugiau nei 40 proc. mergaičių nesijautė laimingos galvodamos apie savo dabartinį gyvenimą, tokių berniukų buvo apie 30 proc. Taip pat galima pastebėti, kad subjektyvus laimingumo ir savo sveikatos vertinimas priklausomai nuo gyvenamosios vietos (miesto ir kaimo) skyrėsi neženkliai.

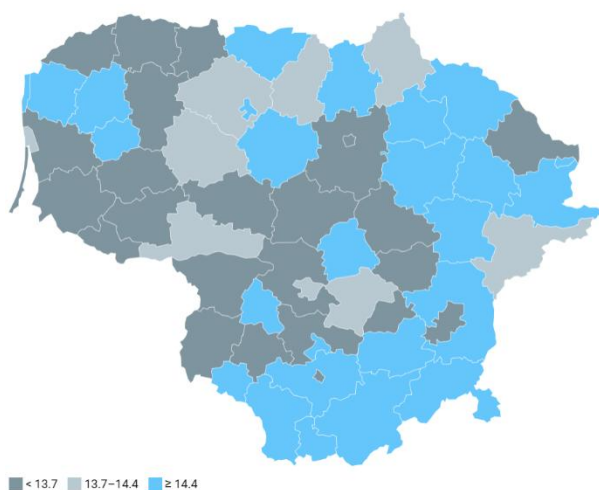
3. Sveikatos elgsena

3.1. FIZINIS AKTYVUMAS

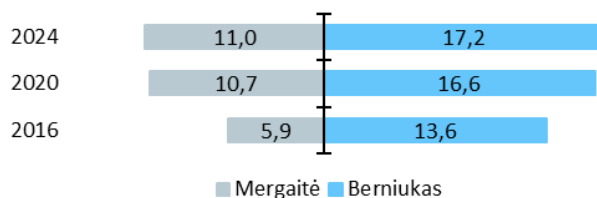
Mokyklinio amžiaus vaikų klausta, ar dažnai jie ne pamokų metu, laisvalaikiu mankštinais ar sportuoja. Skaiciuota, kokia dalis mokiniu kasdien 60 min. mankštinais ar sportuoja ne pamokų metu.

Fizinis aktyvumas		
9,7 proc. 2016 m.	13,9 proc. 2020 m.	14,0 proc. 2024 m.
Max. 15,3 proc. Min. 2,9 proc.	Max. 19,6 proc. Min. 8,8 proc.	Max. 20,3 proc. Min. 7,6 proc.

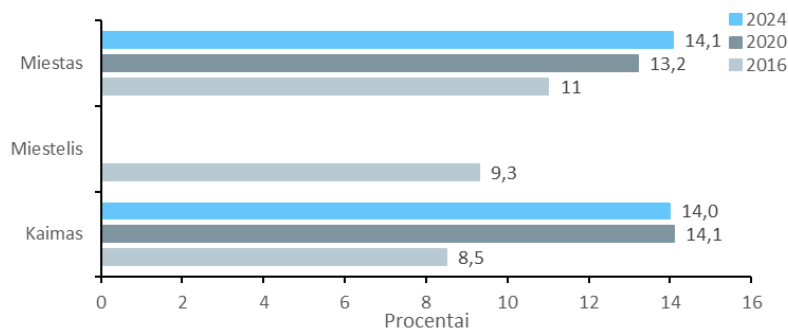
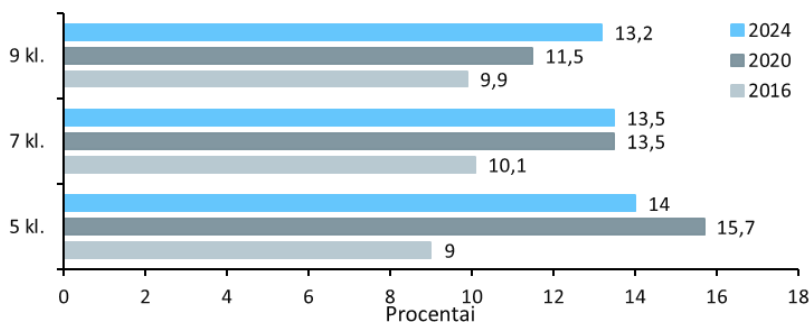
Fizinis aktyvumas 2024 m.



Fizinis aktyvumas pagal lytį



Fizinis aktyvumas pagal klase



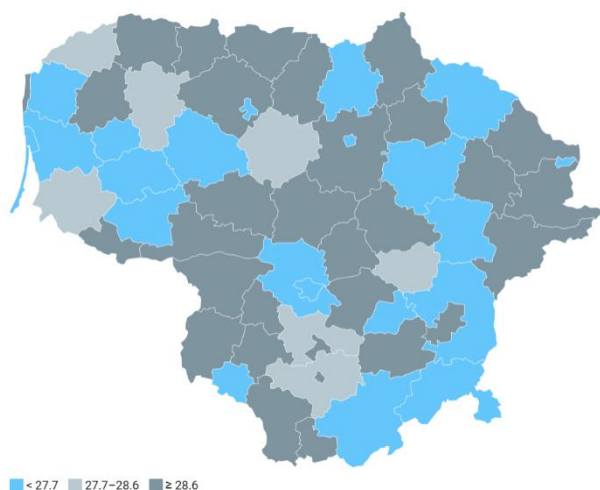
Fizinis aktyvumas pagal gyvenamąją vietą

3.2. PRIE EKRAŪ PRALEISTAS LAIKAS

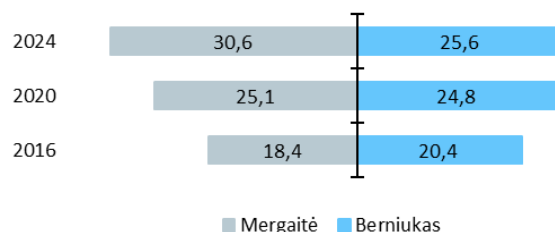
Mokyklinio amžiaus vaikų klausta, kiek vidutiniškai laiko per dieną jie praleidžia prie ekranų – televizoriaus, kompiuterio, planšetės, išmaniojo telefono ir pan. darbo dienomis ir savaitgaliais. Skaičiuota, kokia dalis mokinių nurodė kiekvieną dieną pasyviai prie ekranų praleidžiantys 4 val. ir daugiau.

Prie ekranų praleistas laikas		
19,4 proc. 2016 m.	25,0 proc. 2020 m.	28,2 proc. 2024 m.
Max. 27,0 proc.	Max. 33,4 proc.	Max. 35,1 proc.
Min. 12,1 proc.	Min. 20,2 proc.	Min. 20,3 proc.

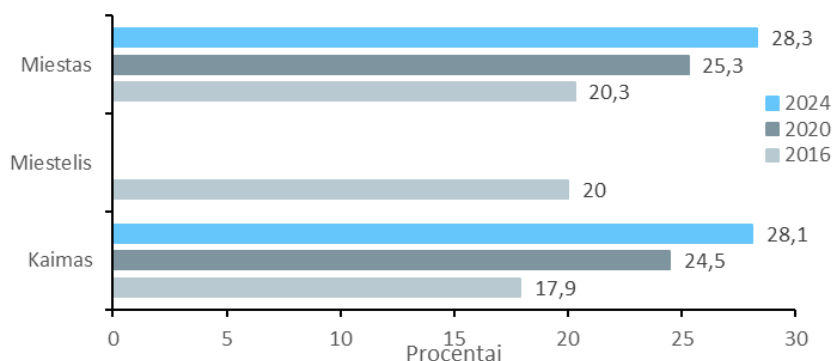
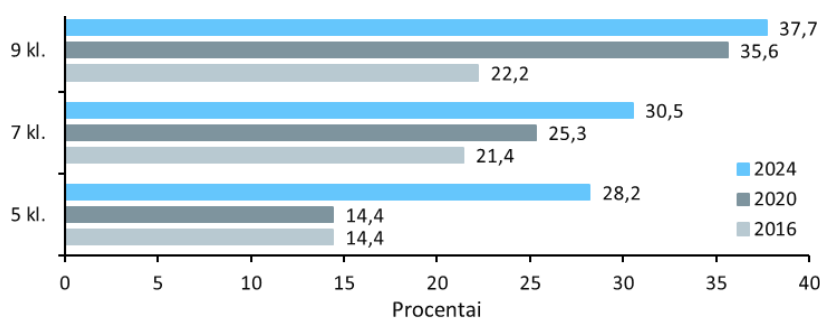
Prie ekranų praleistas laikas 2024 m.



Prie ekranų praleistas laikas pagal lytį



Prie ekranų praleistas laikas pagal klasę



Prie ekranų praleistas laikas pagal gyvenamąją vietą

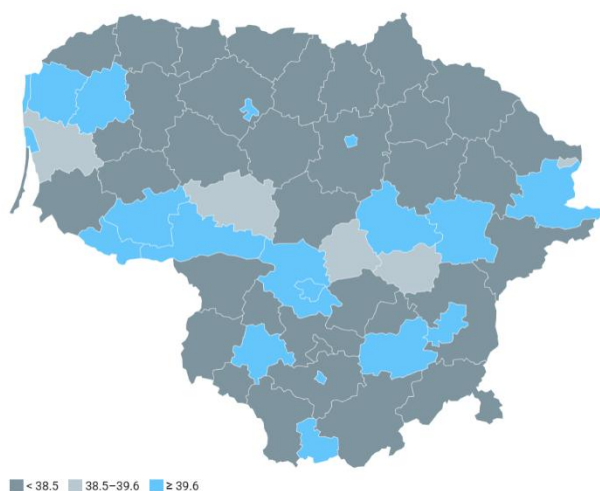
3.3. PUSRYČIAVIMO ĮPROČIAI

Mokyklinio amžiaus vaikų klausta, kiek vidutiniškai dienų per savaitę pusryčiauja darbo dienomis ir savaitgaliais. Skačiuota, kokia dalis mokinių pusryčiauja visomis savaitės dienomis.

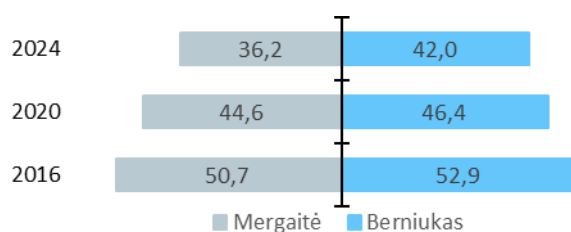
Pusryčiavimo įpročiai

<p>51,7 proc. 2016 m.</p> <p>Max. 62,3 proc. Min. 39,0 proc.</p>	<p>45,5 proc. 2020 m.</p> <p>Max. 55,3 proc. Min. 32,4 proc.</p>	<p>39,1 proc. 2024 m.</p> <p>Max. 50,5 proc. Min. 30,4 proc.</p>
---	---	---

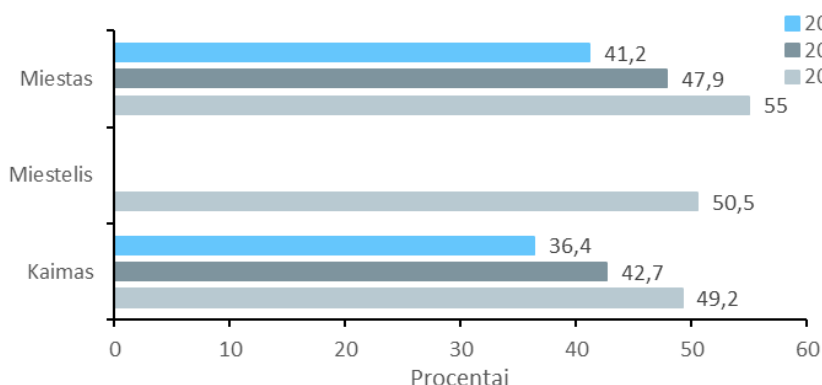
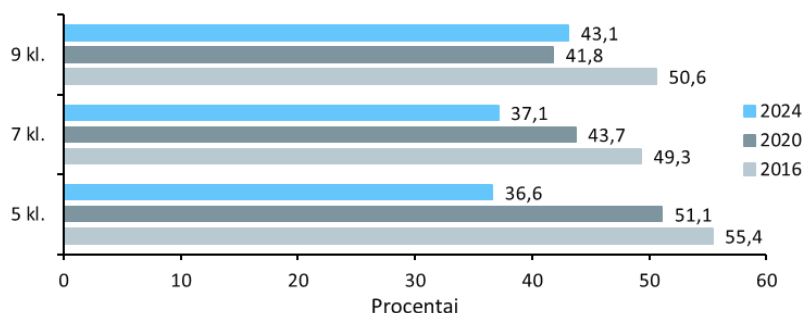
Pusryčiavimo įpročiai 2024 m.



