

**2021 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“. Pasikeitus Programos reglamentavimui, pasikeitė ir Programos vykdymo tvarka bei renkami metiniai ataskaitų duomenys, todėl lyginant suvestinėje pateikiamus rodiklius su ankstesnių metų duomenimis reiktų įvertinti šį aspektą.

2021 m. Programą **pradėjo 2008** ir **baigė 1424** asmenys. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos rekomenduojamo minimalaus Programą baigusių asmenų skaičiaus – 1842 – nepavyko pasiekti dėl susiklosčiusios nepalankios epidemiologinės situacijos ir įvesto karantino šalyje.

1 lentelė. Programą baigusių asmenų sveikatos rodiklių pokyčiai 2021 m.

Eil. Nr.	Rodiklis	Asmenų, kurie atsakė „taip“, skaičius
1.	Sumažėjo kūno masės indeksas	603
2.	Sumažėjo liemens apimtis	580
3.	Sumažėjo arterinis kraujo spaudimas	474
4.	Padidėjo fizinis aktyvumas	1077
5.	Padidėjo daržovių ir vaisių vartojimas	1096
6.	Sumažėjo druskos vartojimas	867
7.	Sumažėjo riebaus maisto vartojimas	989
8.	Sumažėjo saldaus maisto vartojimas	905
9.	Sumažėjo rūkymas	221
10.	Sumažėjo alkoholio vartojimas	294
11.	Pagerėjo savijauta	1084

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

2 lentelė. Programos efektyvumo rodikliai 2021 m.

Rodiklis	Rodiklio reikšmė, asmenų, kurie atsakė „taip“, proc.
Pagerėjo fiziniai kūno rodikliai	42 %
Sumažėjo kūno masės indeksas	42 %
Sumažėjo liemens apimtis	41 %
Sumažėjo arterinis kraujo spaudimas	33 %
Padidėjo fizinis aktyvumas	76 %
Pagerėjo mityba	68 %
Padidėjo daržovių ir vaisių vartojimas	77 %
Sumažėjo druskos vartojimas	61 %
Sumažėjo riebaus maisto vartojimas	69 %
Sumažėjo saldaus maisto vartojimas	64 %
Pagerėjo savijauta	76 %
Programos efektyvumo vidurkis	60 %

Vykdamą Programą 2021 m. aukščiausią efektyvumo procentinį lygį pasiekė padidėjusio daržovių ir vaisių vartojimo (77 proc.), padidėjusio fizinio aktyvumo (76 proc.) ir pagerėjusios savijautos (76 proc.) rodikliai, bendrai mitybos rodikliai pagerėjo 68 proc. tarp visų Programą baigusiu dalyvių. Mažiausiai pagerėjo žalingų įpročių rodikliai – 18 proc., rūkymas sumažėjo 16 proc., o alkoholio vartojimas – 21 proc. Žalingų įpročių rodikliai nebuvo įtraukti skaičiuojant bendrą programos efektyvumo rodiklį, nes žalingų įpročių mažinimas ir priklausomybių prevencija nėra šios Programos pagrindinis tikslas, joje dalyviai tik trumpai supažindinami su rūkymo ir alkoholio vartojimo žala sveikatai. Siekiant priklausomybių mažinimo ir prevencijos tikslų yra vykdomos atskiros tikslinės, ilgalaikės ir efektyvios prevencinės programos.

Bendras programos efektyvumo vidurkis 2021 m. siekė 60 proc.

3 lentelė. Programą pradėjusių ir baigusią asmenų skaičius pagal savivaldybes 2021 m.

