ODDELENIE PODPORY ZDRAVIA A

V Ý C H O V Y  K  Z D R A V I U

1. Organizácia a podmienky činnosti oddelenia podpory zdravia a Poradenského centra ochrany a podpory zdravia

a. Organizačná štruktúra

 Oddelenie podpory zdravia a výchovy k zdraviu

OPZ a VkZ pracuje ako samostatné oddelenie RÚVZ so sídlom v Lučenci, Petőfiho 1, je začlenené na úseku výkonu práce vo verejnom záujme, jeho súčasťou je poradenské centrum ochrany a podpory zdravia a aktivity poskytuje pre okresy Lučenec a Poltár. Práca v poradni zdravia tvorí významný podiel činnosti zamestnancov oddelenia. Integrálnou súčasťou oddelenia je základná všeobecná poradňa zdravia, ktorej pracovníci vykonávajú aj odborné činnosti niektorých špecializovaných poradní.

Základné prístrojové vybavenie oddelenia je fyzicky opotrebované, štandardné, oproti predchádzajúcim rokom inovované zakúpením diagnostickej váhy a spirometra, napriek tomu sa vyžaduje investovanie a skvalitnenie vyšetrovacej techniky a prístrojového vybavenia.

 Poradenské centrum podpory zdravia

V poradenskom centre ochrany a podpory zdravia je:

* základná všeobecná poradňa :

 poradenskú činnosť vykonávajú odborní pracovníci OPZ

* poradňa pre HIV/AIDS a pre HbSAg pozitívne rodiny:

 zabezpečuje oddelenie epidemiológie mimo poradňu zdravia, súhrnnú správu podáva

 OPZ

* špecializované poradne:
* poradňa odvykania od fajčenia:

 zabezpečuje a vedie vedúci lekár základnej poradne

* poradňa nefarmakologického ovplyvňovania TK:

 zabezpečujú pracovníci a vedie lekár základnej poradne

* poradňa ochrany a podpory zdravia pri práci:

 vykonáva lekár základnej poradne so špecializáciou z pracovného lekárstva, šetrí aj

 podozrenia na choroby z povolania a spracováva celú agendu chzp

- ostatnú činnosť nadstavbových poradní zdravia vykonávajú odborní pracovníci OPZ

 za všetky oddelenia RÚVZ v spolupráci s vedúcimi oddelení

 V poradni zdravia je realizované všeobecné preventívne individuálne poradenstvo, pri

 výjazdoch aj kolektívne poradenstvo.

b. Personálne obsadenie ( viď. tabuľková časť – tabuľka č.1 )

 Na oddelení podpory zdravia pracujú 2 pracovníci, ktorí vykonávajú pracovnú činnosť

 základnej všeobecnej poradne, špecializovaných poradní a poradenského centra ochrany

 a podpory zdravia. Činnosť poradne vedie a zabezpečuje stabilne 1 lekár a 1 magistra s

 ukončenou špecializáciou sociálna práca. Na výjazdových aktivitách poradne sa

 zúčastňujú všetci pracovníci oddelenia podpory zdravia.

 B. Vzdelávanie pracovníkov

 Vzdelávanie pracovníkov oddelenia je každoročne zabezpečované účasťou na odborných

podujatiach, seminároch a akciách organizovaných na národnej, regionálnej a ústavnej úrovni. Účasťou na akciách organizovaných MZ SR, SZU Bratislava, ÚVZ SR, RÚVZ a vzdelávacími centrami si pracovníci zvyšujú odbornú úroveň a vedomosti v oblasti prevencie a verejného zdravotníctva.

Individuálne sa pracovníci OPZaVkZ vzdelávajú časovo bez obmedzenia, zvyšujú si kvalifikáciu, využívajú informácie internetu, študujú odbornú literatúru, odborné publikácie a iné periodiká. Pri zabezpečovaní aktivít smerom k populácii regiónu v okruhoch priorít, ktoré sa plnia v rámci odboru, sa aktívne a zodpovedne na tieto činnosti pripravujú.

Vzdelávacie akcie

 14.03.2018 – Metodicko –odborný seminár NAPPPA – RÚVZ Trenčín

 16.03.2018 - Týždeň mozgu , mozog a tréning pamäti – seminár RÚVZ Lučenec

 12.04.2018 – Krajská porada vedúcich OZV- Zvolen

 18.04.2018 - celoslovenská porada vedúcich OZV- RÚVZ Bojnice

 04.05.2018 – Benefity pohybovej aktivity – RÚVZ Lučenec

 15.- 16.05.2018 – Surveillance chronických chorôb- VIII. vedecko – odborná

 konferencia – Staré Hory

 6. -7.06.2018 – Stodolove dni

 12.06.2018 – Pracovná porada Žiar nad Hronom

 27.08.2018 – Krajská porada vedúcich OZV- Zvolen

 14.09.2018 – Viem čo zjem – pracovný seminár – RÚVZ Nové Zámky

 18.09.2018 - Fetálny alkoholový syndróm – RÚVZ Lučenec

 01.- 03.10.2018 – XXVI. vedecká konferencia s medzinárodnou účasťou - Životné

 podmienky a zdravie – Kúpele Nový Smokovec a.s.

 22.11.2018 - Vzdelávacie podujatie pri príležitosti Európskeho týždňa boja proti

 drogám – Predná Hora

 - odborné semináre subregionálnej lekárskej komory Lučenec

* konzultačné dni posudzovania chorôb z povolania KPLaT, resp. posudzovania

 kožných profesionálnych chorôb na Dermatovenerologickej klinike v B.Bystrici

 (podľa pozvánky sa zúčastňuje lekár OPZ)

 C. Rozbor činnosti

1. Prioritné celospoločenské intervenčné aktivity podpory zdravia

Zvýšenie pohybovej aktivity

Rozvoju pohybovej aktivity sa venuje pozornosť aj v rámci poradenských centier zdravotnej výchovy a Poradní zdravia pri jednotlivých regionálnych úradoch verejného zdravotníctva v SR. Poradenstvo k pohybovej aktivite sa zahrnulo do všeobecného poradenstva. Boli vybudované špeciálne poradne na zvyšovanie telesnej aktivity. V niektorých poradenských centrách sa podarilo vytvoriť aj samostatné priestory, v ktorých sa pravidelne cvičí s vybranými skupinami obyvateľstva.

Na našom RÚVZ funguje poradňa telesnej aktivity len v rámci základnej poradne, boli k

dispozícii priestory pre telesnú aktivitu klientov, v súčasnosti pre havarijný stav sú mimo prevádzku.

Pri príležitosti „Svetového dňa pohybom ku zdraviu“ sme oslovili a vyzvali k vlastným

aktivitám materské, základné, stredné školy a iné organizácie v našom regióne.

Zamestnanci RÚVZ Lučenec sa priebežne zapájajú do aktivít súvisiacich aj s prevenciou

ochorení pohybového aparátu aj formou „Kampane v zdravom tele zdravý duch“. Je to dobrovoľná forma zvýšenia pohybovej aktivity v rámci úpravy areálu a okolia RÚVZ .

