

**2020 M. SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS, SKIRTOS ŠIRDIES IR
KRAUJAGYSLIŲ LIGŲ BEI CUKRINIO DIABETO PROFILAKTIKAI, EFEKTYVUMO
VERTINIMO ATASKAITŲ SUVESTINĖ**

Sveikatos stiprinimo programa, skirta širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto profilaktikai (toliau – Programa), nuo 2020 m. birželio 1 d. vykdoma vadovaujantis nauja Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2020 m. balandžio 8 d. įsakymo redakcija Nr. V-776 „Dėl sveikatos stiprinimo programos, skirtos širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto profilaktikai, organizavimo tvarkos aprašo patvirtinimo“. Iki 2020 m. birželio 1 d. Programa vykdyta vadovaujantis ankstesniu Širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto rizikos grupių asmenų sveikatos stiprinimo tvarkos aprašu, reglamentuojamu Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2016 m. gegužės 13 d. įsakymu Nr. V-615. „Dėl Širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto rizikos grupių asmenų sveikatos stiprinimo tvarkos aprašo patvirtinimo“. Pasikeitus Programos reglamentavimui, pasikeitė ir Programos vykdymo tvarka bei renkami metiniai ataskaitų duomenys. Šioje suvestinėje pateikiami rodikliai pagal paskutinį galiojantį tvarkos aprašą. Rodiklių palyginime su ankstesnių metų duomenimis galimi skirtumai nulemti ir pasikeitusios Programos įgyvendinimo tvarkos aspektų.

2020 m. Sveikatos stiprinimo programą, skirtą širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto profilaktikai, **pradėjo 2636 ir baigė 2004** asmenys.

1 lentelė. Sveikatos stiprinimo programą, skirtą širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto profilaktikai, baigusių asmenų sveikatos rodiklių pokyčiai 2020 m.

Eil. Nr.	Rodiklis	Asmenų, kurie atsakė „taip“, skaičius
1.	Sumažėjo kūno masės indeksas	930
2.	Sumažėjo liemens apimtis	872
3.	Sumažėjo arterinis kraujo spaudimas	726
4.	Padidėjo fizinis aktyvumas	1457
5.	Padidėjo daržovių ir vaisių vartojimas	1500
6.	Sumažėjo druskos vartojimas	1218
7.	Sumažėjo riebaus maisto vartojimas	1323
8.	Sumažėjo saldaus maisto vartojimas	1205
9.	Sumažėjo rūkymas	294
10.	Sumažėjo alkoholio vartojimas	480
11.	Pagerėjo savijauta	1468

Daugiausia baigusių Programą dalyvių nurodė, kad pradėjo daugiau vartoti daržovių ir vaisių, mažiau riebaus maisto, tapo fiziškai aktyvesni, pagerėjo bendra savijauta.

2 lentelė. Sveikatos stiprinimo programos, skirtos širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto profilaktikai, efektyvumo rodikliai 2020 m.

Rodiklis	Rodiklio reikšmė, asmenų, kurie atsakė „taip“, proc.
Pagerėjo fiziniai kūno rodikliai	45 %
Sumažėjo kūno masės indeksas	46 %
Sumažėjo liemens apimtis	44 %
Sumažėjo arterinis kraujo spaudimas	36 %
Padidėjo fizinis aktyvumas	73 %
Pagerėjo mityba	65 %
Padidėjo daržovių ir vaisių vartojimas	75 %
Sumažėjo druskos vartojimas	61 %
Sumažėjo riebaus maisto vartojimas	66 %
Sumažėjo saldaus maisto vartojimas	60 %
Pagerėjo savijauta	73 %
Programos efektyvumo vidurkis	59 %