Savivaldybė	Programą pradėjo (asm. sk.)	Programą baigė (asm. sk.)	SAM rekomenduojamas minimalus baigusią asm. sk.
Akmenės rajono	15	0	13
Alytaus miesto	48	32	32
Alytaus rajono	20	18	19
Anykščių rajono	20	18	16
Birštono	0	0	3
Biržų rajono	10	10	16
Druskininkų	8	8	13
Elektrėnų	0	0	16
Ignalinos rajono	0	0	10
Jonavos rajono	27	25	27
Joniškio rajono	29	15	14
Jurbarko rajono	34	32	17
Kaišiadorių rajono	42	34	20
Kalvarijos	14	12	7
Kauno miesto	151	74	185
Kauno rajono	65	50	65
Kazlų Rūdos	9	8	8
Kėdainių rajono	32	29	30
Kelmės rajono	32	18	18
Klaipėdos miesto	110	65	93
Klaipėdos rajono	114	46	41
Kretingos rajono	0	0	25
Kupiškio rajono	0	0	11
Lazdijų rajono	17	15	13
Marijampolės	16	6	35
Mažeikių rajono	39	34	33
Molėtų rajono	13	13	12
Neringos	9	4	3
Pagėgių	7	5	5
Pakruojo rajono	0	0	13
Palangos miesto	13	10	10
Panevėžio miesto	80	61	56
Panevėžio rajono	49	43	25
Pasvalio rajono	21	15	16
Plungės rajono	39	12	22
Prienų rajono	29	20	18
Radviliškio rajono	60	30	24
Raseinių rajono	30	18	21
Rietavo	10	8	5
Rokiškio rajono	20	17	20
Skuodo rajono	18	14	11
Šakių rajono	23	23	18
Šalčininkų rajono	0	0	20
Šiaulių miesto	112	75	64
Šiaulių rajono	37	31	29
Šilalės rajono	17	17	15
Šilutės rajono	56	25	25
Širvintų rajono	10	10	10
Švenčionių rajono	11	0	16
Tauragės rajono	22	16	26
Telšių rajono	25	20	26
Trakų rajono	0	0	22
Ukmergės rajono	30	24	23
Utenos rajono	27	27	25
Varėnos rajono	15	15	15
Vilkaviškio rajono	26	25	24
Vilniaus miesto	273	243	353
Vilniaus rajono	50	32	67
Visagino	12	10	12
Zarasų rajono	12	12	11
Iš viso	2008	1424	1842

Apžvelgę Programos įgyvendinimo duomenis pagal savivaldybes matome, kad aštuoniose savivaldybėse (Birštono, Elektrėnų, Ignalinos rajono, Kretingos rajono, Kupiškio rajono, Pakruojo rajono, Šalčininkų rajono, Trakų rajono) 2021 m. programa nevykdyta, dar dvejose savivaldybėse (Akmenės rajono, Švenčionių rajono) Programa pradėta vykdyti, bet jos nebaigė nė vienas asmuo. Pagrindinė savivaldybių ataskaitose nurodoma priežastis – susiklosčiusi nepalanki epidemiologinė situacija dėl COVID-19 ekstremaliosios situacijos ir karantino paskelbimo šalyje – dėl to Programos veiklos nepradėtos arba vykdytos, bet planuoto rezultato pasiekti nepavyko.

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

Įvertinus 2021 m. Programą pradėjusių ir baigusiu asmenų skaičių matyti, kad iš viso Programą pradėjo 2008 asmenys, taigi Sveikatos apsaugos ministerijos rekomenduojamas minimalus metinis asmenų, baigusiu Programą skaičius (1842) galėjo būti pasiektas, jei nebūtų susiklosčiusi nepalanki epidemiologinė situacija šalyje dėl COVID-19 (koronaviruso infekcijos) paplitimo. Galime daryti išvadą, kad esant tokiai epidemiologinei situacijai 2021 m. pasiektas Programos įvykdymo rodiklis – 77,3 proc., palyginti su Sveikatos apsaugos ministerijos rekomenduojamu – gali būti vertinamas gerai.

4 lentelė. Programos (iki 2020 m. birželio 1 d. – Širdies ir kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto rizikos grupių asmenų sveikatos stiprinimo programos) vykdymo rodikliai Lietuvoje 2015–2021 m.

Metai	Programą pradėjusių asmenų skaičius	Programą baigusiu asmenų skaičius	Programą baigusiu asmenų skaičiaus kitimas, proc.
2015	1405	399	–
2016	1310	533	+ 34 %
2017	1853	1003	+ 88 %
2018	1469	1082	+ 8 %
2019	2086	1311	+ 21 %
2020	2636	2004	+ 53 %
2021	2008	1424	– 29 %

Programą baigusiu asmenų skaičius nuo 2015 iki 2020 m. stabiliai augo. Lyginant 2020 ir 2019 m. duomenis, matyti, kad programą baigusiu asmenų skaičius 2020 m. padidėjo net 693 asmenimis, arba 53 proc., palyginti su 2019 m., tačiau reikia atsižvelgti į tai, kad šiam pokyčiui galėjo turėti reikšmės ir pasikeitusi Programos vykdymo tvarka.

2021 m. dėl užsitęsusio karantino Programą baigusiu asmenų skaičius sumažėjo 584 asmenimis, arba 29 proc., palyginti su 2020 m., tačiau nenukrito žemiau 2019 m. lygio (1311 baigusiu asmenų). Tikėtina, kad pasibaigus pandemijai Programos populiarumas tarp gyventojų padidės, atsiras daugiau norinčių joje dalyvaut, ir baigusiu Programą asmenų skaičius vėl kils.