V súvislosti s plnením „Národného programu prevencie obezity a svetového dňa „Pohybom ku zdraviu“ sme oslovili všetky MŠ a ZŠ v regióne Lučenec a Poltár, aby otvorili svoje športoviská (telocvične) pre verejnosť resp. vytvorili aktivity zamerané na šport a pohyb pre deti, vhodne zvolenou a zvládnuteľnou formou.

10.máj – svetový deň - pohybom ku zdraviu – informácie pre klientov poradne zdravia a zamestnancov RÚVZ: meranie tlaku krvi, telesného tuku, BMI , individuálne poradenstvo a distribúcia edukačného materiálu. – informácie prostredníctvom prednášok na Obchodnej akadémii v Lučenci v rámci zdravého životného štýlu a pohybovej aktivity – 60 klientov

 Ozdravenie výživy

Hlavné ciele Programu ozdravenia výživy obyvateľov Slovenskej republiky sú:

* Zlepšiť zdravotný stav a dosiahnuť tak zníženie  prevalencie neprenosných chorôb súvisiacich s výživou, ako sú najmä kardiovaskulárne ochorenia, niektoré onkologické ochorenia ,  diabetes a osteoporóza.
* Zvrátiť  trend obezity u obyvateľstva SR, najmä u detí a mládeže.
* Dosiahnuť zníženie prevalencie deficitu pozitívnych nutrientov vo výžive a dosiahnuť zníženie rizikových faktorov výživy.
* Zvýšiť celkové uvedomenie a pochopenie vplyvu výživy na zdravie človeka a kladného pôsobenia preventívnych zásahov do výživy a stravovania.

Oddelenie podpory zdravia zabezpečuje úlohy v oblasti ozdravenia výživy, zdravého spôsobu života, fyzickej, pohybovej aktivity a prevencie nadváhy a obezity rôznymi strategickými zámermi :

* formou monitoringu zameraného na preventívne vyšetrenie klientov v poradni zdravia, kde sa okrem anamnestických údajov, antropometrických vyšetrení, meria TK, pulz, BMI, telesný tuk a zisťujú sa v krvi základné biochemické parametre – cholesterol, glukóza, triacylglyceroly. Ide o vyšetrenie nových klientov a klientov dispenzarizovaných, ako aj klientov zaradených do úlohy OHV - výživový stav obyvateľstva
* formou monitoringu zameraného na preventívne vyšetrenie klientov počas výjazdu pracovníkov OPZ k cieľovým skupinám rôznych vekových kategórii, s rôznym vzdelaním a povolaním
* podľa zistených výsledkov vyšetrenia sa realizuje poradenstvo zamerané na oblasť výživy, zdravého spôsobu života a životného štýlu, zvýšenia pohybovej aktivity, využitia správnej výživy ako veľmi významného faktoru prevencie metabolických, onkologických, kardiovaskulárnych ochorení a pre redukciu nadváhy a obezity
* zvyšujeme záujem o poradňu zdravia nielen pre klientov strednej a staršej vekovej kategórie, ale aj pre nižšie vekové skupiny obyvateľov, ako aj klientov s nižším vzdelaním a zo slabšej sociálnej oblasti, zatiaľ sa to darí len pri výjazdoch k takýmto cieľovým skupinám

V podpore zvrátenia trendu obezity realizujeme výchovné aktivity zamerané na zdravý životný štýl, správne výživové návyky a zásady racionálnej výživy, pohybové aktivity formou individuálneho poradenstva a prednáškami a besedami pre širokú klientelu:

* materské školy, základné a stredné školy /zdravotno-výchovné pôsobenie na deti a adolescentov, inštruktáže pre pedagógov a atď./
* dôchodcov v domovoch dôchodcov, v kluboch dôchodcov / správne stravovacie návyky, potraviny s nízkym obsahom tuku, cholesterolu a cukrov, pitný režim a význam prijímania dostatočného množstva vhodných nápojov najmä v letnom období, dostatok pohybu a podobne /.

Pre zvýšenie zdravotného uvedomenia občanov v produktívnom a poproduktívnom veku je dôležité, aby pochopili vplyv výživy na zdravie človeka, aby vedeli čo to je zdravá výživa, zdravý životný štýl, ktorý vedie k zlepšeniu celkového zdravotného stavu a pomáha predchádzať vážnym ochoreniam. Edukácia v oblasti výživy a pohybu musí byť súčasťou programov boja proti obezite a nadváhe a dosiahne sa len zmenou stravovacích návykov, pohybových návykov, zvýši sa fyzická kondícia, tým sa zníži telesná hmotnosť a podporuje sa telesné a duševné zdravie. Rozvoj vedomostnej úrovne zabezpečujeme :

* realizáciou poradenstva klientom v oblasti zdravého spôsobu života s cieľom redukovať nadváhu
* prednáškami, besedami o správnej výžive a boji proti nadváhe a obezite pre všetky vekové kategórie
* poskytovaním zdravotno-výchovných materiálov pre klientov poradní zdravia
* organizovaním Dňa otvorených dverí v poradni zdravia pri príležitosti Svetového dňa výživy
* aktívnou účasťou pracovníkov poradne zdravia na dňoch zdravia zamestnancov firiem a organizácii v regióne / Klub psoriatikov/, ŠZŠ Lučenec, súčinnosťou so ZŠ a MŠ v regióne mesta Lučenec a Poltár, spoluprácou s mestskými úradmi Lučenec, Poltár, Fiľakovo, a tiež s občianskymi združeniami a nadáciami na národnej a regionálnej úrovni
* informovaním a spoluprácou s médiami v tejto oblasti

V spolupráci s oddelením hygieny výživy každoročne pracujeme na projekte výživový stav obyvateľstva – 40 respondentov v rôznych vekových skupinách, s ktorými aktívne vyplníme dotazník a zrealizujeme kompletné biochemické vyšetrenie.

Na základných a stredných školách robíme prednášky spojené s besedami o význame správnej výživy a nebezpečenstve obezity. Vykonali sme prednášky na túto tému na ŠZŠ Lučenec, , ZŠ - Haličská 8, ZŠ  Haličská 7 - zdravá výživa.

Pre seniorov organizovaných v kluboch dôchodcov Lučenec, Fiľakovo, Vidiná,  DDaSS Sušany a Jednota dôchodcov Lučenec a Klub psoriatikov v Lučenci boli zabezpečené prednášky o správnej výžive, zdravom stravovaní, o chorobách z potravín, o význame pitného režimu pre ľudí nad 65 rokov najmä v horúcich letných mesiacoch.

Organizovali sme deň zdravia pre zamestnancov ZŠ, ŠZŠ v Lučenci a pre širokú verejnosť.