Pusryčiavimo įpročiai pagal lytį



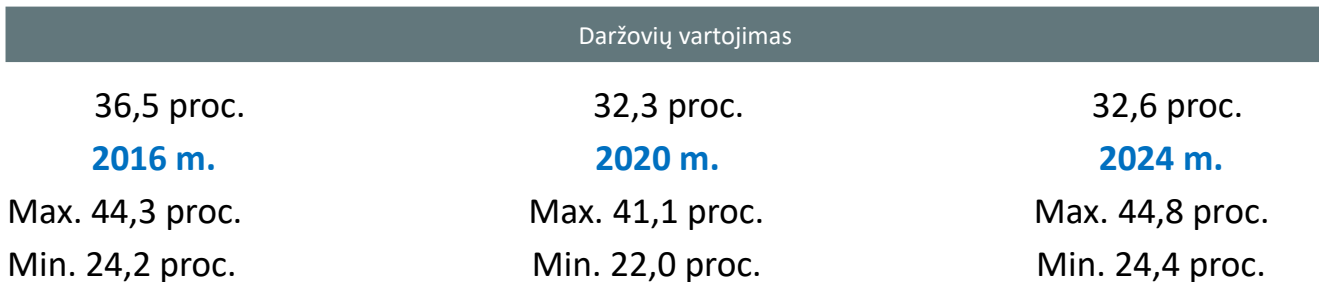
Pusryčiavimo įpročiai pagal klasę



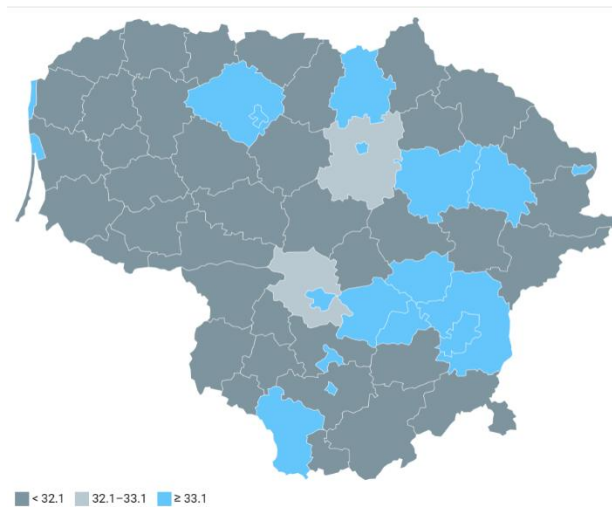
Pusryčiavimo įpročiai pagal gyvenamąją vietą

3.4. DARŽOVIŲ VARTOJIMAS

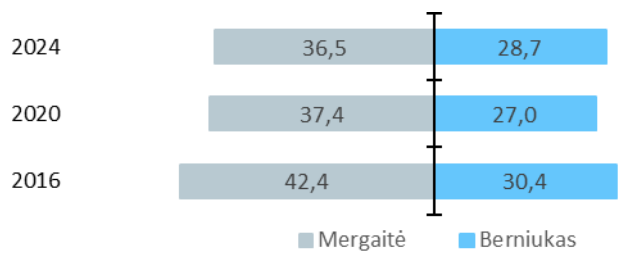
Mokyklinio amžiaus vaikų klausta, kaip dažnai vartoja daržoves (neskaitant bulvių). Skaičiuota, kokia dalis mokinių daržovių valgo kasdien.



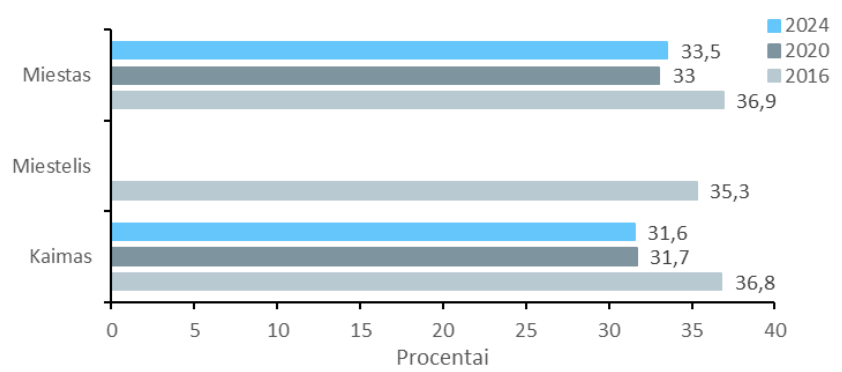
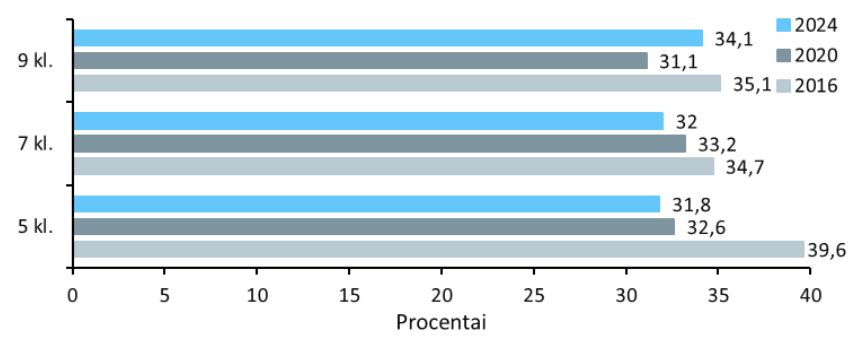
Daržovių vartojimas 2024 m.



Daržovių vartojimas pagal lytį



Daržovių vartojimas pagal klasę



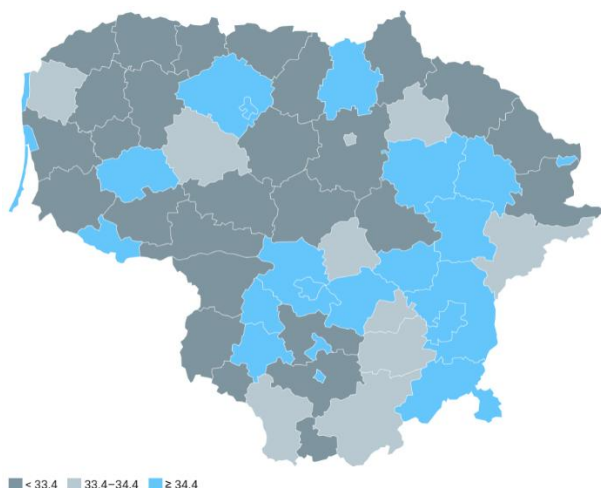
Daržovių vartojimas pagal gyvenamąją vietą

3.5. VAISIŲ VARTOJIMAS

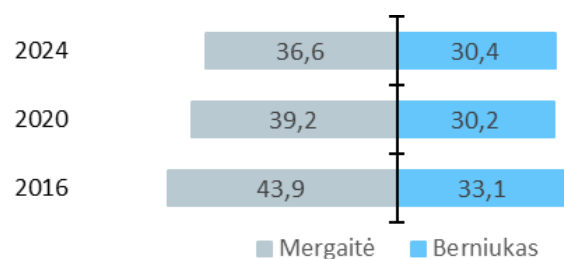
Mokyklinio amžiaus vaikų klausta, kaip dažnai vartoja vaisius (neskaitant sulčių). Skaičiuota, kokia dalis mokinių vaisių valgo kasdien.

Vaisių vartojimas		
38,6 proc. 2016 m.	34,7 proc. 2020 m.	33,9 proc. 2024 m.
Max. 48,8 proc.	Max. 41,8 proc.	Max. 41,5 proc.
Min. 30,7 proc.	Min. 25,6 proc.	Min. 25,8 proc.

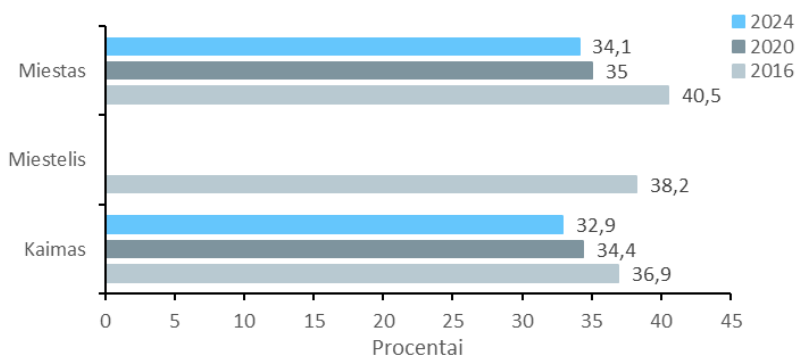
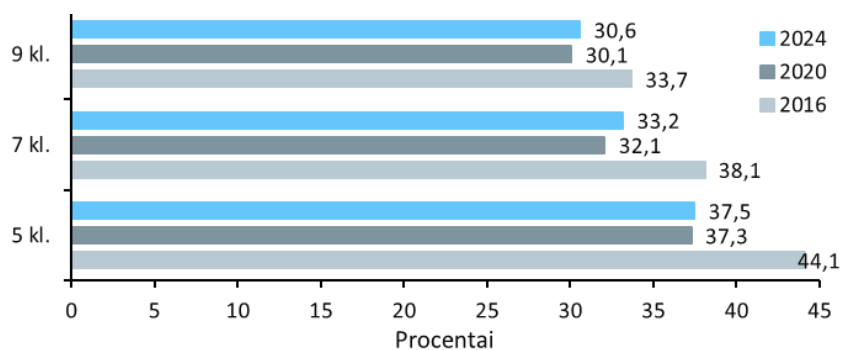
Vaisių vartojimas 2024 m.



Vaisių vartojimas pagal lytį



Vaisių vartojimas pagal klasę



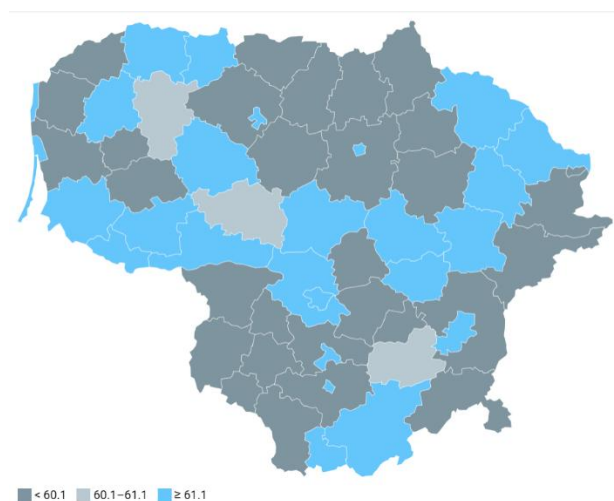
Vaisių vartojimas pagal gyvenamąją vietą

3.6 BURNOS HIGIENA

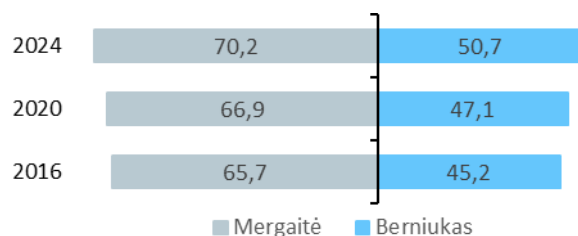
Mokyklinio amžiaus vaikų klausta, kaip dažnai valosi dantis su šepetėliu ir pasta. Skaičiuota, kokia dalis mokinių valosi dantis 2 ir daugiau kartų per dieną.

