

## VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAI – DABARTIS IR PERSPEKTYVOS



**Gerda Kuzmarskienė,**  
*Kauno miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro direktorė, Savivaldybių visuomenės sveikatos biurų asociacijos tarybos narė*

Sveikata yra žmogaus vertybė ir gyvenimo pagrindas, kuris turi būti pakankamai tvirtas, kad būtų sėkmingai sprendžiami kasdienio gyvenimo klausimai, įveikiami socialiniai ir ekonominiai iššūkiai. Šiai vertybei puoselėti ir stiprinti ypač reikšmingas kryptingas, nuoseklus ir ilgalaikis sveikatos sistemos dalyvių, t. y. asmens sveikatos ir visuomenės sveikatos sektorių bendravimas ir bendradarbiavimas. Jau daugiau kaip 15 metų savivaldybėse yra įsteigti ir tebesteigiami visuomenės sveikatos biurai (toliau – biuras). Šiuo metu Lietuvoje visuomenės sveikatos stiprinimo, stebėsenos veiklą vykdo ir visuomenės sveikatos priežiūros funkcijas ugdymo įstaigose užtikrina 50 biurų.

### Biurų veiklos tikslai ir jų įgyvendinimas

Pagrindinis biurų veiklos tikslas – rūpintis savivaldybės gyventojų sveikata, vykdyti savivaldybės (kelių savivaldybių, jeigu savivaldybėje nėra įsteigto biuro) teritorijoje Lietuvos Respublikos įstatymais ir kitais teisės aktais reglamentuojamą savivaldybių visuomenės sveikatos priežiūrą, siekiant mažinti gyventojų sergamumą ir mirtingumą, gerinti gyvenimo kokybę, teikiant kokybiškas visuomenės sveikatos priežiūros paslaugas. Visuomenės sveikatos biurai vykdo tris pagrindines funkcijas: visuomenės sveikatos stiprinimo, visuomenės sveikatos stebėsenos bei visuomenės sveikatos priežiūros funkcijas Lietuvos ugdymo įstaigose. Visuomenės sveikatos stiprinimas apima sveikatos mokymą, informacijos apie sveiką gyvenseną sklaidimą, sveikos gyvensenos propagavimą, formavimą ir nuo elgsenos priklausomų visuomenės sveikatos rizikos veiksnių mažinimą. Visuomenės sveikatos stebėseną (monitoringą) vykdoma savivaldybės teritorijoje, jos metu tikslingai ir sistemingai atliekamas visuomenės sveikatos būklės, ją veikiančių visuomenės sveikatos rizikos veiksnių duomenų rinkimas, kaupimas, apdorojimas, saugojimas, analizė ir vertinimas. Remiantis šiais duomenimis, planuojamos ir organizuojamos visuomenės sveikatos stiprinimo vei-

klos, siekiant gerinti, stiprinti gyventojų sveikatą, mažinant rizikos veiksnių įtaką. Taip pat ypač svarbi biurų funkcija – visuomenės sveikatos priežiūra ugdymo įstaigose. Jos pagrindinis tikslas – saugoti ir stiprinti mokinių (ugdomų pagal ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir profesinio mokymo įstaigose pagal ikimokyklinio, priešmokyklinio, pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo programas) sveikatą, aktyviai bendradarbiaujant su mokinių tėvais (globėjais, rūpintojais), mokytojais, pagalbos mokinui specialistais, mokyklos vaiko gerovės komisija. Visuomenės sveikatos specialistai vykdo mokinių sveikatos būklės, visuomenės sveikatos rizikos veiksnių stebėseną, ugdo mokinių sveikos gyvensenos įgūdžius, organizuoja mokiniams, sergantiems lėtinėmis neinfekcinėmis ligomis, mokinio savirūpai reikalingą pagalbą ugdymo įstaigoje, dalyvauja įgyvendinant užkrečiamųjų ligų prevencijos ir kontrolės priemones. Viena iš pagrindinių visuomenės sveikatos specialistų funkcijų – vaikų sveikatos stebėsenos informacinėje sistemoje analizuoti ir vertinti iš asmens sveikatos priežiūros įstaigų specialistų gautas išvadas ir rekomendacijas. Gauti asmens duomenys (įskaitant sveikatos duomenis) naudojami komplektuojant fizinio aktyvumo ugdymo grupes ir užtikrinant mokiniui tinkamą fizinį krūvį, pritaikant maitinimą, parenkant mokiniui tinkamą vietą klasėje,