**V rámci projektu 65+ sme vykonali aktivity v týchto organizáciách :**

* Domov dôchodcov a sociálnych služieb Sušany

odborná prednáška pre klientov DDaSS na témy :

04.10.2018 – Očkovanie v staršom veku – 32 klientov

Prednáška bola spojená s diskusiou k danej problematike a odborným poradenstvom diskutujúcim, meraním krvného tlaku a distribúciou zdravotne – výchovného materiálu

* DDaSS Libertas Lučenec

15.03.2018 – Pamäť a logické myslenie v staršom veku - príprava a distribúcia edukačných materiálov a prednášková činnosť v rámci Týždňa mozgu – letáky, logické hádanky, pracovné listy na trénovanie pamäti – 52 klientov

25.10.2018 – Pohybová aktivita ako prevencia vzniku osteoporíozy a pádov seniorov - prednáška, príprava a distribúcia edukačných materiálov, meranie TK, TT%, spirometria - 30 klientov

15.11.2018 – Seniori a cukrovka - príprava a distribúcia edukačných materiálov, meranie TK, TT%, - 42 klientov

* Klub dôchodcov v Lučenci , Spoločnosť psoriatikov v Lučenci

14 –20. marec - Týždeň uvedomenia si mozgu – medzinárodná akcia – propagovaná v rámci projektu Mám 65+ a teší ma že žijem zdravo. Jej hlavným zámerom bolo zvýšiť záujem verejnosti a najmä starších ľudí o zdravé starnutie, prevenciu mozgových pamäťových schopnosti človeka.

15.marec – prednášková činnosť, tréning mozgu - logické hádanky pre seniorov, matematické úlohy, meranie krvného tlaku, príprava a distribúcia edukačného materiálu – 21 klientov.

05.09.2018 – Mozog a Alzheimerova choroba - príprava a distribúcia edukačného materiálu – 32 klientov

19.10.2018 – Duševné zdravie u seniorov - príprava a distribúcia edukačného materiálu – 19 klientov

* **Klub dôchodcov vo Vidinej**

06.09.2018 – Ochorenia mozgu, Alzheimerova choroba - prednáška ,individuálne poradenstvo a meranie tlaku krvi – 24 klientov

* **Komunitné centrum – Veľké Dravce**

23.08.2018 - zdravý životný štýl v prevencii nádorových ochorení - prednáška, príprava a distribúcia edukačného materiálu – 27 klientov

25.09.2018 – Fetálny alkoholový syndróm – pezentácia - 12 klientov

* **Klub dôchodcov Mikušovce**

11.10.2018 – prednáška na tému Očkovanie a pohybová aktivita seniorov, príprava a distribúcia edukačného materiálu, vyšetrenie cholesterolu, meranie TK, TT%, BMI a poradenstvo - 15 klientov

Okrem skupinových aktivít sme poskytovali individuálne poradenstvo v poradni zdravia v oblasti znižovania hladiny cholesterolu a pohybovej aktivity u seniorov.

 Zdravá rodina

Individuálnym poradenstvom sa vykonáva výchova a vzdelávanie matiek v oblasti zdravého životného štýlu. Edukáciou matiek ovplyvňujeme a meníme životný štýl celej rodiny. Vzdelaná mama ďalej vzdeláva svoju rodinu a zdravé návyky prenáša do výchovy dieťaťa. Vzdelaná a zdravá rodina je základom pre prosperujúcu spoločnosť.

Prednášky o zdravom životnom štýle detí aj dospelých boli len ojedinele realizované v už existujúcich materských centrách, táto spolupráca postupne viazne, pre nezáujem zo strany materských centier. Súčasťou spolupráce zostáva distribúcia zdravotníckych materiálov a informačných letákov.

Edičné materiály a DVD nosiče boli distribuované pre deti v rámci stomatohygieny ako doplnok edukačnej činnosti v materských školách. Edičné materiály boli rozdané na materských školách v okrese Lučenec a Poltár .

V rámci edukačnej činnosti v materských školách a prvý stupeň ZŠ sme premietali DVD „O maškrtnej veveričke, Čo sa stalo medvedíkovi a Lakomý syseľ“ a po premietaní sme realizovali besedu s deťmi na tému – zdravé a čisté zúbky, ovocie zelenina – sladkosti. Súčasťou projektu boli ukážky modelov zubov a predvádzanie techník ich správneho čistenia.

25.06.2018 - ŠZŠ - Lučenec - prednáška, beseda, DVD rozprávka, príprava a distribúcia

edukačného materiálu – 45 detí

26.06.2018 – MŠ pre Tomášovce - edukačná aktivita - prednáška, beseda, DVD rozprávka, príprava a distribúcia edukačného materiálu –17 detí

15.11.2018 – ZŠ Lovinobaňa - edukačná aktivita – Zdravé zúbky - prednáška, beseda, DVD rozprávka, príprava a distribúcia edukačného materiálu –30 detí

16.11.2018 – ZŠ Lovinobaňa - edukačná aktivita – Zdravé zúbky - prednáška, beseda, DVD rozprávka, príprava a distribúcia edukačného materiálu –35 detí

 Znevýhodnené skupiny

 Riešiteľskými pracoviskami tohto projektu boli vybrané RÚVZ v SR, medzi ktoré

 RÚVZ so sídlom v Lučenci nepatrí, preto tento projekt nerealizujeme.

S koordinátormi a asistentmi v spádovej oblasti RÚVZ Lučenec (Poltár, Fiľakovo) sme v kontakte vďaka našej iniciatíve. Aktivity v roku 2018 v tomto projekte sme nerealizovali.

**2. Verejné kampane a zdravotne–výchovné aktivity pri príležitosti významných dní**

Pri príležitosti všetkých významných dní SZO v priestoroch RÚVZ Lučenec robíme nástenky a prípadne distribuujeme informačné materiály podľa cieľových skupín do zdravotníckych zariadení, škôl, do seniorských klubov a pod. Významné dni SZO a podujatia k nim sú propagované mestským rozhlasom a elektronickou poštou sú rozposlané informácie na obecné úrady v okrese Lučenec a Poltár.

4. február -Svetový deň proti rakovine - propagácia na paneloch v budove RÚVZ Lučenec, a v mestskom rozhlase.

**12.-18. marec – týždeň mozgu**

13. marec – PaSA Lučenec- Mozog, tajomstvo života, ukážka zábavných logických úloh na tréning pamäti, pracovné listy- 15 študentov

15. marec- Pamäť a logické myslenie- prednáška pre seniorov DDaSS Lučenec - ukážka zábavných logických úloh na tréning pamäti, pracovné listy- 52 klientov

16. marec – prednáška pre zamestnancov RÚVZ - Mozog, tajomstvo života, ukážka zábavných logických úloh na tréning pamäti, pracovné listy- 20 klientov

12. marec – deň otvorených - dverí na oddelení podpory zdravia, meranie základných biochemických ukazovateľov (Chol, Gl , Tg), meranie tlaku krvi, telesného tuku, BMI, individuálne poradenstvo, antropometrické merania, spirometria a distribúcia zdravotno-výchovného materiálu 10 klientov

**7. apríl – svetový deň zdravia** – prevencia nadváhy a obezity deň otvorených dverí na oddelení podpory zdravia , meranie základných biochemických ukazovateľov (Chol, Gl, Tg), meranie tlaku krvi, telesného tuku, BMI, individuálne poradenstvo, antropometrické merania, spirometria a distribúcia zdravotno-výchovného materiálu -20 klientov

10. máj – svetový deň pohybom ku zdraviu- informácie pre klientov poradne zdravia

- Propagácia svetového dňa Pohybom ku zdraviu - na webovej stránke RÚVZ Lučenec, na paneloch a v mestskom rozhlase.