Burnos higiena		
55,6 proc. 2016 m.	57,0 proc. 2020 m.	60,6 proc. 2024 m.
Max. 73,5 proc.	Max. 63,1 proc.	Max. 68,0 proc.
Min. 42,2 proc.	Min. 41,5 proc.	Min. 48,0 proc.

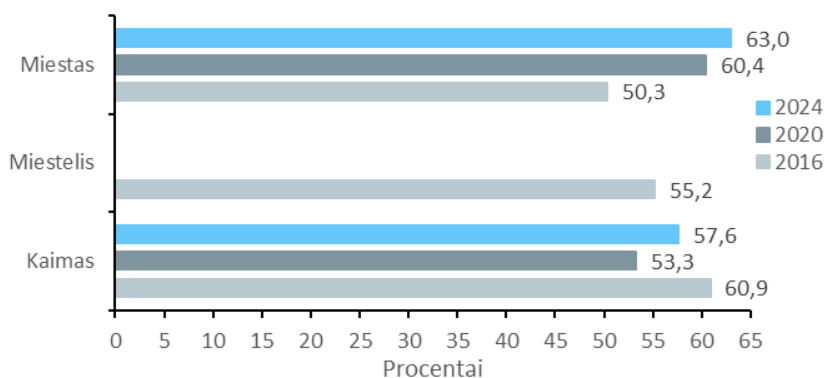
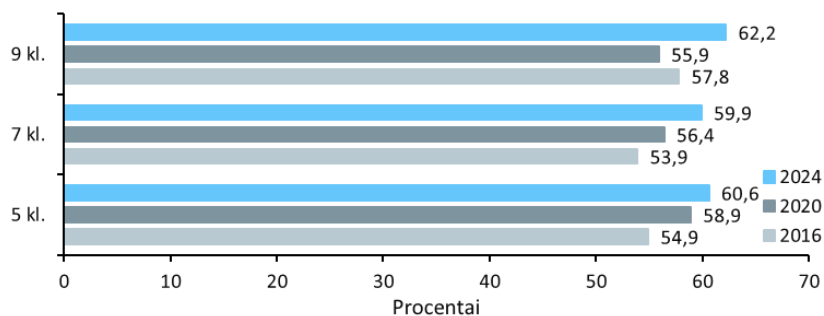
Burnos higiena 2024 m.



Burnos higiena pagal lytį



Burnos higiena pagal klasę



Burnos higiena pagal gyvenamąją vietą

3.7. SVEIKATOS ELGSENOS REZULTATŲ APIBENDRINIMAS

Mokinių fizinis aktyvumas (ne pamokų metu) per ketverius metus šiek tiek pagerėjo, tačiau išliko ganėtinai žemas. 2024 m. kasdien, ne pamokų metu, mankštinosi ar sportavo bent 60 min. per dieną kas septintas mokinys (14 proc.). Mokiniai, gyvenantys rytinėse ir pietinėse Lietuvos savivaldybėse, dažniau nurodė kasdien užsiimantys fizine veikla lyginant su kitomis savivaldybėmis. Žemesnis fizinis aktyvumas būdingesnis mergaitėms nei berniukams ir vyresnių klasių mokiniams.

Stebėta, kad mokiniai daugiau laiko praleidžia prie ekranų – televizoriaus, kompiuterio, planšetės, išmaniojo telefono ir kitų prietaisų. Per stebimą laikotarpį beveik 9 proc. daugiau vaikų prie ekranų praleido 4 ir daugiau valandų per dieną. Lyginant 2024 metus su 2016 metais beveik 2 kartus daugiau 5 klasės ir 9 klasės mokinių (5 klasėse atitinkamai 28,2 proc. ir 14,4 proc. ir 9 klasėse atitinkamai 37,7 proc. ir 22,2 proc.) nurodė, kad 4 ir daugiau valandų praleido prie ekranų.

Įvertinus mokinių mitybos įpročius galima teigti, kad tik kas antras Lietuvos mokinys pusryčiauja kiekvieną dieną ir kas ketverius tyrimo metus kasdien pusryčiaujančių mokinių mažėja. Nustatyta, kad visais tyrimų metais pusryčiauti kiekvieną savaitės dieną labiau vengė mergaitės, vyresnių klasių mokiniai ir kaimiškosiose vietovėse gyvenantys asmenys. Pastebėta, kad stipriai sumažėjo 5 klasių mokinių, kurie kasdien pusryčiauja, dalis (2016 m. – 55,4 proc., 2024 m. – 36,6 proc.). Vertinant mokyklinio amžiaus vaikų daržovių ir vaisių vartojimą pastebėta, kad jis yra nepakankamas ir situacija Lietuvoje negerėja. 2024 m. tik kas trečias mokinys daržoves (32,6 proc.) ir vaisius (33,9 proc.) vartojo kasdien. Stebėta, kad mergaitės daržoves ir vaisius vartojo dažniau negu berniukai. Taip pat vaisių vartojimo įpročiams įtakos turėjo mokinių amžius – vyresni mokiniai vaisius vartojo kasdien rečiau nei jaunesni mokiniai. 2024 m. tyrimas išsiskyrė iš kitų metų tyrimų, nes 9 klasių mokiniai nurodė dažniau valgantys daržoves kasdien nei 5 ir 7 klasių mokiniai.

Mokyklinio amžiaus vaikų gyvensenos stebėsenos tyrimų metu taip pat buvo aiškinamasi, kokie mokinių burnos higienos įpročiai. Nuo 2016 m. padėtis šiek tiek pagerėjo. 2024 m. 3 iš 5 mokinių dantis valėsi 2 ir daugiau kartų per dieną. Berniukai gerokai rečiau valėsi dantis 2 kartus per dieną, lyginant su mergaitėmis (atitinkamai 50,7 proc. ir 70,2 proc.).

4. Rizikingas elgesys

4.1. ALKOHOLIO VARTOJIMAS

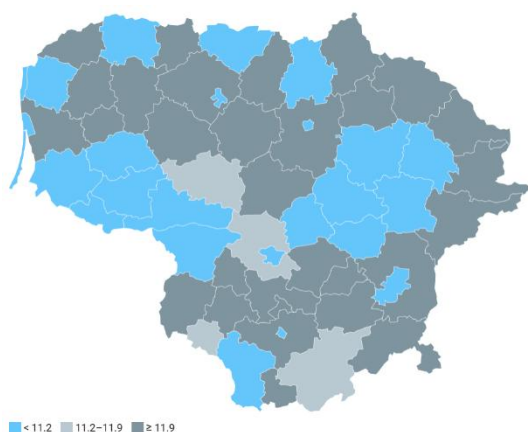
4.1.1. Alkoholio vartojimas per paskutines 30 d.

Mokyklinio amžiaus vaikų klausta, ar bent kartą vartojo kokį nors alkoholinį gėrimą per paskutines 30 d. Skaičiuota, kokia dalis mokinių vartojo alkoholį per paskutines 30 d.

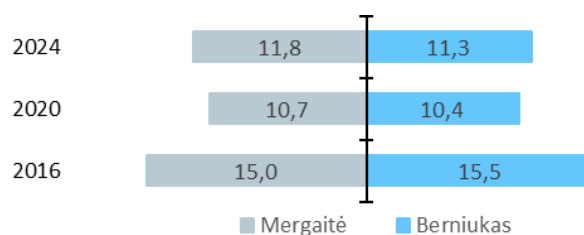
Alkoholio vartojimas per paskutines 30 d.

15,3 proc. 2016 m. Max. 5,0 proc. Min. 26,0 proc.	10,6 proc. 2020 m. Max. 18,4 proc. Min. 4,4 proc.	11,6 proc. 2024 m. Max. 18,4 proc. Min. 3,4 proc.
---	---	---

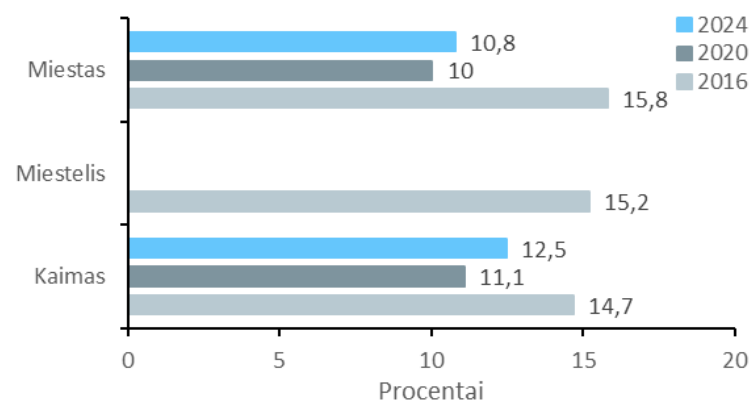
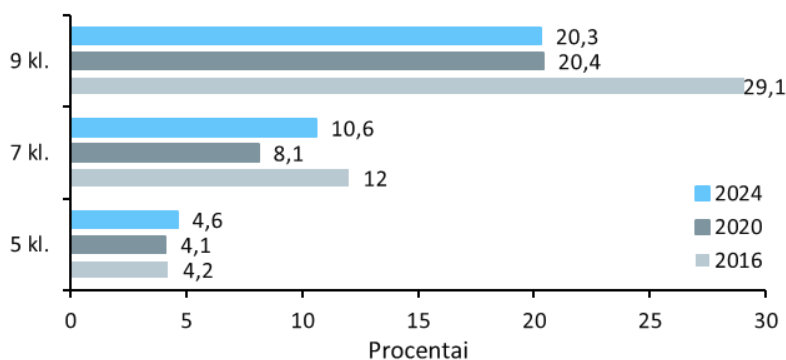
Alkoholio vartojimas 2024 m.



Alkoholio vartojimas pagal lytį



Alkoholio vartojimas pagal klasę



Alkoholio vartojimas pagal gyvenamąją vietą

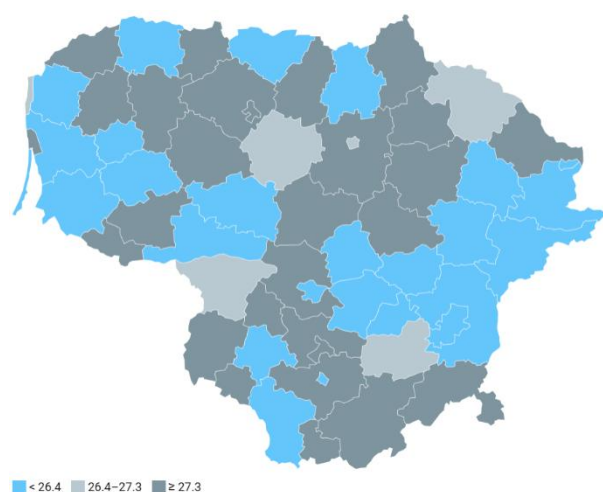
4.1.2. Alkoholio vartojimas per paskutinius 12 mėn.

Mokyklinio amžiaus vaikų klausta, ar bent kartą vartojo kokį nors alkoholinį gėrimą per paskutinius 12 mėn. Skačiuota, kokia dalis mokinių vartojo alkoholį per paskutinius 12 mėn.

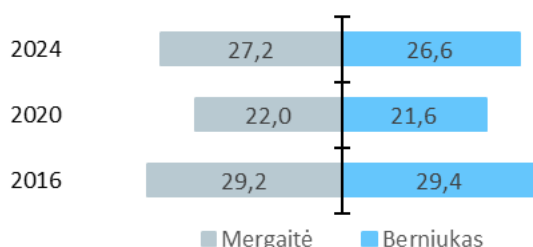
Alkoholio vartojimas per paskutinius 12 mėn.