tinkamą jo ūgiui suola, įgyvendinant skubios pagalbos priemones mokiniams, sergantiems lėtinėmis neinfekcinėmis ligomis. Todėl itin svarbus šeimos gydytojų indėlis tiksliai užpildant vaikų sveikatos pažymas ir pateikiant aktualią informaciją.

## Veiklos kryptys

Pastaraisiais metais LR Sveikatos apsaugos ministerija išskyrė pagrindines biurų veiklos kryptis, orientuotas į Lietuvos gyventojų sveikatai palankios mitybos, fizinio aktyvumo skatinimą bei psichologinės gerovės stiprinimą visoms amžiaus grupėms. Vykdomos nuolatinės tęstinės veiklos bei šio laikotarpio aktualijas atliepančios, mokslu grįstos naujos prevencinės priemonės, taikomi įvairūs prevencinės veiklos metodai, įgyvendinant visuomenės sveikatos stiprinimo veiklas sveikatai palankios mitybos, fizinio aktyvumo skatinimo, psichinės sveikatos stiprinimo, priklausomybių prevencijos srityse. Siekdami išlaikyti teikiamų paslaugų kokybę ir pasitenkinimą teikiamomis paslaugomis, biurų specialistai veiktas kasmet tobulina, siūlo naujovių ir stengiasi įtraukti vis naujas tikslines savivaldybių gyventojų grupes.

Siekiant mažinti stigimą emocinės sveikatos srityje, ypač didelis dėmesys skiriamas psichikos sveikatos stiprinimui. Vykdomi didelio susidomėjimo sulaukę įvairūs grupiniai užsiėmimai: atviro tipo paskaitos, uždari grupiniai užsiėmimai, savitarpio pagalbos grupės, taip pat teikiamos individualios nemokamos, anoniminės psichologinės konsultacijos, vykdomi darbuotojų kompetencijos psichinės sveikatos srityje didinimo mokymai. Didinamas priklausomybių konsultanto paslaugų prieinamumas savivaldybių gyventojams.

Savivaldybių gyventojai kviečiami dalyvauti sveikatos stiprinimo programoje, skirtoje širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto profilaktikai. Šios programos tikslas – integruojant programą į pirminės asmens sveikatos priežiūros įstaigas ir savivaldybių visuomenės sveikatos biurų veiklą, užtikrinti jos įgyvendinimą, siekiant motyvuoti gyventojus gyventi sveikiau ir sumažinti širdies bei kraujagyslių ligų ir cukrinio dia-

beto riziką. PASPJ šeimos gydytojo komandos nariai asmenims, kuriems nustatyta širdies ir kraujagyslių ligų ir (arba) cukrinio diabeto rizika, turi galimybę pasiūlyti dalyvauti programoje, skirtoje širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto profilaktikai. Mokymuose, kuriuos veda patyrę savo srities profesionalai: gydytojai, dietologai, dietistai, kineziterapeutai, psichologai bei visuomenės sveikatos stiprinimo specialistai, suteikiamos teorinės žinios ir ugdomi praktiniai sveikos gyvensenos įgūdžiai.