- Deň pohybu pre zamestnancov RÚVZ v Lučenci – 04.05.2018 – areál RÚVZ - 23 účastníkov

- Edukačná aktivita pre študentov stredných škôl - Pohyb a zdravie - príprava a distribúcia edukačného materiálu, beseda - 23.05.2018- OA Lučenec- 60 klientov

- Aktivita mobilnej poradne zdravia na Športovom dni Obchodnej akadémii v Lučenci- 23.05.2018 - športový areál, vyšetrenie základných biochemických parametrov: cholesterol, TK, TT %, WHTR, BMI, spirometria a distribúcia edukačných materiálov – 20 klientov (študenti, pedagógovia).

31.máj - svetový deň bez tabaku – Svetový deň bez tabaku sme propagovali klientom

pri poradenských a ZV aktivitách - odborné poradenstvo, meranie krvného tlaku, telesného tuku, vyšetrenie obsahu CO vo vydychovanom vzduchu prístrojom smokerlyzer .

Ďalšie realizované aktivity :

- informácie na nástenkách v priestoroch RÚVZ

- propagačné materiály do škôl a verejné priestory

- prednášky, besedy

30.05.- 05.06.2018 – SOU Technická Lučenec - Prevencia fajčenia – príprava a distribúcia edukačného materiálu – 20 študentov

**21.september – Svetový deň Alzheimerovej choroby –** distribúcia zdravotno – výchovného materiálu a prednáška na danú tému - MÚ Poltár.

10. október – svetový deň duševného zdravia – distribúcia zdravotno – výchovného materiálu a informácie pre zamestnancov RÚVZ LC.

16.október – svetový deň potravy – Čarovné farby ovocia – prednáška a distribúcia edukačného materiálu pre žiakov ZŠ Štefánika v Lučenci (5.6 trieda - 60 žiakov)

20. október - svetový deň osteoporózy, v rámci svetového dňa osteoporózy sme poskytovali individuálne poradenstvo v poradni zdravia v oblasti znižovania hladiny cholesterolu a pohybovej aktivity u seniorov.

25.10.2018 – Pohybová aktivita ako prevencia vzniku osteoporíozy a pádov seniorov - prednáška, príprava a distribúcia edukačných materiálov, meranie TK, TT%, spirometria - 30 klientov

14. november - Svetový deň diabetu

počas mesiaca november v rámci svetového dňa diabetu 2018 sme realizovali nasledovné výchovno- vzdelávacie aktivity:

- informácie na nástenke v budove RÚVZ, informácie v mestskom rozhlase

15.11.2018 – DDaSS Lučenec - Seniori a cukrovka – prednáška, meranie TK, TT%, príprava a distribúcia edukačného materiálu – 42 klientov

16.11.2018 – Fakty o cukrovke – prednáška pre študentov PaSa v Lučenci- 16 študentov

19.11.2018 – Zdravé stravovanie a cukrovka v detskom veku – prednáška pre žiakov ZŠ Haličská cesta 7, Lučenec – 6.ročník 23 žiakov, 5. ročník- 27 žiakov

10.12.2018 – Novodobý strašiak cukrovka – prednáška pre verejnosť – Novohradské osvetové stredisko v Lučenci -53

Európsky týždeň boja proti drogám

RÚVZ so sídlom v Lučenci Oddelenie podpory zdravia v rámci Európskeho týždňa boja proti drogám realizoval nasledovné výchovne - vzdelávacie aktivity:

* Propagácia Európskeho týždňa boja proti drogám - na paneloch v budove RÚVZ a v mestskom rozhlase
* Edukačná aktivita pre študentov základných škôl :

15.11.2018 - ZŠ Lovinobaňa – 1.2.3.4. ročníky – Naše zdravie a biele zúbky - príprava a distribúcia edukačného materiálu, prednáška a beseda – 65 detí

16.11.2018 - ZŠ Lovinobaňa –5.6.7.8.9. ročníky - Prevencia fajčenia – 72 detí

* 27.11.2018 - ŠZŠ Lučenec – Kde bolo tam bolo, fajčenie škodilo- beseda, príprava a distribúcia edukačného materiálu – 49 detí

**01. december - svetový deň AIDS,** edukačná aktivita, prednášky, besedy, premietanie DVD filmu -sexuálne prenosné infekcie, príprava a distribúcia edukačného materiálu –

V rámci zdravotno-výchovných akcií boli organizované „**dni zdravia**“ :

2. február – ZŠ Haličská 8, Lučenec - meranie TK, TT, BMI, celkového cholesterolu, glukózy, antropometrické merania, spirometria , individuálne poradenstvo, príprava a distribúcia edukačného materiálu - 36 klientov

6. marec – ŠZŠ Lučenec –– meranie TK, TT, BMI, celkového cholesterolu, glukózy, antropometrické merania, spirometria , individuálne poradenstvo, príprava a distribúcia edukačného materiálu - 6 klientov

17. máj – Klub dôchodcov Vidiná - meranie TK, %TT, BMI, WHTR, celkového cholesterolu, antropometrické merania, spirometria, individuálne poradenstvo, príprava a distribúcia edukačného materiálu - 12 klientov

23. máj – Obchodná akadémia v Lučenci - meranie TK, %TT, BMI, WHTR, MM/kg, MQ, PHY, BN, VF, BM/kcal, M- age, TBW %, celkového cholesterolu, antropometrické merania, spirometria, individuálne poradenstvo, príprava a distribúcia edukačného materiálu - 20 klientov

23. august – KC Veľké Dravce - meranie TK, TT, BMI, antropometrické merania, spirometria , individuálne poradenstvo, príprava a distribúcia edukačného materiálu - 27 klientov

05. september – Spoločnosť psoriatikov - meranie TK, TT, BMI, antropometrické merania, spirometria , individuálne poradenstvo, príprava a distribúcia edukačného materiálu - 32 klientov

04. október – DDaSS Sušany - meranie TK, TT, BMI, individuálne poradenstvo, príprava a distribúcia edukačného materiálu - 32 klientov

15. november – DdaSS Lučenec - meranie TK, TT, BMI, antropometrické merania, spirometria , individuálne poradenstvo, príprava a distribúcia edukačného materiálu - 42 klientov

10. december – Novohradské osvetové stredisko - meranie TK, TT, BMI, , individuálne poradenstvo, príprava a distribúcia edukačného materiálu - 52 klientov

V spolupráci so základnými školami a materskými školami sa realizovali prednáškové bloky na tému Význam ovocia a zeleniny. Prednášky boli spojené s distribúciou zdravotno-výchovného materiálu.

**BECEP** – bezpečnosť cestnej premávky – poskytnuté edukačné materiály sme využili na rôznych aktivitách realizovaných na MŠ, ŠZŠ v Lučenci v kluboch dôchodcov a na verejných podujatiach.