29,3 proc. 2016 m. Max. 46,5 proc. Min. 14,2 proc.	21,9 proc. 2020 m. Max. 32,3 proc. Min. 11,8 proc.	26,9 proc. 2024 m. Max. 34,7 proc. Min. 10,3 proc.
--	--	--

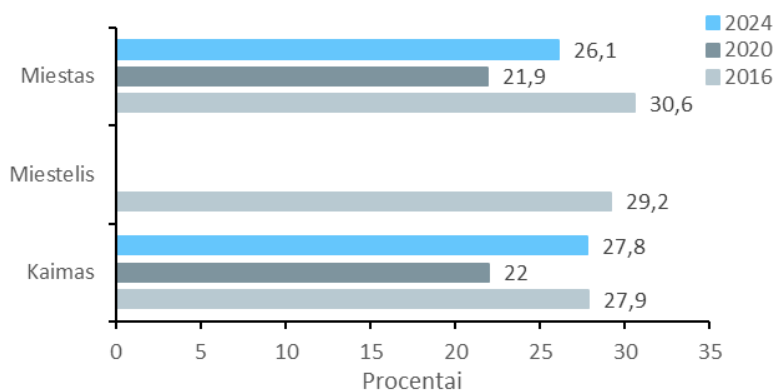
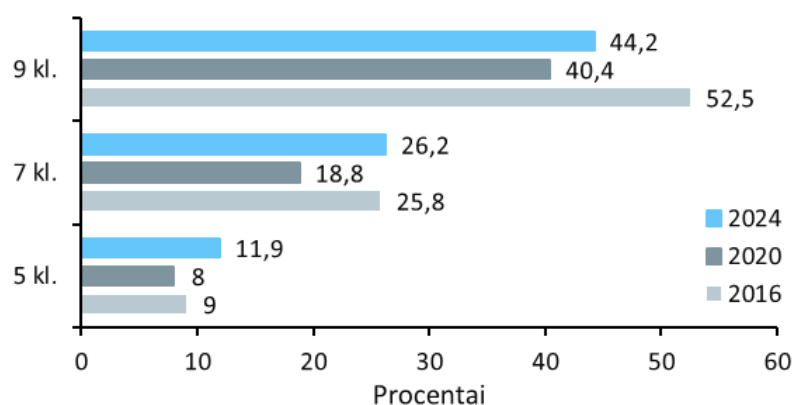
Alkoholio vartojimas 2024 m.



Alkoholio vartojimas pagal lytį



Alkoholio vartojimas pagal klasę



Alkoholio vartojimas pagal gyvenamąją vietą

4.2. TABAKO GAMINIŲ IR ELEKTRONINIŲ CIGAREČIŲ VARTOJIMAS

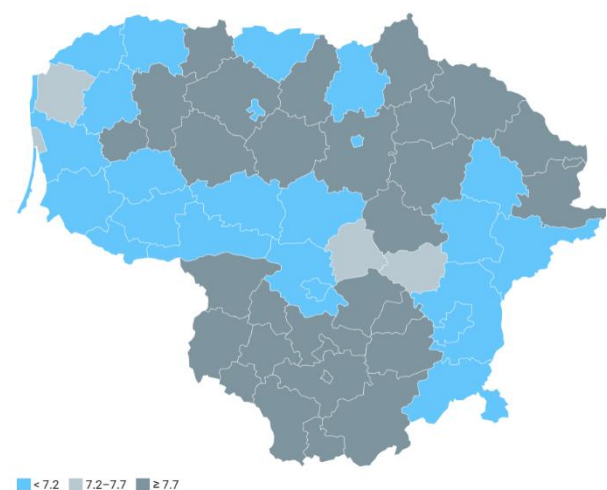
4.2.1. Tabako gaminių rūkymas per paskutines 30 d.

Mokyklinio amžiaus vaikų klausta, ar bent kartą rūkė tabako gaminius per paskutines 30 d. Skaičiuota, kokia dalis mokinių rūkė tabako gaminius per paskutines 30 d.

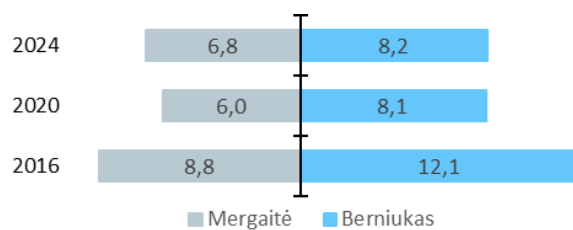
Tabako gaminių rūkymas per paskutines 30 d.

10,4 proc. 2016 m. Max. 16,4 proc. Min. 2,8 proc.	7,0 proc. 2020 m. Max. 18,1 proc. Min. 2,6 proc.	7,5 proc. 2024 m. Max. 12,9 proc. Min. 0 proc.
---	--	--

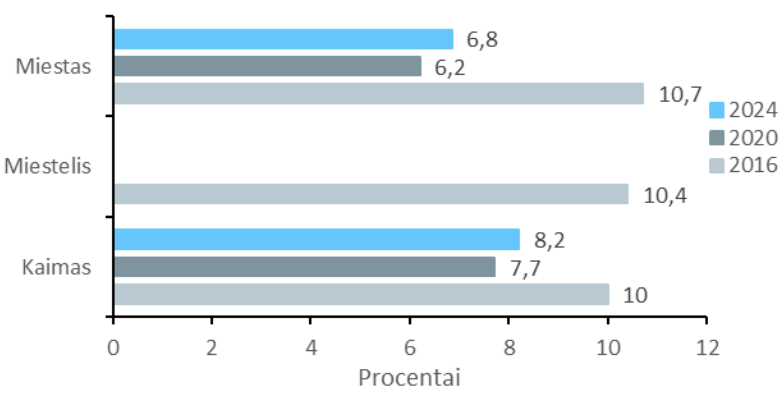
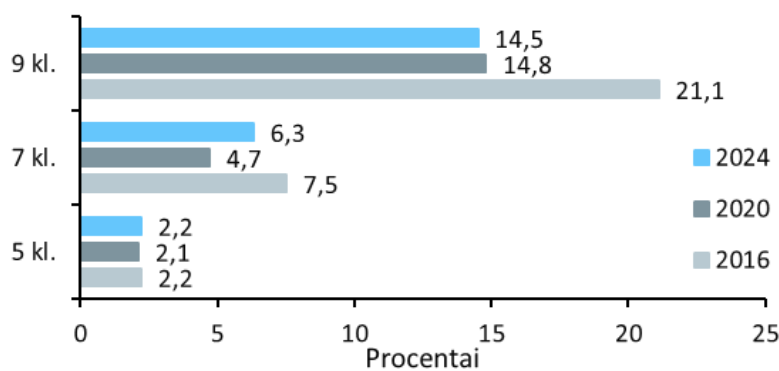
Tabako gaminių rūkymas 2024 m.



Tabako gaminių rūkymas pagal lytį



Tabako gaminių rūkymas pagal klasę



Tabako gaminių rūkymas pagal gyvenamąją vietą

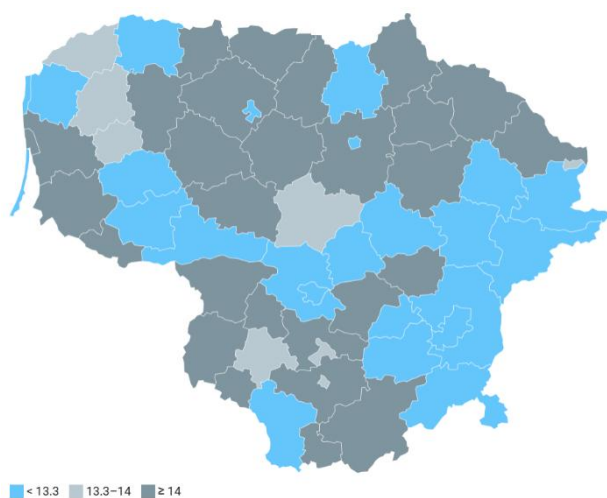
4.2.2. Tabako gaminių rūkymas per paskutinius 12 mėn.

Mokyklinio amžiaus vaikų klausta, ar bent kartą rūkė tabako gaminius per paskutinius 12 mėn. Skaičiuota, kokia dalis mokinių rūkė tabako gaminius per paskutinius 12 mėn.

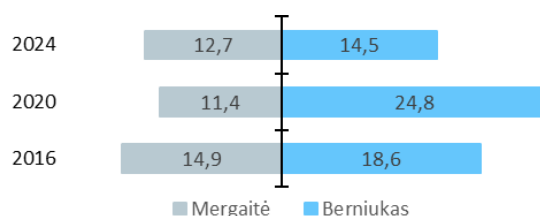
Tabako gaminių rūkymas per paskutinius 12 mėn.

16,7 proc. 2016 m.	12,7 proc. 2020 m.	13,6 proc. 2024 m.
Max. 28,1 proc.	Max. 22,7 proc.	Max. 21,5 proc.
Min. 7,0 proc.	Min. 7,7 proc.	Min. 6,9 proc.

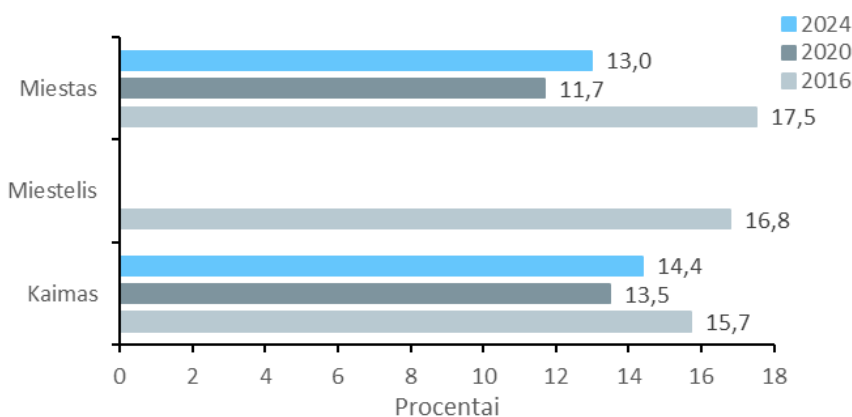
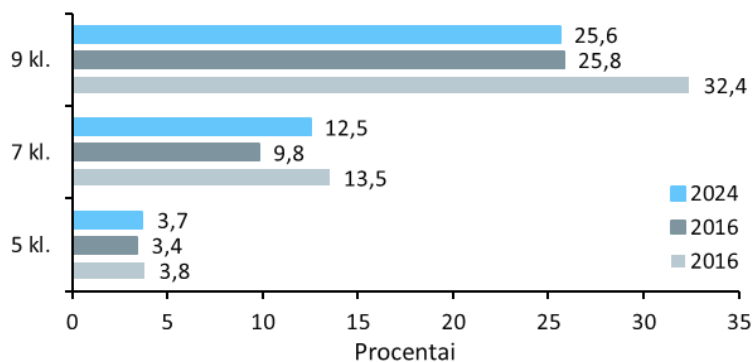
Tabako gaminių rūkymas 2024 m.



Tabako gaminių rūkymas pagal lytį



Tabako gaminių rūkymas pagal klasę



Tabako gaminių rūkymas pagal gyvenamąją vietą

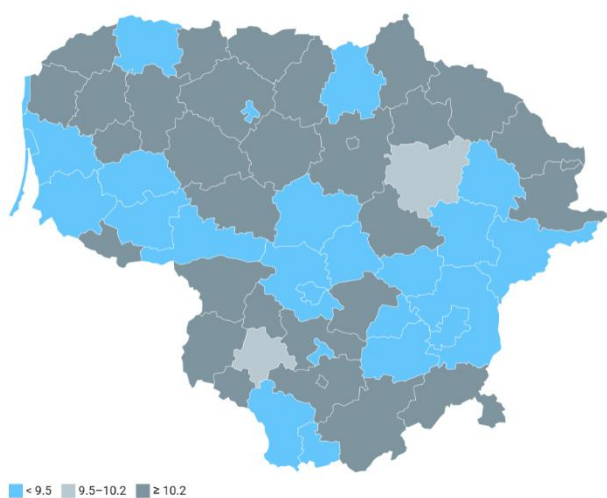
4.2.3. Elektroninių cigarečių vartojimas per paskutines 30 d.