## Naujos programos ir iniciatyvos

Kiekvienais metais sveikatos stiprinimo srityje pasiūlomos vis naujos priemonės, programos, atsiranda naujų iniciatyvų. 2023 metais Lietuvoje startavo Socialinio recepto iniciatyva, kuri skirta asmenų, sulaukusių Lietuvos Respublikos socialinio draudimo pensijų įstatyme nustatyto senatvės pensijos amžiaus, psichologinei gerovei ir psichikos sveikatai stiprinti įtraukiant į ilgalaikes šiems asmenims nemokamas kultūros, sveikatingumo, neformaliojo švietimo ar kitas savivaldybės teritorijoje prieinamas veiklas. Socialinio recepto iniciatyvos įgyvendinimo savivaldybėje metu veikia algoritmas, kuriuo vadovaudamasis ambulatorinės pirminės psichikos sveikatos priežiūros paslaugas teikiančios komandos narys ar šeimos gydytojo komandos narys nusiunčia asmenis pas Socialinio recepto iniciatyvą savivaldybėje koordinuojantį savivaldybės visuomenės sveikatos biure dirbantį Socialinio recepto koordinatorių, jis asmeniui padeda įsitraukti į ilgalaikes nemokamas kultūros, sveikatingumo, neformaliojo švietimo ar kitas savivaldybės teritorijoje prieinamas veiklas. Ypač svarbu paminėti, kad ši Socialinio recepto iniciatyva taikoma senatvės pensijos amžiaus sulaukusiems asmenims, kurie atitinka bent vieną iš šių kriterijų: pas šeimos gydytojo komandą ar pirminės ambulatorinės psichikos sveikatos priežiūros paslaugas teikiančią komandą dėl psichosomatinių prižasčių lankosi dažniau nei būtina; išgyvena vienišumą, atskirtį, netektį, prastai jaučiasi dėl lėtinų ligų ar kitų fizinės ar psichinės sveikatos

sutrikimų, turi negalią; yra tos pačios amžiaus grupės asmenų globėjai ar rūpintojai.

Svarbu paminėti, kad taip pat vykdoma daug kitų prevencinių programų, skirtų psichinės sveikatos stiprinimui, burnos higienai, traumų prevencijai, antimikrobinio atsparumo viešinimui ir kitomis aktualiomis temomis. Organizuojami fizinio aktyvumo užsiėmimai, kurie pritaikyti visiems, nuo pačių mažiausių iki garbaus amžiaus asmenų, nepriklausomai nuo fizinio pajėgumo. Kiekviena amžiaus grupė gali rinktis sau tinkamo intensyvumo užsiėmimus. Visuomenės sveikatos biurų veiklos skelbiamos savivaldybių visuomenės sveikatos biurų internetinėse svetainėse, socialiniuose tinkluose ir kitose įvairaus pobūdžio viešinioje priemonėse.

Taigi, siekiant užtikrinti visuomenės sveikatos stiprinimo paslaugų plėtrą savivaldybėse, plėsti tarpsektorinį bendradarbiavimą bei sudaryti bendruomenių įveiklinimo galimybes sveikatinimo srityje, pasirašomos bendradarbiavimo sutartys dėl sveikatinimo veiklų įgyvendinimo, dalyvių pritraukimo, informacijos sklaidos su įvairaus pobūdžio įstaigomis, organizacijomis, bendruomenėmis ir asociacijomis. Bendradarbiaujama su asmens sveikatos priežiūros įstaigomis, kurių gydytojai, atvejo vadybininkai, gyvensenos specialistai, šeimos gydytojo komandos nariai pacientus siunčia dalyvauti biurų vykdomose prevencinėse sveikatos stiprinimo veiklose: sveikatai palankios mitybos mokymuose, įvairaus pobūdžio ir intensyvumo fizinio aktyvumo užsiėmimuose, individualiose psichologo konsultacijose ir grupiniuose užsiėmimuose.

Žvelgiant į biurų veiklos ateities perspektyvas, prioritetu išlieka tęstinis, nuoseklus sveikatai palankios gyvensenos skatinimas, nes tik ilgalaikės veiklos formuoja įpročius ir įtvirtina juos kasdieniniame žmogaus gyvenime. Vadovaujantis Nacionalinės politikos nuostatomis, sveikata turi būti vertinama kaip svarbus šalies ekonomikos augimo veiksnys, todėl, įgyvendinant principą „Sveikata visose politikos srityse“, būtina siekti glaudesnio tarpžinybinio bendradarbiavimo sprendžiant visuomenės sveikatos klausimus.