 Zdravotno-výchovné pôsobenie u detí predškolského veku – stomatohygiena

Intenzívnu primárnu prevenciu zubného kazu je potrebné robiť už v útlom veku. Predškolský vek je optimálny aj z vývinovo – psychologického hľadiska, kedy si dieťa relatívne ľahko osvojuje nové návyky a spôsoby správania. Intervenčné, zdravotne – edukačné pôsobenie u detí v materských školách spojené s nácvikom správnej techniky umývania zubov má pozitívnu odozvu zo strany detí, učiteliek MŠ a rodičov.

V rámci edukačnej činnosti v materských školách a prvý stupeň ZŠ sme premietali DVD filmy „O maškrtnej veveričke, Čo sa stalo medvedíkovi a Lakomý syseľ “ a po premietaní, sme realizovali besedu s deťmi na tému – zdravé a čisté zúbky, ovocie zelenina a sladkosti.

25.06.2018 - ŠZŠ - Lučenec - prednáška, beseda, DVD rozprávka, príprava a distribúcia edukačného materiálu – 45 detí

26.06.2018 – MŠ pre Tomášovce - edukačná aktivita - prednáška, beseda, DVD rozprávka, príprava a distribúcia edukačného materiálu –17 detí

15.11.2018 – ZŠ Lovinobaňa - edukačná aktivita – Zdravé zúbky - prednáška, beseda, DVD rozprávka, príprava a distribúcia edukačného materiálu –30 detí

16.11.2018 – ZŠ Lovinobaňa - edukačná aktivita – Zdravé zúbky - prednáška, beseda, DVD rozprávka, príprava a distribúcia edukačného materiálu –35 detí

3. Výskumná a prieskumná činnosť

„Sledovanie výživového stavu vybraných skupín dospelej populácie SR“

OPZ v spolupráci s oddelením hygieny výživy pracovalo na projekte „Sledovanie výživového stavu vybraných skupín dospelej populácie SR“- antropometrické a biochemické vyšetrenie, vyplňovanie dotazníkov, odborné poradenstvo po získaní výsledkov a individuálna intervencia (40 respondentov).

Projekt **Zdravé komunity**

Riešiteľskými pracoviskami tohto projektu boli vybrané RÚVZ v SR, medzi ktoré RÚVZ so sídlom v Lučenci nepatrí, preto tento projekt nerealizujeme.

S koordinátormi a asistentmi v spádovej oblasti RÚVZ Lučenec (Poltár, Fiľakovo) sme v kontakte vďaka našej iniciatíve. V hodnotenom roku neboli vykazované aktivity v tomto projekte.

Projekt „Viem čo zjem“

14.09.2018 – pracovná porada na RÚVZ Nové Zámky – k projektu Viem čo zjem

12.11.2018 - ZŠ Haličská 8 – 7.A, 7.Š (22+ 22 žiakov) - prednáška, beseda, pracovné listy a dotazník

13.11.2018 - ZŠ Haličská 8 – 7.M (22 žiakov) - prednáška, beseda, pracovné listy a dotazník

16.11.2018 - ZŠ Haličská 7 –4.A, 5.B (45 žiakov) - prednáška, beseda, pracovné listy a dotazník

19.11.2018 - ZŠ Haličská 7 – 3.A, 4.B, 5.A, 6.A (75 žiakov) - prednáška, beseda, pracovné listy a dotazník

20.11.2018 - ZŠ Haličská 7 – 3.B, 6.B (47 žiakov) - prednáška, beseda, pracovné listy

4. Ďalšie špecifické programy, projekty alebo úlohy riešené na regionálnej úrovni

Programy a projekty ÚVZ SR na rok 2018 – odpočet plnenia bol odoslaný. Výkaznicka tabuľka oddelenia podpory zdravia za rok 2018 bola spracovaná a odoslaná.

 **Program „Ovocie a zelenina do škôl“-** **Projekt „Školský program 2018“**

V rámci programu sme realizovali v školských zariadeniach intervenciu zameranú na oblasť výživových zvyklostí – besedy a prednášky na tému „Význam ovocia a zeleniny v strave“, “Výživa a pitný režim“, „Zdravá výživa“ pre žiakov a rodičov. Prednáška na tému „Vitamíny hravo zdravo“ bola určená pre deti predškolské zariadenia.

Dotazníkový prieskum sme realizovali na ZŠ Cinobaňa – vidiek, a na ZŠ Vajanského Lučenec – mesto. Cieľovými skupinami boli rodičia detí 1.2.3.4.5. ročníkov v počte po 10 respondentov. Celkový počet vyplnených dotazníkov – 100 kusov – boli nahodené do programu – masky, a odoslané na ďalšie spracovanie na RÚVZ Banská Bystrica.

Linka pomoci na odvykanie od fajčenia

Od 10.09.2018 do 22.09.2018 sme zabezpečili linku na odvykanie od fajčenia. Evidovali sme 69 prijatých hovorov, z ktorých bolo 22 opodstatnených. Volajúci podľa pohlavia : Muži:11, ženy :11. Počet neprijatých hovorov počas vypnutia: 68. Počet neprijatých hovorov počas víkendov: 25.

**Národný akčný plán pre problémy s alkoholom (NAPPA)**

Osvetovo – vzdelávacie pôsobenie vo forme besied, premietanie DVD filmu s názvom „Alkohol, skrytý nepriateľ“ a distribúcia zdravotne–výchovného materiálu na ZŠ v okrese Lučenec a Poltár.

Kontrola tabaku

 Sledovanie a hodnotenie výkonu kontroly zákona o ochrane nefajčiarov na

 základe oznámení kontrolných inštitúcií

Oddelenie výchovy k zdraviu sumarizuje každý mesiac výsledky kontrol, polročne podáva informácie za RÚVZ Lučenec o počte vykonaných kontrol zameraných na dodržiavanie zákona o ochrane nefajčiarov. Za sledované obdobie (rok 2018 ) bolo vykonaných 544 kontrol fajčenia v zariadeniach, v ktorých sa vykonáva štátny dozor.

Hygiena detí a mládeže : 76

Hygiena výživy : 247

Hygiena životného prostredia: 78

Epidemiológia : 12

Preventívne pracovné lekárstvo: 131

5. Spolupráca so štátnym, verejným, súkromným a tretím sektorom

Pri plnení úlohy „Kontrola tabaku“ je oddelenie gestorom a spolupracuje so všetkými terénnymi oddeleniami RÚVZ.

V rámci RÚVZ spolupracuje každoročne OPZ s oddelením HV na projekte „Sledovanie výživového stavu vybraných skupín obyvateľstva dospelej populácie SR “.

S oddelením HDM oddelenie OZP spolupracovalo na projekte: „Zúbky “, monitorovanie zdravotného stavu orálneho zdravia, zdravotne–výchovné pôsobenie u detí predškolského veku a na  projekte „Program ovocie a zelenina do škôl“ .

Spolupracujeme pri sledovaní výskytu chronických neinfekčných /infekčných/, AIDS, ako aj HIV pozitívnych ochorení a  pri riešení niektorých spoločných projektov s epidemiologickým oddelením, zúčastňujeme sa na odborných konferenciách a seminároch v danej tematike.