Mokyklinio amžiaus vaikų klausta, ar bent kartą rūkė elektronines cigaretes ar panašius elektrinius įtaisus, skirtus rūkyti. Skaiciuota, kokia dalis mokinių rūkė elektronines cigaretes per paskutines 30 d.

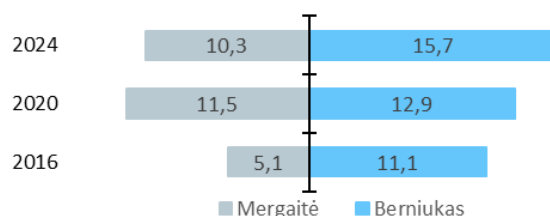
Elektroninių cigarečių vartojimas per paskutines 30 d.

8,1 proc. 2016 m.	12,2 proc. 2020 m.	9,9 proc. 2024 m.
Max. 17,6 proc.	Max. 24,8 proc.	Max. 16,1 proc.
Min. 1,1 proc.	Min. 2,9 proc.	Min. 0 proc.

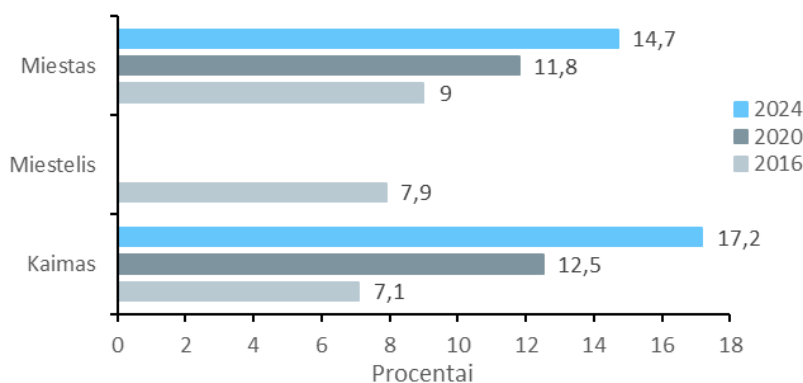
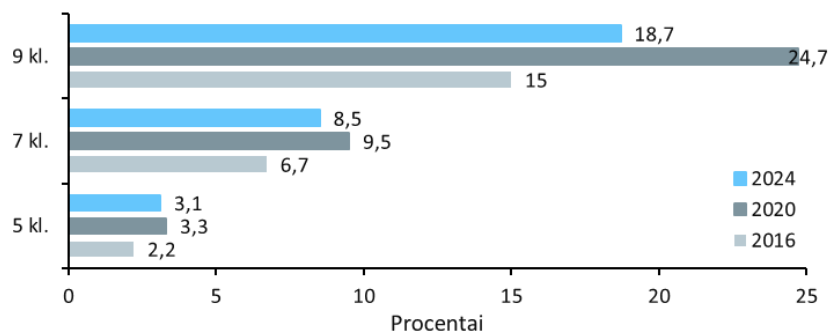
Elektroninių cigarečių vartojimas 2024 m.



Elektroninių cigarečių vartojimas pagal lytį



Elektroninių cigarečių vartojimas pagal klasę



Elektroninių cigarečių vartojimas pagal gyvenamąją vietą

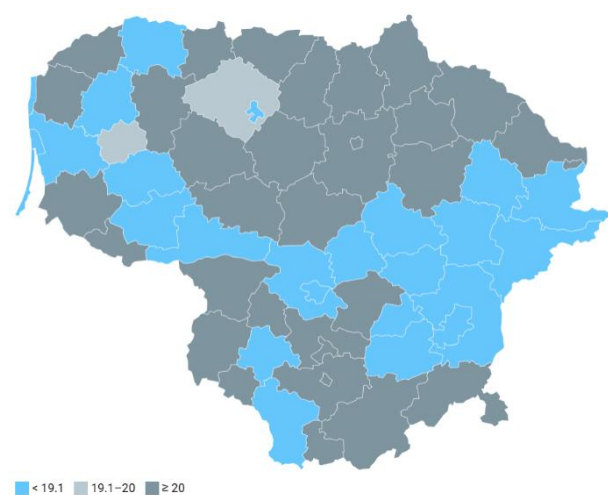
4.2.4. Elektroninių cigarečių vartojimas per paskutinius 12 mėn.

Mokyklinio amžiaus vaikų klausta, ar bent kartą rūkė elektronines cigaretes ar panašius elektroninius įtaisus, skirtus rūkyti. Skaičiuota, kokia dalis mokinių rūkė elektronines cigaretes per paskutinius 12 mėn.

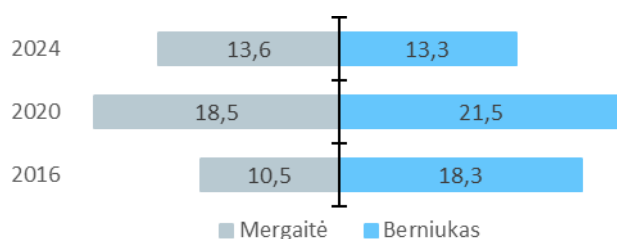
Elektroninių cigarečių vartojimas per paskutinius 12 mėn.

14,3 proc. 2016 m. Max. 29,3 proc. Min. 5,3 proc.	20,1 proc. 2020 m. Max. 31,8 proc. Min. 8,9 proc.	19,5 proc. 2024 m. Max. 28,8 proc. Min. 10,3 proc.
---	---	--

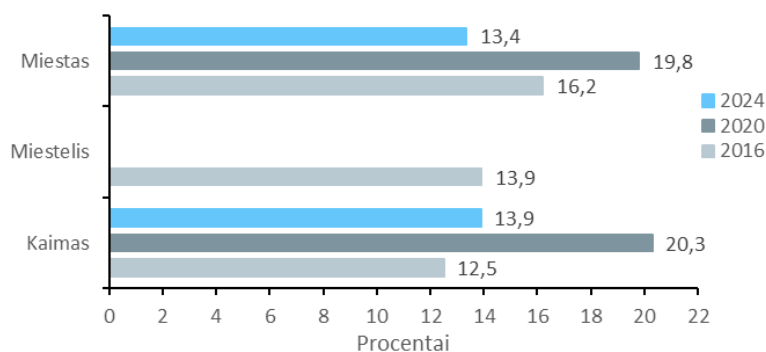
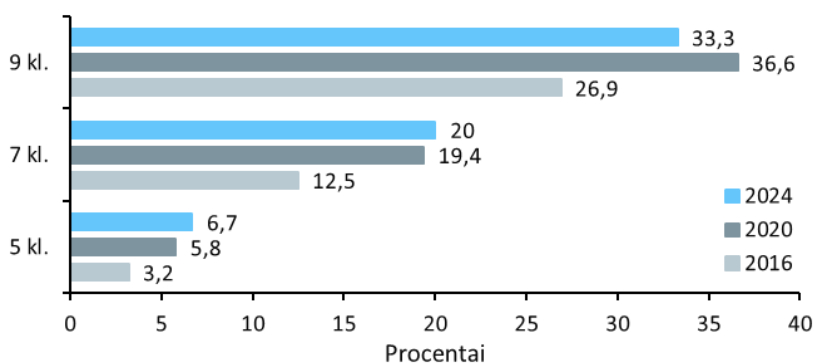
Elektroninių cigarečių vartojimas 2024 m.



Elektroninių cigarečių vartojimas pagal lytį



Elektroninių cigarečių vartojimas pagal klasę



Elektroninių cigarečių vartojimas pagal gyvenamąją vietą

4.3. NARKOTINIŲ MEDŽIAGŲ VARTOJIMAS

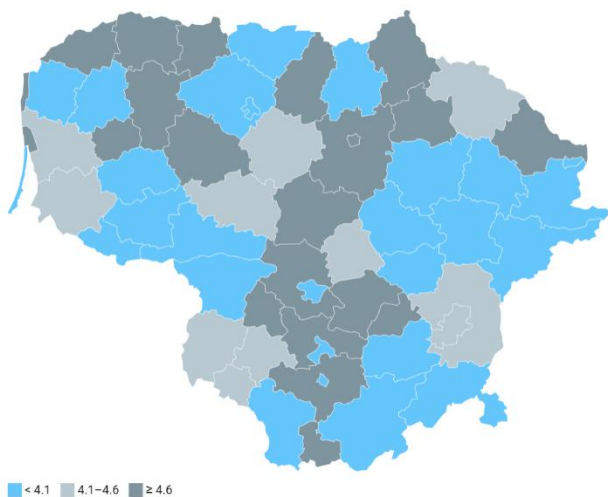
4.3.1. Kanapių vartojimas per gyvenimą

Mokyklinio amžiaus vaikų klausta, ar bent kartą vartojo kanapes („žolę“, marihuaną, hašišą) per savo gyvenimą. Skaičiuota, kokia dalis mokinių vartojo kanapes per savo gyvenimą.

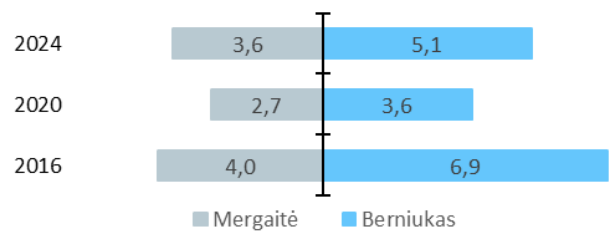
Kanapių vartojimas per gyvenimą

5,5 proc. 2016 m. Max. 8,7 proc. Min. 0 proc.	3,2 proc. 2020 m. Max. 6,6 proc. Min. 0,7 proc.	4,3 proc. 2024 m. Max. 9,5 proc. Min. 0 proc.
---	---	---

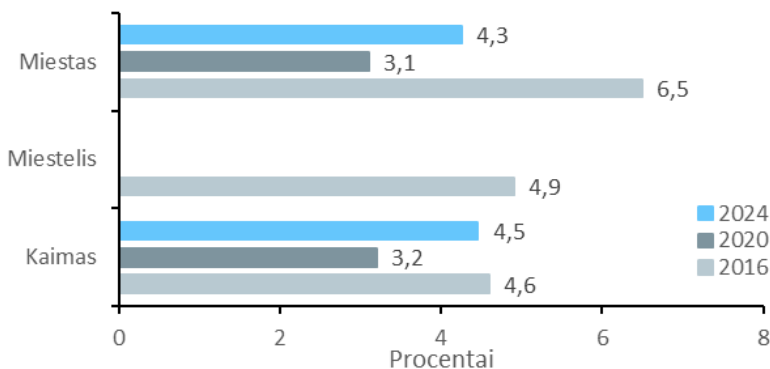
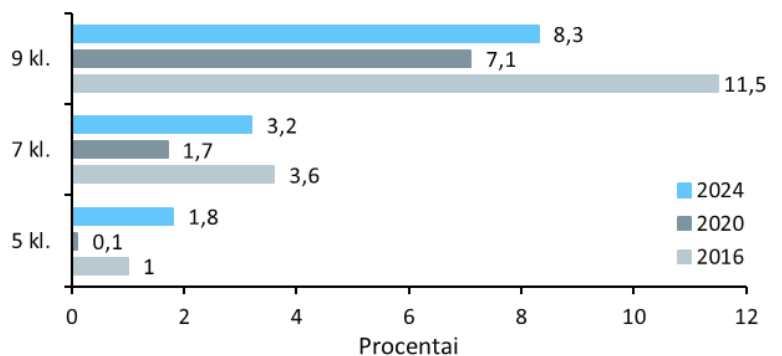
Kanapių vartojimas 2024 m.