Vykdamas Sveikatos stiprinimo programą, skirtą širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto profilaktikai, 2020 m. aukščiausią efektyvumo procentinį lygį pasiekė padidėjęs daržovių ir vaisių vartojimas (75 proc.), padidėjęs fizinio aktyvumo (73 proc.) ir pagerėjusios savijautos (73 proc.) rodikliai, bendrai mitybos rodikliai pagerėjo 65 proc. tarp visų Programą baigusiuju dalyviu. Mažiausiai pagerėjo žalingu iprociu rodikliai – 19 proc., rūkymas sumažėjo 15 proc., o alkoholio vartojimas – 24 proc. Žalingu iprociu rodikliai nebuvo itraukti skaičiuojant bendrą programos efektyvumo rodikli, nes žalingu iprociu mažinimas ir priklausomybiu prevencija nėra šios Programos pagrindinis tikslas, joje dalyviai tik trumpai supažindinami su rūkymo ir alkoholio vartojimo žala sveikatai. Priklausomybiu mažinimui ir prevencijai yra vykdomos atskiros tikslinės, ilgalaiinės ir efektyvios prevencinės programos.

Bendras programos efektyvumo vidurkis 2020 m. sudarė 59 proc.

3 lentelė. Programą pradėjusių ir baigusiu asmenų skaičius pagal savivaldybes 2020 m.

Savivaldybė	Programą pradėjo (asm. sk.)	Programą baigė (asm. sk.)	SAM rekomenduojamas minimalus baigusiu asm. sk.
Akmenės rajono	13	9	15
Alytaus miesto	30	26	38
Alytaus rajono	4	0	23
Anykščių rajono	20	17	19
Birštono	17	10	3
Biržų rajono	23	19	19
Druskininkų	12	8	15
Elektrėnų	6	3	19
Ignalinos rajono	16	14	12
Jonavos rajono	55	45	32
Joniškio rajono	29	0	17
Jurbarko rajono	20	18	20
Kaišiadorių rajono	42	31	24
Kalvarijos	13	12	8
Kauno miesto	249	222	219
Kauno rajono	14	7	77
Kazlų Rūdos	13	11	9
Kėdainių rajono	45	38	36
Kelmės rajono	18	15	21
Klaipėdos miesto	35	46	110
Klaipėdos rajono	83	49	48
Kretingos rajono	0	0	29
Kupiškio rajono	0	0	13
Lazdijų rajono	12	10	15
Marijampolės	17	17	42
Mažeikių rajono	50	12	40
Molėtų rajono	0	0	14
Neringos	12	5	3
Pagėgių	13	8	6
Pakruojo rajono	0	0	15
Palangos miesto	18	15	12
Panevėžio miesto	235	177	67
Panevėžio rajono	56	49	30
Pasvalio rajono	29	18	19
Plungės rajono	51	24	26
Prienų rajono	20	14	21
Radviliškio rajono	54	35	28
Raseinių rajono	118	91	25
Rietavo	20	10	6
Rokiškio rajono	34	30	23
Skuodo rajono	13	13	13
Šakių rajono	24	24	22
Šalčininkų rajono	0	0	24
Šiaulių miesto	224	133	75
Šiaulių rajono	38	36	34
Šilalės rajono	26	23	18
Šilutės rajono	44	20	30
Širvintų rajono	12	8	12
Švenčionių rajono	0	0	19
Tauragės rajono	12	0	30
Telšių rajono	40	28	31
Trakų rajono	12	12	26
Ukmergės rajono	40	30	27
Utenos rajono	8	0	30
Varėnos rajono	17	15	17
Vilkaviškio rajono	53	49	28
Vilniaus miesto	474	415	404
Vilniaus rajono	81	69	79
Visagino	22	14	14
Zarasų rajono	0	0	13
Iš viso	2636	2004	2164

Apžvelgę Programos įgyvendinimo duomenis pagal savivaldybes matome, kad 7 savivaldybėse (Kretingos rajono, Kupiškio rajono, Molėtų rajono, Pakruojo rajono, Šalčininkų rajono, Švenčionių rajono, Zarasų rajono) 2020 m. programa nevykdyta, dar keturiose savivaldybėse (Alytaus rajono, Joniškio rajono, Tauragės rajono, Utenos rajono) Programa pradėta vykdyti, bet jos nebaigė nė vienas asmuo. Pagrindinė savivaldybių ataskaitose nurodoma priežastis – susiklosčiusi nepalanki epidemiologinė situacija dėl COVID-19 ekstremalios situacijos ir karantino paskelbimo šalyje, dėl to programos veiklos nepraadėtos arba buvo sustabdytos.