V poslednom období viazne spolupráca s ambulanciami I. kontaktu a niektorými odbornými ambulanciami pri propagácii zdravého životného štýlu, životosprávy pri jednotlivých chorobách a boja proti fajčeniu a alkoholizmu (distribúcie osvetových edukačných materiálov je jedna z ciest prevencie, často je pre lekárov prvého kontaktu dostupnejšia prostredníctvom rôznych dílerov). Lekár poradne zdravia odporúča klientom s opakovane zvýšenými parametrami výsledkov biochemických a fyzikálnych vyšetrení po konzultácii návštevu ich obvodného lekára. Individuálne konzultuje problematiku týkajúcu sa odvykania od fajčenia, abstinenciu, ďalej vykonáva poradenstvo pre príslušníkov rodín klientov ohrozených metabolickým syndrómom (hypertenzia, obezita, vysoké hodnoty cholesterolu, glukózy, triacylglycerolu.

Informačné materiály, letáky, osvetové zdravotnícke propagačné materiály s aktuálnou zdravotníckou tematikou boli distribuované do ambulancií obvodným lekárom a lekárom pre deti a dorast a do školských a predškolských zariadení.

Lekár poradne zdravia pri spracovaní odborných podkladov pri šetrení chorôb z povolania, komunikuje aktívne s pobočkami Sociálnej poisťovne /LC, BB, ZV, HN), Klinikami pracovného lekárstva a toxikológie v SR, Dermatovenerologickými klinikami a podobne.

Spolupracujeme s Novohradským osvetovým strediskom hlavne pri organizovaní spoločných prednáškových podujatiach na ZŠ a SŠ, ale aj pri vzájomných partnerských konzultáciách a informovaní sa, o vlastných podujatiach.

Aktívna je spolupráca so Všeobecnou zdravotnou poisťovňou a.s. pobočka Lučenec. Dobrú spoluprácu máme i s Nadáciou srdca so sídlom v Bratislave, Ligou za duševné zdravie a Nadáciou Memory .Aktívna je tiež spolupráca so Zväzom diabetikov, Klubom reumatikov (Liga proti reumatizmu), Jednotou dôchodcov, klubmi dôchodcov z okresu Lučenec a Poltár, DDaSS Sušany, Centrom poradensko – psychologických služieb, so samosprávou – starostami obcí okresu Lučenec a Poltár, prednostom OÚ Lučenec a primátormi MsÚ Lučenec a Poltár, V rámci prevencie spolupracujeme s pedagógmi, s riaditeľmi predškolských a školských zariadení..

V rámci Európskeho týždňa boja proti rakovine spolupracuje OPZaVkZ s Okresným združením telesnej kultúry, Ligou proti rakovine, s MsÚ Lučenec prostredníctvom regionálnych médií a to Novohradské noviny, mestské noviny a mestský rozhlas.

V  mestskom rozhlase boli uverejnené články na tému Svetový deň vody, Európsky imunizačný týždeň, Kampaň MOST - Svetový deň srdca, Alzheimerova choroba, Ústne zdravie, Zaočkovanosť detskej populácie a chrípka, Svetový deň diabetu a pod.

6. Iné činnosti odboru (legislatíva , členstvo v pracovných skupinách, organizovanie

 konferencií, seminárov)

* zdravotne - výchovné aktivity v ZŠ regiónu, doplnené edukačným materiálom podľa aktuálnych priorít a cieľov
* dopravná výchova v MŠ a ZŠ v spolupráci s príslušníkmi polície
* vyhodnotenie kampaní ( Most, Týždeň mozgu, Svetový deň bez tabaku, Svetový deň diabetu, Alzheimerova choroba, atď. )
* pravidelné aktivity, prednášky v DDaSS, podľa projektu „Žiť zdravší a kvalitnejší život v staršom veku“ alebo „mám 65+ a teší ma, že žijem zdravo“
* mediálna informovanosť obyvateľov regiónu o aktuálnom dianí a problematike v oblasti ochrany a podpory zdravia
* evidencia, editácia, distribúcia vlastných a prebratých zdravotno-výchovných materiálov
* vypracovanie správ z akcií, vyhodnotenie plnených projektov a programov, hlavných úloh, vypracovanie výročnej správy, výkazníctvo
* zabezpečenie činnosti v nadstavbových poradniach, spolupráca s oddeleniami regionálneho úradu pri riešení ich programov a projektov
* mesačné spracovanie správ ohľadom vykonaných kontrol fajčenia príslušným oddeleniami RÚVZ
* vedenie dokumentácie, evidencia výchovných materiálov, vedenie inventáru
* účasť na vzdelávacích akciách, štúdium a individuálne vzdelávanie a zvyšovanie kvalifikácie
* intervencia do životného štýlu našich klientov prináša zlepšenie ich zdravia
* naším cieľom je vzbudiť u občanov regiónu záujem o svoje zdravie

 7. Činnosť poradenského centra ochrany a podpory zdravia

Pracovníci oddelenia podpory zdravia a PCZ poskytovali poradenskú činnosť, sledovali a hodnotili zdravotný stav obyvateľstva, vykonávali výchovu k zdraviu a spolupracovali s inštitúciami, ktoré sú zodpovedné a zainteresované na zdravom vývoji obyvateľstva. V rámci personálnych kapacít, ako aj prístrojového a materiálového zabezpečenia zodpovedne pristupovali k plneniu hlavných úloh, programov a projektov na úseku ochrany, podpory a rozvoja verejného zdravia.

Cieľom činnosti poradenského centra a poradne na ochranu a podporu zdravia je sledovať zdravotný stav obyvateľov, identifikovať rizikové faktory, ktoré negatívne vplývajú na zdravie ľudí, analyzovať ukazovatele zdravotného stavu, monitoring vzťahu determinantov zdravia a verejného zdravia, vychovávať obyvateľov k zdravému spôsobu života, určovať priority pri plnení programov a projektov, poskytovať informácie a poradenskú činnosť v otázkach prevencie chronických chorôb, motivovať obyvateľov k návykom zameraných na ochranu, podporu a rozvoj zdravia, zabezpečiť publikačnú činnosť vedúcu k výchovným metódam a praktikám, navrhovať a presadzovať legislatívne normy.

* 1. Základná poradňa

Základná poradňa pracuje v rozsahu: anamnestické údaje, antropometrické vyšetrenie, meranie TK a pulz, BMI, biochemické vyšetrenie na Reflotrone, cholesterol, glukóza, triglyceridy ,meranie podielu telesného tuku na celkovej hmotnosti, analýza zistených výsledkov a údajov, poradenstvo štandardné alebo podľa požiadaviek či potrieb klientov, v prípade potreby aj individuálne sedenie psychoterapeuticky zamerané. Základná poradňa pracuje denne podľa objednania klientov .

Základná poradňa zdravia je zameraná na zdravý spôsob života vo všeobecnosti a podľa individuálnych potrieb klientov na špecifické rizikové faktory chronických ochorení, predovšetkým na rizikové faktory ako je fajčenie, alkoholizmus, drogy, nedostatok pohybovej aktivity, na nezdravé stravovanie, zlý životný štýl, nedostatočný príjem vhodných nápojov ( občerstvujúcich, uhrádzajúcich ) a stres.