Kanapių vartojimas pagal lytį



Kanapių vartojimas pagal klasę



Kanapių vartojimas pagal gyvenamąją vietą

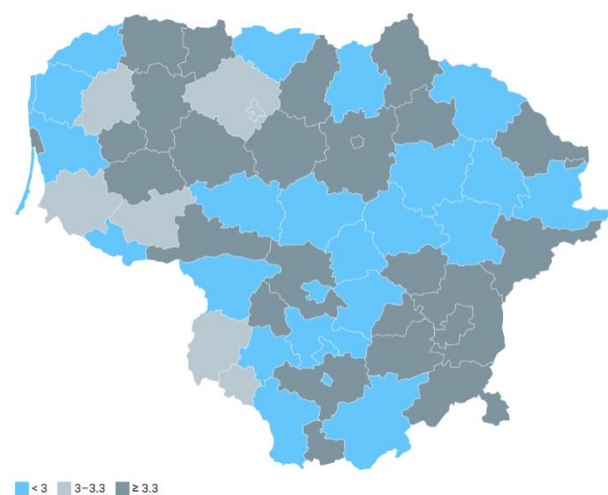
4.3.2. Kitų narkotikų nei kanapės vartojimas per gyvenimą

Mokyklinio amžiaus vaikų klausta, ar bent kartą vartojo kitus narkotikus nei kanapes per savo gyvenimą. Skaičiuota, kokia dalis mokinių vartojo kitus narkotikus nei kanapes per savo gyvenimą.

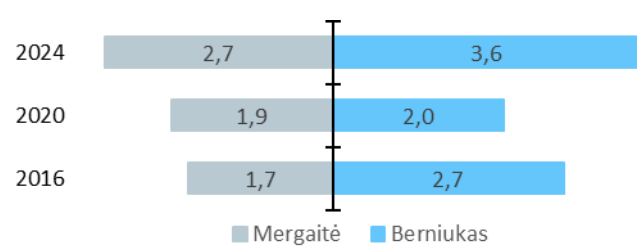
Kitų narkotikų nei kanapės vartojimas per gyvenimą

<p>2,2 proc. 2016 m.</p> <p>Max. 5,9 proc. Min. 0 proc.</p>	<p>1,8 proc. 2020 m.</p> <p>Max. 5,0 proc. Min. 0 proc.</p>	<p>3,1 proc. 2024 m.</p> <p>Max. 5,4 proc. Min. 0 proc.</p>
--	--	--

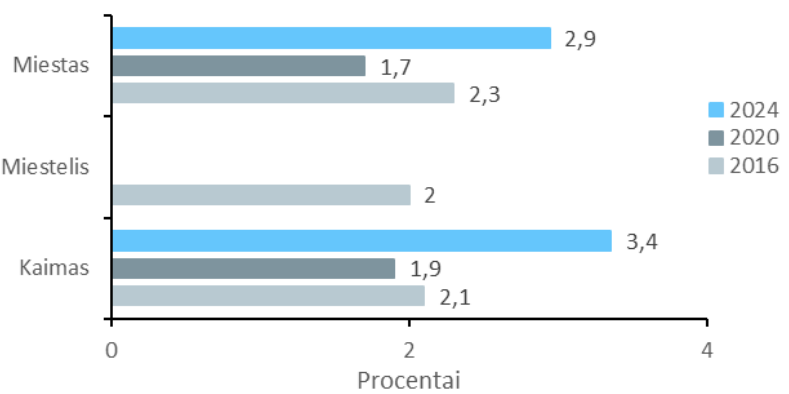
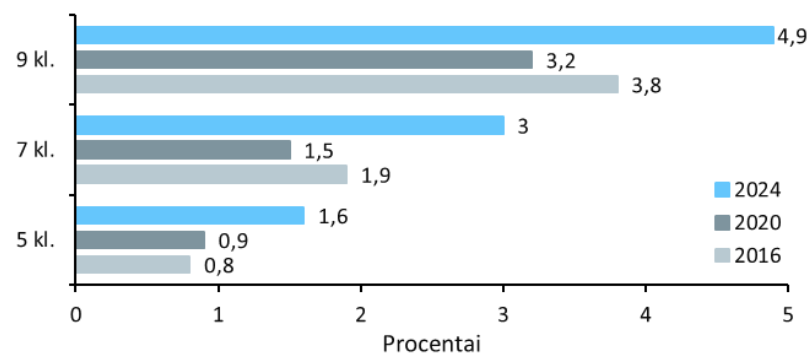
Kitų narkotikų vartojimas 2024 m.



Kitų narkotikų vartojimas pagal lytį



Kitų narkotikų vartojimas pagal klasę



Kitų narkotikų vartojimas pagal gyvenamąją vietą

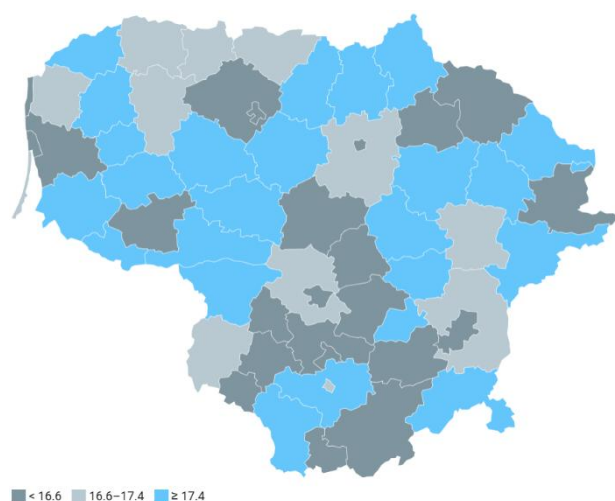
4.4. SAUGUMAS KELYJE

4.4.1. Atšvaitų nešiojimas

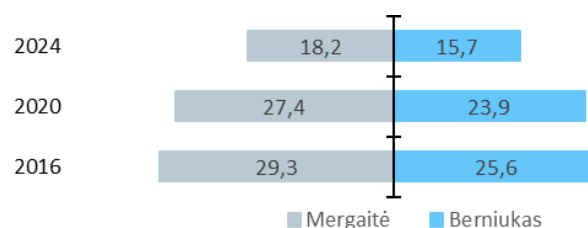
Mokyklinio amžiaus vaikų klausta, ar būdami lauke tamsiu paros metu nešioja atšvaitą (-us). Skaičiuota, kokia dalis mokinių nešioja atšvaitus tamsiu paros metu.

Atšvaitų nešiojimas		
27,5 proc. 2016 m. Max. 45,8 proc. Min. 17,4 proc.	25,6 proc. 2020 m. Max. 37,5 proc. Min. 9,6 proc.	17,0 proc. 2024 m. Max. 26,2 proc. Min. 7,0 proc.

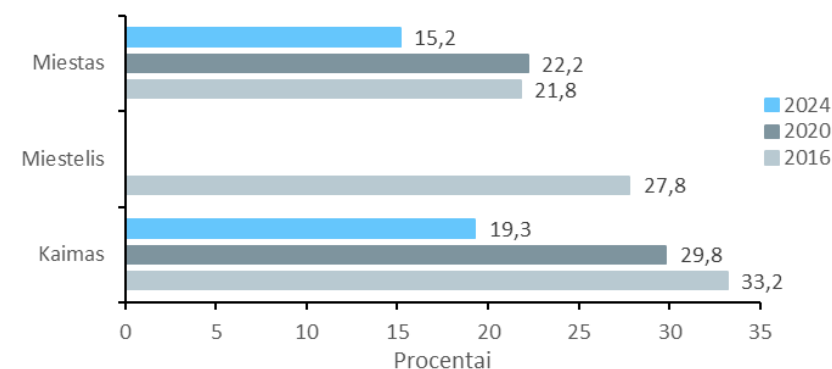
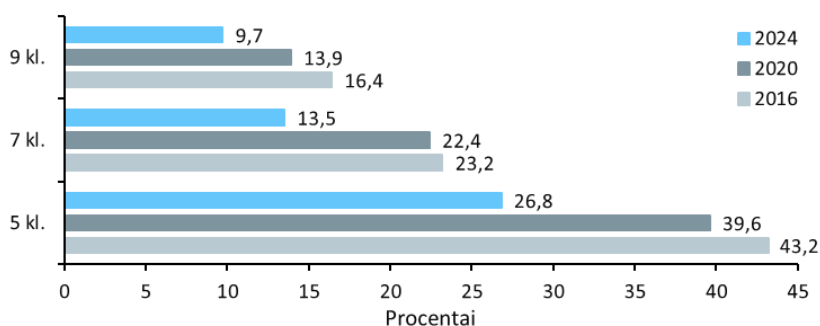
Atšvaitų nešiojimas 2024 m.



Atšvaitų nešiojimas pagal lytį



Atšvaitų nešiojimas pagal klasę



Atšvaitų nešiojimas pagal gyvenamąją vietą

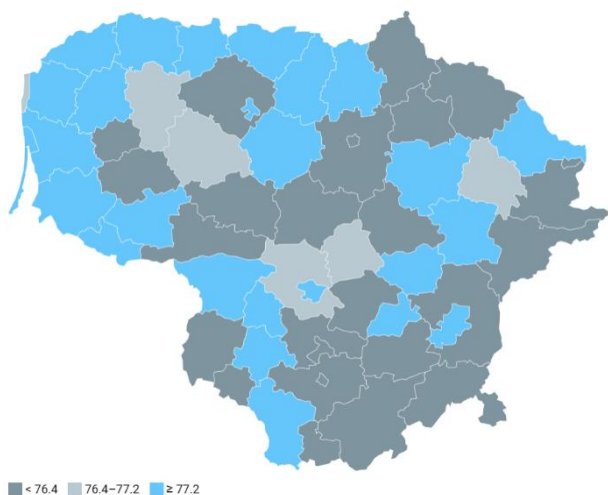
4.4.2. Saugos diržo segėjimas

Mokyklinio amžiaus vaikų klausta, ar segi saugos diržą važiuodami automobiliu. Skaičiuota, kokia dalis mokinių segi saugos diržą važiuodami automobiliu.

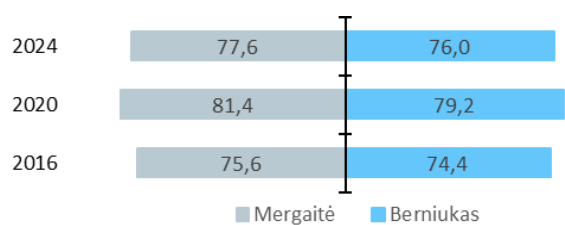
Saugos diržo segėjimas

74,9 proc. 2016 m. Max. 86,5 proc. Min. 63,1 proc.	80,3 proc. 2020 m. Max. 86,1 proc. Min. 69,2 proc.	76,8 proc. 2024 m. Max. 82,8 proc. Min. 66,9 proc.
--	--	--

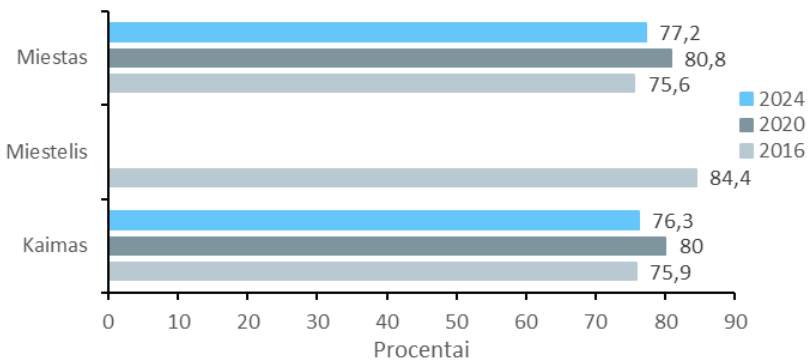
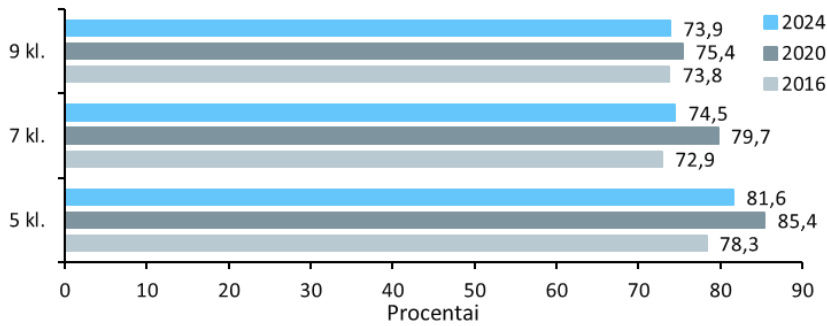
Saugos diržo segėjimas 2024 m.