Palyginus savivaldybėse Programą baigusiuų asmenų skaičių su Sveikatos apsaugos ministerijos rekomenduojama minimalia metine asmenų, baigusiu sveikatos stiprinimo programą, norma savivaldybėms, matyti, kad dalyje savivaldybių šios normos nepasiektos (Akmenės rajono, Alytaus miesto, Anykščių rajono, Druskininkų, Elektrėnų, Jurbarko rajono, Kauno rajono, Kelmės rajono, Klaipėdos miesto, Lazdijų rajono, Marijampolės, Mažeikių rajono, Pasvalio rajono, Plungės rajono, Prienų rajono), atmetus savivaldybes, kuriose programa nevykdyta ar buvo sustabdyta. Dalyje savivaldybių rekomenduojama norma pasiekta (Biržų rajono, Skuodo rajono, Visagino), o likusiose savivaldybėse (Birštono, Ignalinos rajono, Jonavos rajono, Kaišiadorių rajono, Kalvarijos, Kauno miesto, Kazlų Rūdos, Kėdainių rajono, Klaipėdos rajono, Neringos, Pagėgių, Palangos miesto, Panevėžio miesto, Panevėžio rajono, Radviliškio rajono, Raseinių rajono, Rietavo, Rokiškio rajono, Šakių rajono, Šiaulių miesto, Šiaulių rajono, Šilalės rajono, Ukmergės rajono, Vilkaviškio rajono, Vilniaus miesto) netgi viršyta.

Įvertinus 2020 m. Programą pradėjusių ir baigusiu asmenų skaičių matyti, kad iš viso Programą pradėjo 2636 asmenys, o tai rodo, kad Sveikatos apsaugos ministerijos rekomenduojamas minimalus metinis asmenų, baigusiu sveikatos stiprinimo programą skaičius (2164) galėjo būti pasiektas, jei nebūtų susiklosčiusi nepalanki epidemiologinė situacija šalyje dėl COVID-19 (koronaviruso infekcijos paplitimo). Galime daryti išvadą, kad esant tokiai epidemiologinei situacijai, 2020 m. pasiektas Programos įvykdymo rodiklis – 92,6 proc. lyginant su SAM rekomenduojamu, gali būti vertinamas labai gerai.

4 lentelė. Širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto rizikos grupių asmenų sveikatos stiprinimo programos, nuo 2020 m. birželio 1 d. Sveikatos stiprinimo programos, skirtos širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto profilaktikai, vykdymas Lietuvoje 2015–2020 m.

Metai	Programą pradėjusių asmenų skaičius	Programą baigusiu asmenų skaičius	Programą baigusiu asmenų skaičiaus didėjimas kasmet, proc.
2015	1405	399	–
2016	1310	533	+ 34 %
2017	1853	1003	+ 88 %
2018	1469	1082	+ 8 %
2019	2086	1311	+ 21 %
2020	2636	2004	+ 53 %

Analizuojant metinį Programą baigusiuų asmenų skaičių nuo 2015 iki 2020 m., pastebima šio rodiklio didėjimo tendencija. Lyginat pastarųjų metų duomenis, programą baigusiu asmenų skaičius 2020 m. padidėjo 693 asmenimis, arba 53 proc. lyginant su 2019 m., tačiau reikia atsižvelgti į tai, kad šiam pokyčiui galėjo turėti reikšmės ir pasikeitusi Programos vykdymo tvarka.