V rámci poradne zdravia v roku 2018 bolo 179 klientov prvovyšetrených a 37 kontrolných vyšetrení.

Poradňa zdravia pôsobila aj na výjazdoch (10), kde bolo vyšetrených 270 klientov, u ktorých neboli získané osobné údaje a vyšetrenie nebolo vykonané za štandardných podmienok (cholesterol, glukóza, štandardné meranie krvného tlaku, % telesného tuku, BMI, spirometria, obsah CO vo vydychovanom vzduchu a v niektorých prípadoch aj celkové biochemické vyšetrenie).

Záujem o vyšetrenia u oboch pohlaví prejavovali tradične najmä príslušníci stredných a vyšších vekových kategórií so stredoškolským a vysokoškolským vzdelaním.

Z vyhodnotenia hodnôt celkového cholesterolu a TK sa dá usudzovať, že riziko stúpa s vekom, čo je vidieť už u vekovej skupiny 35 – 44 ročných u oboch pohlaví.

Podobne nepriaznivý vývoj vzhľadom k možnému KV riziku je vidieť aj u hodnôt BMI a WHR.

Prístrojom Reflotron bolo v poradni zdravia (TZS) vykonaných 999 biochemických vyšetrení, 132 meraní krvného tlaku, a % TT 117. Pri výjazdoch bolo vykonaných 270 meraní krvného tlaku.

Potešujúca je efektívnosť opakovaných návštev poradne zdravia u klientov, u ktorých boli namerané hodnoty pri prvých vyšetreniach nad hraničné limity.

Súbor vyšetrených nemá reprezentatívny charakter, jeho vytvorenie záviselo od spontánneho záujmu klientov, nie od presne stanovených kritérií výberu, ktoré by odrážali charakteristiky a zastúpenie celej populácie.

Činnosť poradne zdravia je opodstatnená, je výrazným motivačným činiteľom, zdrojom informácií, poradenstva a podpory, nefarmakologickej terapie a často nad rámec primárnej prevencie aj včasnej diagnostiky dosiaľ nezistených porúch zdravia ešte pred návštevou zariadení klinických pracovísk.

 7.2 Nadstavbové poradne

Nadstavbové poradne sú suplované v rámci základnej poradne a vykonávajú ju odborní pracovníci OPZ. Podľa aktuálnej situácie bolo poskytnuté individuálne poradenstvo na odvykanie od fajčenia 22 klientom, v poradni zdravej výživy 40 klientom, poradňa ochrany a podpory zdravia pri práci prešetrila 30 klientov, okrem aktivít pri výjazdoch (hodnotenie v inej časti VS). Prešetrenie nových prípadov ohrozenia zdravia pri práci, zamestnanci získajú informácie o vplyve práci na ich zdravie, konzultujú pracovné zaradenie vo vzťahu k zníženému pracovnému potenciálu, resp. ich ďalšie možnosti podľa platnej legislatívy v oblasti ochrany zdravia pri práci – 14 klientov. Individuálne poradenstvo – poradenstvo klientom v oblasti ochrany zdravia pri práci, zásady organizácie práce a spôsobu života vo vzťahu ku zdraviu / najmä samostatne zárobkovo činné osoby, malí živnostníci a fyzické osoby oprávnené na podnikanie pri zriaďovaní chránených pracovísk a dielní, vo vzťahu ku zdravotnému stavu /.

 Návrhy na zlepšenie kvality práce OPZaVkZ

* zabezpečenie zdrojov na realizáciu a distribúciu dostatočného množstva propagačných materiálov potrebných pre činnosť poradne zdravia so zameraním na zdravý životný štýl, správnu výživu a pohybovú aktivitu
* zabezpečiť zdroje na zlepšenie materiálneho zabezpečenia a prístrojového vybavenia poradní zdravia pre zintenzívnenie a zvýšenie kvality výkonov preventívnych vyšetrení klientov
* rozvíjať spoluprácu s ostatnými orgánmi na celoslovenskej úrovni, ktorí sú tiež zodpovední za oblasť zdravotno-výchovného pôsobenia so zameraním na civilizačne ochorenia, tak ako sa uvádza v schválenej koncepcii odboru ZV

 Tabuľka č. 1

Personálne obsadenie Odboru (oddelenia) podpory zdravia a Poradenského centra ochrany a podpory zdravia

RÚVZ tab. č. 1

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Pracovníci | Odbornosť - kvalifikácia (špecializačná skúška) | prac. miesta | Počet  |
|   |   |  úväzok | osôb |
| Ved. odboru/oddelenia |  lekár – špec. pracovné lekárstvo | 1,0  | 1  |
| Lekár - metodológ |   |   |   |
| Verejný zdravotník I. stupňa |   |   |   |
| Verejný zdravotník II. stupňa |   |  |  |
| DAHE |  |  |  |
| AHE |   |   |   |
| Zdravotná sestra |  |  |  |
| Iný zdravotnícky pracovník |   |  |   |
| Iný nezdravotnícky pracovník  |   |  1,0  |  1  |
| S P O L U |   |   | 2  |

Intervenčné a zdravotno-výchovné aktivity odboru podpory zdravia v roku 2018

 tab.č.2

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Poradové číslo | NÁZOV AKTIVITY | Počty aktivít/poslucháčov vzhľadom k jednotlivým cieľovým skupinám  |
|
|
| deti a mládež | produktívny vek | poproduktívny vek | SPOLU |
| počet aktivít | počet poslucháčov | počet aktivít | počet poslucháčov | počet aktivít | počet poslucháčov | počet aktivít | počet poslucháčov |
| 1. | Realizácia besied, prednášok a iných zdravotno- výchovných metód ( panelová diskusia, tvorivé dielne, bábka, interaktívne hry súťaže, kampane...) pre vybrané cieľové skupiny obyvateľstva so zameraním na zdravotnú osvetu a zvyšovanie zdravotného uvedomenia | Zvýšenie pohybovej aktivity |  9 |  270 | 1 | 23 | 2  | 62 | 12  | 355 |
| Ozdravenie výživy a zlepšenie  pitného režimu  | 12 | 364 | 2  | 42  |   |   |  14 | 406 |
| Prevencia sociálne patologických javov |  6 | 123  | 2  | 38  |  |   | 8  | 161  |
| - Fajčenie |
| - Alkohol |  5 | 141  |   |   |   |   | 5  | 141  |
| - Drogy – látkové závislosti | 2 | 79  |   |   |   |   | 2 | 79 |
|  - nelátkové závislosti |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Podpora zdravia obyvateľov rómskych osád |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Výchova k partnerstvu a rodičovstvu  |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Zdravé starnutie |   |   |   |   |  2 | 60  | 2  | 60  |
| Duševné zdravie  |   |   |   |   |  1 | 30  | 1  | 30  |
| Prevencia úrazov a prvá pomoc |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Prevencia sexuálne prenosných chorôb (vrátane HIV/AIDS) |   |  |   |   |   |   |  |  |
| Stomatohygiena |  6 | 124  |   |   |   |   | 6 | 124 |
| Prevencia civilizačných ochorení  |  |  |  1 | 36  |  |  | 1 | 36 |
| - srdco-cievne  |
| - diabetes mellitus | 3 | 66 | 1  | 52  | 2  | 72  | 6  | 190  |
| - osteoporóza |   |   |   |   |   |   |   |   |
| - onkologické ochorenia |   |   |  1 |  23 | 1 |   | 1  | 23  |
| - alergické ochorenia |   |   |   |   |   |   |   |   |
| - iné  |   |   |   |   |  |  |  |  |  |
| Iné témy (napr. chrípka, salmonelóza,...a pod.) |  6 | 149  | 3  | 67  | 4  | 141  | 13  | 357  |
| SPOLU  | 49 | 1316 | 11 | 281 | 11 | 365 | 71 | 1962 |