Saugos diržo segėjimas pagal lytį



Saugos diržo segėjimas pagal klasę



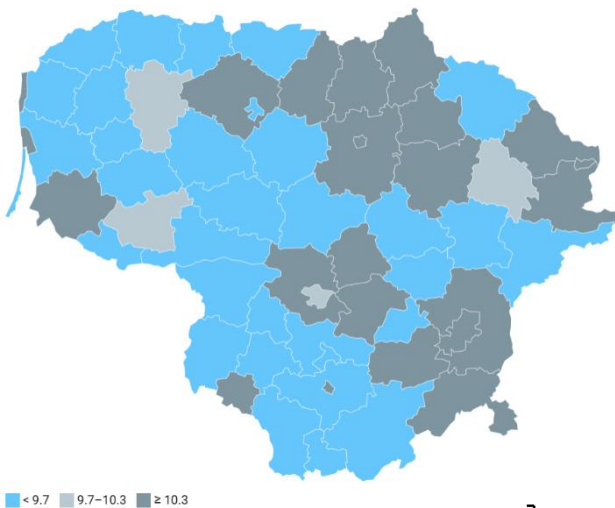
Saugos diržo segėjimas pagal gyvenamąją vietą

4.5. FIZINĖS BAUSMĖS

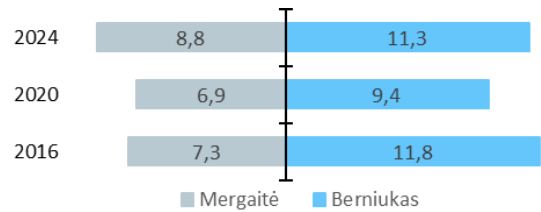
Mokyklinio amžiaus vaikų klausta, kaip dažnai juos per pastaruosius du mėnesius mušė ar kitaip fiziškai baudė tėvai. Skaičiuota, kokia dalis mokinių nurodė, kad tėvai juos mušė ar kitaip fiziškai baudė.

Fizinės bausmės		
9,6 proc. 2016 m.	8,2 proc. 2020 m.	10,0 proc. 2024 m.
Max. 16,8 proc. Min. 2,9 proc.	Max. 18,7 proc. Min. 3,4 proc.	Max. 21,4 proc. Min. 3,4 proc.

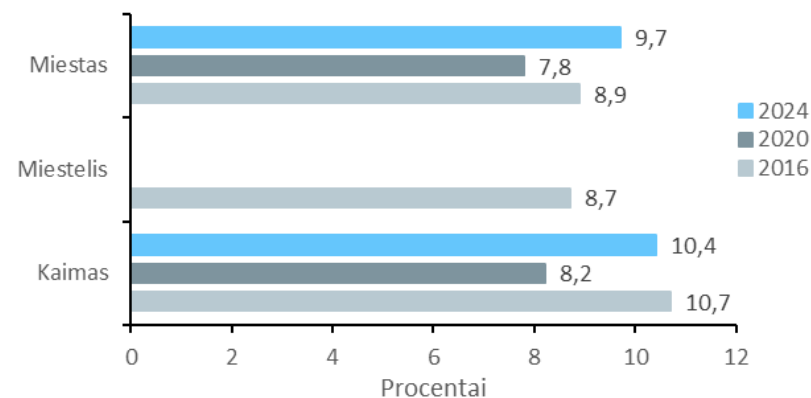
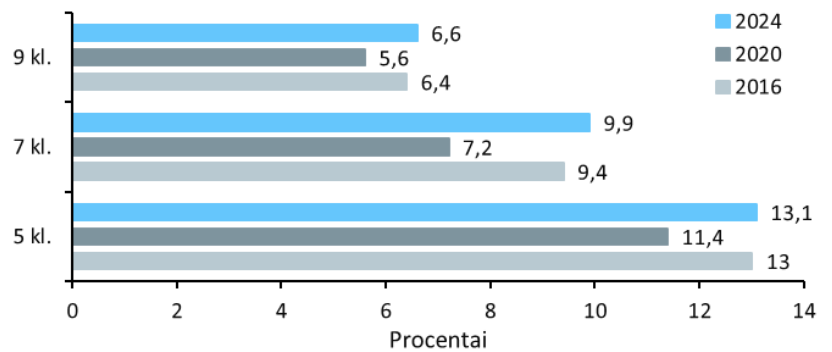
Fizinės bausmės 2024 m.



Fizinės bausmės pagal lytį



Fizinės bausmės pagal klasę

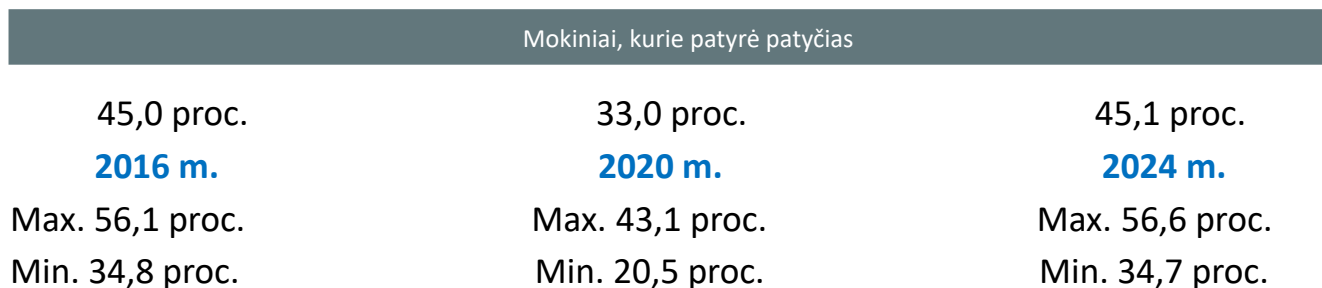


Fizinės bausmės pagal gyvenamąją vietą

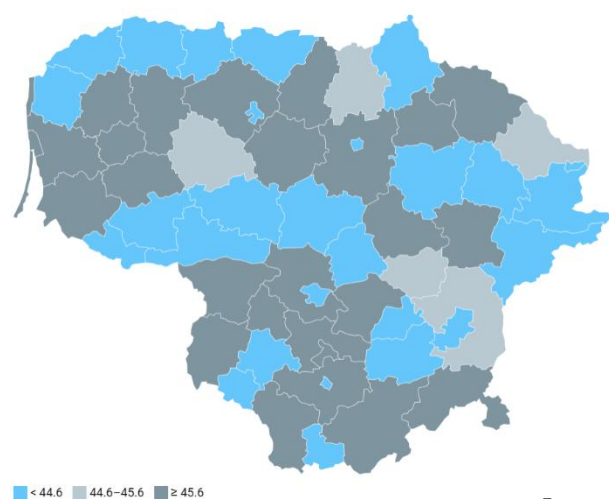
4.6. PATYČIOS

4.6.1. Mokiniai, kurie patyrė patyčias

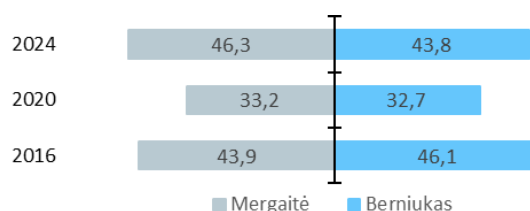
Mokyklinio amžiaus vaikų klausta, kaip dažnai iš jų tyčiojosi kiti mokiniai mokykloje per pastaruosius du mėnesius. Skaičiuota, kokia dalis mokinių nurodė, kad patyrė patyčias mokykloje.



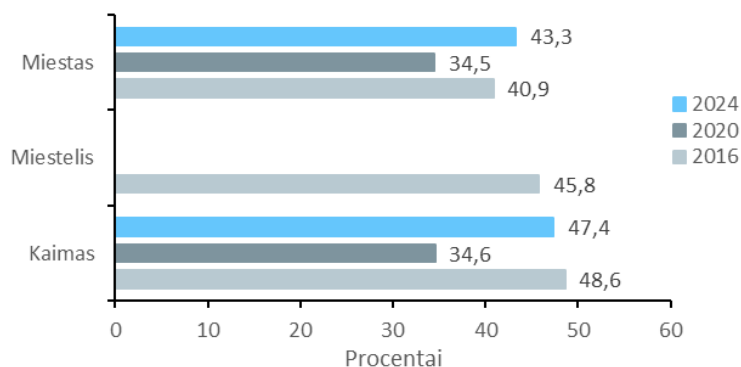
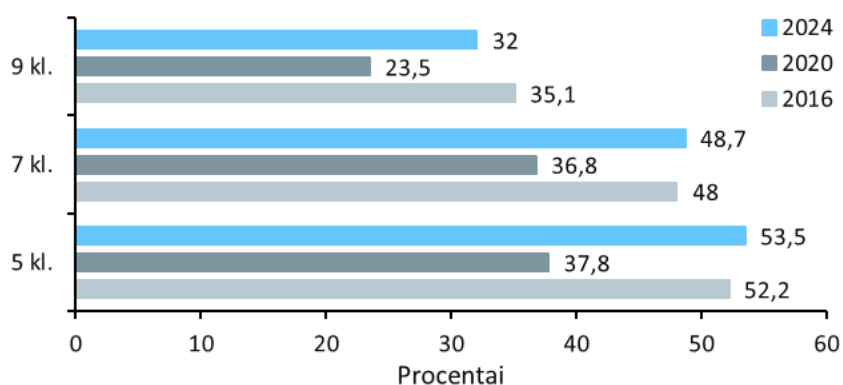
Mokiniai, kurie patyrė patyčias 2024 m.



Mokiniai, kurie patyrė patyčias, pagal lytį



Mokiniai, kurie patyrė patyčias, pagal klasę



Mokiniai, kurie patyrė patyčias, pagal gyvenamąją vietą

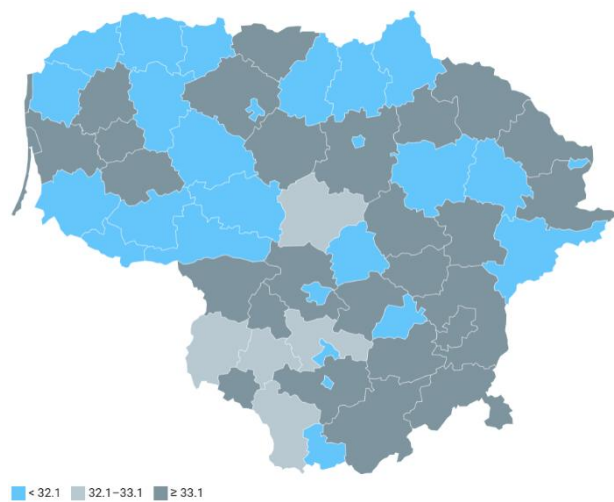
4.6.2. Mokiniai, kurie tyčiojosi iš kitų mokinių

Mokyklinio amžiaus vaikų klausta, kaip dažnai jie patys tyčiojosi iš kitų mokinių mokykloje per pastaruosius du mėnesius. Skaičiuota, kokia dalis mokinių nurodė, kad tyčiojosi iš kitų mokinių mokykloje.

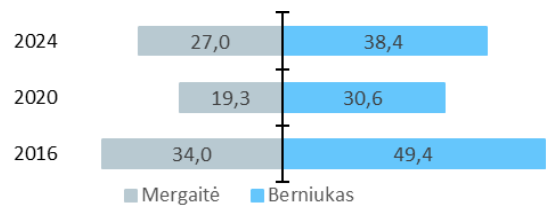
Mokiniai, kurie tyčiojosi iš kitų mokinių

41,6 proc. 2016 m. Max. 57,8 proc. Min. 30,3 proc.	24,9 proc. 2020 m. Max. 38,3 proc. Min. 12,8 proc.	32,6 proc. 2024 m. Max. 47,5 proc. Min. 23,4 proc.
---	---	---

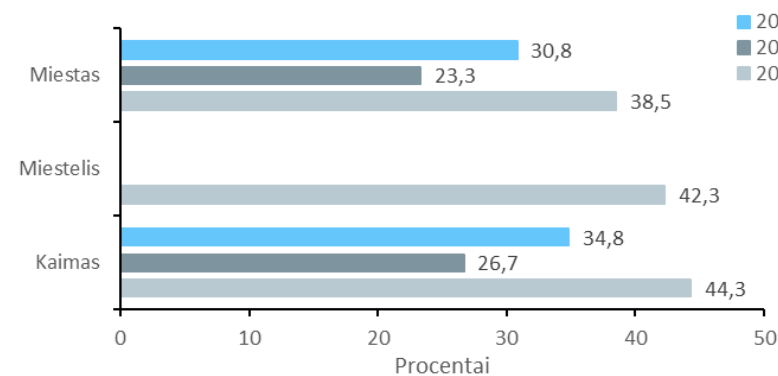
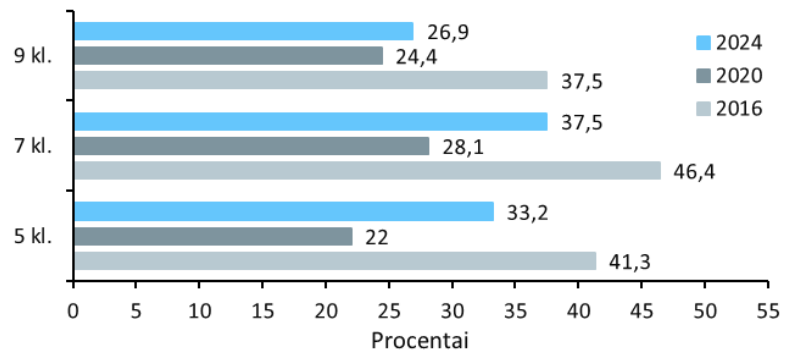
Mokiniai, kurie tyčiojosi iš kitų mokinių 2024 m.



Mokiniai, kurie tyčiojosi iš kitų mokinių, pagal lytį



Mokiniai, kurie tyčiojosi iš kitų mokinių, pagal klasę



Mokiniai, kurie tyčiojosi iš kitų mokinių, pagal gyvenamąją vietą

4.7. RIZIKINGO ELGESIO REZULTATŲ APIBENDRINIMAS

Vertinant alkoholio vartojimo įpročius pastebėta, kad 2024 m. maždaug kas dešimtas Lietuvos mokyklinio amžiaus vaikas per paskutines 30 d. vartojo alkoholinius gėrimus, o kas ketvirtas nurodė vartojęs alkoholį per paskutinius 12 mėn. Vertinant alkoholio vartojimo pokytį, pastebėta, kad 2020 m. mažiau mokinių vartojo alkoholį per paskutines 30 d. ir paskutinius 12 mėn. lyginant su 2016 ir 2024 metų duomenimis. 2024 metų alkoholio vartojimo rodikliai artėja prie 2016 metų. Alkoholio vartoję dažniau nurodė vyresnių klasių mokiniai. Ženklių alkoholio vartojimo rodiklių skirtumų, vertinant pagal lytį ir gyvenamąją vietą, nestebėta.

Gyvensenos tyrimo duomenys atskleidė, kad tabako gaminių rūkymas nuo 2016 metų iki 2020 metų kito mažėjimo linkme, tačiau 2024 m. pradėjo kilti. 2024 m. bent kartą per 30 d. tabako gaminius rūkė 7,5 proc. mokinių, o per 12 mėn. – 13,6 proc. mokinių. Kita vertus, reikia pažymėti, kad elektroninių cigarečių rūkymas tarp mokinių išliko populiariesnis nei tabako gaminių vartojimas. 2024 m. bent kartą per paskutines 30 d. nurodžiusių, kad rūkė elektronines cigaretes, buvo 9,9 proc., o per paskutinius 12 mėn. – 19,5 proc. apklausos dalyvių. Pastebima, kad 2024 metais sumažėjo 9 klasės mokinių, vartojusių elektronines cigaretes, dalis lyginant su 2020 metais, ženklaus elektroninių cigarečių vartojimo skirtumo kitose klasėse nenustatyta.

2024 metais padidėjo mokinių, kurie per savo gyvenimą bandė psichotropinių medžiagų – kanapių ar kitų narkotikų, dalis, lyginant su ankstesnio tyrimo rezultatais. 2024 m. net 3,1 proc. (4,9 proc. 9 klasės) mokinių nurodė bent kartą per gyvenimą vartoję kitų narkotikų nei kanapės. Tai yra didžiausias stebėtas rodiklis nuo tyrimo pradžios. Ši problema – narkotinių medžiagų vartojimas – dažnesnė tarp vyresnių klasių mokinių, vertinant pagal lytį – tarp berniukų, vertinant pagal gyvenamąją vietą – ženklių skirtumų nenustatyta.

Vertinti mokyklinio amžiaus vaikų saugumo kelyje įpročiai. Tyrimo rezultatai parodė, kad mokinių, kurie visada nešioja atšvaitus tamsiu paros metu, dalis per aštuonerius metus sumažėjo nuo 27,5 proc. iki 17,0 proc. Labiausiai nuo 2016 metų iki 2024 metų sumažėjo penktokų, kasdien nešiojančių atšvaitus, dalis. Atšvaitus dažniau nešiojo mergaitės, žemesnių klasių mokiniai ir kaime gyvenantys asmenys. Saugos diržą segėjusių mokinių dalis per stebimą laikotarpį kito, nebuvo stebėta pastovi tendencija. 2024 m. saugos diržą važiuodami segėjo beveik 77 proc. mokinių (2024 metais tokių mokinių buvo 80,3 proc.). Jaunesnio amžiaus mokiniai dažniau nurodė, kad segi diržą važiuodami automobiliu.

2024 metų gyvensenos stebėsenos tyrime kas dešimtas mokinys nurodė, kad jį per paskutinius du mėnesius mušė ar kitaip fiziškai baudė tėvai ir tai yra didžiausia dalis mokinių per visus įvykusius tyrimus. Tėvų smurtą dažniau patyrė berniukai ir jaunesnio amžiaus mokiniai.

Vertinant patyčių mastą mokyklose paaiškėjo, kad per ketverius metus (nuo 2020 metų iki 2024 metų) situacija Lietuvos mokyklose pablogėjo ir grįžo į pradinę – 2016 metų – padėtį. Tiek 2016 metais, tiek 2024 metais beveik pusė visų mokinių nurodė, kad per paskutinius du mėnesius patyrė patyčias mokyklose. 2024 metais beveik trečdalis mokinių nurodė, kad tyčiojosi iš kitų mokinių per pastaruosius du mėnesius. 7 klasių mokiniai bei berniukai buvo linkę labiau tyčiotis iš kitų mokinių.

5. Apibendrinimas

Mokyklinio amžiaus vaikų gyvenimo stebėsenos tyrimų metu sudarytos didelės apimties duomenų bazės. Anketas visais tiriamaisiais metais užpildė daugiau kaip 34 tūkst. Lietuvos 5-ų, 7-ų ir 9-ų (pirmųjų gimnazijos) klasių mokinių. Visuose tyrimuose taikyta ta pati mokinių imties sudarymo metodika, pokyčių klausimynuose buvo, bet pagrindiniai gyvenimo rodikliai nekito. Tai leido visos šalies ir savivaldybių lygmeniu įvertinti mokinių gyvenimo pokyčius, įvykusius per aštuonerius metus.

Apibendrinant galima teigti, kad daugiau vaikų užsiėmė aktyvia fizine veikla kasdien ne pamokų metu, rūpinosi burnos higiena, lyginant 2016 ir 2024 m. tyrimų rezultatus. Didesnė dalis mokinių nurodė valgantys daržoves kasdien ir mažesnė dalis – vartoję elektronines cigaretes ar naudoję kitus elektroninius prietaisus, skirtus rūkyti, lyginant 2020 m. ir 2024 m. tyrimų rezultatus.

Kita vertus, dauguma įvykusių gyvenimo pokyčių buvo neigiami: mažesnė dalis mokinių jautėsi laimingi ar labai laimingi vertindami savo dabartinį gyvenimą, savo sveikatą vertino kaip gerą ar labai gerą, pusryčius, vaisius valgė kiekvieną dieną. Taip pat daugiau mokinių nurodė, kad praleidžia 4 ir daugiau valandų prie ekranų, mažiau mokinių nurodė, kad tamsiu paros metu nešioja atšvaitus, lyginant 2016 m. ir 2024 m. rezultatus. Lyginant 2020 m. ir 2024 m. tyrimų rezultatus situacija pablogėjo: daugiau mokinių nurodė vartoję alkoholį, tabako gaminius, psichotropines medžiagas (kanapes, kitus narkotikus), patyrę tėvų fizinį smurtą, kitų mokinių patyčias ar patys tyčiojęsi iš kitų mokinių mokyklose, mažiau mokinių pažymėjo, kad visada nešioja atšvaitus tamsiu paros metu.

6. Priedai

1 priedas. Lietuvos savivaldybių ribų žemėlapis.



7. Literatūra

1. Determinants of health. World Health Organization, 2024. Prieiga per internetą: <<https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/determinants-of-health>>.
2. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2003 m. rugpjūčio 11 d. įsakymas Nr. V-488 „Dėl Bendrųjų savivaldybių visuomenės sveikatos stebėsenos nuostatų patvirtinimo“. Prieiga per internetą: <<https://www.e-tar.lt/portal/lt/legalAct/TAR.1B7239FBDAB7/asr>>.
3. Metodinės rekomendacijos „Gyvensenos tyrimų organizavimas ir vykdymas savivaldybėse“. Higienos institutas, 2016.
4. 2016 m. mokyklinio amžiaus vaikų gyvensenos stebėsenos tyrimo klausimynas. Prieiga per internetą: <https://www.hi.lt/uploads/Visuomenes_sveikatos_tehnologiju_centras/Gyvensenos%20VAIKU%20KLAUSIMYNAS_2016-04-20.pdf>.
5. 2020 m. mokyklinio amžiaus vaikų gyvensenos stebėsenos tyrimo klausimynas. Prieiga per internetą: <https://www.hi.lt/uploads/Visuomenes_sveikatos_tehnologiju_centras/vaiku_gyvensenos_klausimynas_2020.pdf>.
6. 2024 m. mokyklinio amžiaus vaikų gyvensenos stebėsenos tyrimo klausimynas. Prieiga per internetą: <https://www.hi.lt/uploads/Institutas/veikla/gyvensena/Mokiniu_gyvensenos_tyrimo_klausimynas_2024.pdf>.
7. Liuima V, Valintėlienė R, Jociūtė A. Mokyklinio amžiaus vaikų gyvensenos tyrimas. 2016 m. rodiklių suvestinė-ataskaita. Higienos institutas, 2016. Prieiga per internetą: https://www.hi.lt/uploads/Visuomenes_sveikatos_tehnologiju_centras/2016%20m%20Mokyklinio%20amziaus%20vaiku%20gyvensenos%20suvestine-ataskaita.pdf>.
8. Makauskaitė G. Mokyklinio amžiaus vaikų gyvensenos tyrimas. 2020 m. rodiklių suvestinė-ataskaita. Higienos institutas, 2020. Prieiga per internetą: <https://www.hi.lt/uploads/Visuomenes_sveikatos_tehnologiju_centras/2020_vaiku_gyvensenos_rodikliu_suve_stine-ataskaita.pdf>.
9. Makauskaitė G, Šapokaitė D. Mokyklinio amžiaus vaikų gyvensenos tyrimas. 2020 m. rodiklių suvestinė-ataskaita. Higienos institutas, 2024. Prieiga per internetą: <https://www.hi.lt/uploads/Visuomenes_sveikatos_tehnologiju_centras/Vaiku_gyvensenos_rodikliu_suve_stine_ataskaita_LT.pdf>.