|  |
| --- |
|  pokračovanie tab. č.2  |
|  | Počet aktivít |
| 2. | Realizácia jednorazových aktivít pri príležitosti významných dní podľa kalendára WHO (počet všetkých aktivít realizovaných pri príležitosti Svetových dní podľa WHO) | 36  |
| 3. | Iné intervenčné a informačné zdravotno-výchovné aktivity (napr. konzultácie, distribúcia zdravotno-výchovného materiálu, premietanie videokaziet a pod.) | 5 |
| 4. | Medializácia výchovy k zdraviu (komunikácia s médiami) | TV vysielanie  |  |
| Rozhlas |  |
| Printové média |  |
| Webová stránka RÚVZ | 4 |
| Iné formy  |  |
| 5. | Vytvorenie vlastných propagačných materiálov (neuvádza sa počet výtlačkov, ale len konkrétna zdravotnícka téma ) | Plagáty, letáky, skladačky... | 16 |
| Brožúry, manuály... |  |
| Informačné panely | 11 |
| Iné |  |
| 6. | Odborné publikácie (časopisy, zborníky, monografie, ktoré majú ISBN, ISSN) | Početpublikácii |
|  |
| 7.  | Zapožičanie DVD a CD nosičov, USB, videokaziet  | Počet zapožičaní |
|  |
|   | Počet absolvovaných školení |
| Aktívna účasť | Pasívna účasť |
| 8. | Školenia, odborné semináre, porady, konferencie, pracovné stretnutia, kurzy ... | regionálne |   | 4 |
| (pri aktívnej účasti uvádzať počet príspevkov – nie autorov, pri pasívnej účasti uvádzať počet pracovníkov)  | celoštátne |   |  9 |
|   | medzinárodné |   |   |
|   | v rámci RÚVZ |  2 |   |
| SPOLU | 2 | 13 |
|  |
| pokračovanie tab. č 2.  |
| 9. | Školenie lektorov a laikov (počet organizovaných školení pre lektorov a laikov) |  |  Počet školení |
|  |
| 10. | Realizované projekty, prieskumné a výskumné úlohy  |  | Počet  |
| Medzinárodné projekty, štúdie ... |  |
| Iné národné programy, projekty, štúdie... | 3 |
| Regionálne a lokálne (mestské, miestne) projekty |   |
| Iné (viazané na jeden subjekt , alebo cieľovú skupinu - napr. znevýhodnené skupiny ) |  8 |
| 11. | Členstvo v pracovných skupinách Poradného zboru hlavného hygienika SR a iných pracovných skupín, komisií (uviesť len číslo v koľkých pracovných skupinách ste) | Počet členstiev |
| 2 |
| 12. | Spolupráca so štátnym, verejným, súkromným a tretím sektorom  | Počet subjektov |
| 32 |
| 13. | Odborné materiály predkladané vláde SR, MZ SR, ÚVZ SR a iným subjektom |  | Početmateriálov |
| Vlastné vytvorené |  |
| Pripomienkované v rámci gremiálnej porady ministra zdravotníctva, vnútrorezortného, medzirezortného a predbežného pripomienkového konania |   |
| Stanoviská k materiálom z MZ SR a ÚVZ SR |  4 |
| Iné (napr. stanoviská, pripomienky a k materiálom WHO, EU, OECD a pod.)  |  1 |
| 14. | Iné písomnosti (Správy, vyjadrenia, rozbory)  |  | Počet písomnosti |
| Analytické správy (napr. rozbory, výročné správy) | 6 |
| Informatívne správy (napr. odpočet plnenia úloh)  |  16 |
| Iné (napr. stanovisko, vyjadrenia) |   |
| 15. | Poskytovanie odbornej praxe pre študentov VŠ a postgraduálneho vzdelávania (počet študentov = počet fyzických osôb; počet dní je počet dní na odbornej praxi každého študenta – napr. 3 študenti za sledované obdobie po 5 dní je 3x5= 15 dní) |   | Počet študentov | Počet dní |
|  |  |

Tab. č. 3: Návštevnosť za obdobie od 1.1.2018 do 31.12.2018

 Okres: Lučenec Kraj: Banská Bystrica

 Základné - prvé vyšetrenie

 VEKOVÁ SKUPINA MUŽI ŽENY SPOLU

 Abs. % +- [%] Abs. % +- [%] Abs. % +- [%]

 42 100,0 0,0 57 100,0 0,0 99 100,0 0,0

 S P O L U : 42 100,0 57 100,0 99 100,0

 Kontrolné vyšetrenie

 VEKOVÁ SKUPINA MUŽI ŽENY SPOLU

 Abs. % +- [%] Abs. % +- [%] Abs. % +- [%]

 2 33,3 37,7 3 9,7 10,4 5 13,5 11,0

 25-34 0 0,0 0,0 2 6,5 8,6 2 5,4 7,3

 35-44 0 0,0 0,0 5 16,1 12,9 5 13,5 11,0

 45-54 0 0,0 0,0 7 22,6 14,7 7 18,9 12,6

 55-64 2 33,3 37,7 11 35,5 16,8 13 35,1 15,4

 65 a viac 2 33,3 37,7 3 9,7 10,4 5 13,5 11,0

 S P O L U : 6 100,0 31 100,0 37 100,0

 C E L K O M : 48 88 136

Tab. č. 4: Počet štandardných vyšetrení u klientov, ktorým sa vyšetrovalo riziko

 kardiovaskulárnych chorôb za obdobie od 1.1.2018 do 31.12.2018

 Okres: Lučenec Kraj: Banská Bystrica

Základné - prvé vyšetrenie

 VEKOVÁ SKUPINA MUŽI ŽENY SPOLU

 Abs. % +- [%] Abs. % +- [%] Abs. % +- [%]

 32 100,0 0,0 24 100,0 0,0 56 100,0 0,0

 S P O L U : 32 100,0 24 100,0 56 100,0

 Kontrolné vyšetrenie

 VEKOVÁ SKUPINA MUŽI ŽENY SPOLU

 Abs. % +- [%] Abs. % +- [%] Abs. % +- [%]

 1 50,0 69,3 1 8,3 15,6 2 14,3 18,3

 25-34 0 0,0 0,0 1 8,3 15,6 1 7,1 13,5

 35-44 0 0,0 0,0 3 25,0 24,5 3 21,4 21,5

 45-54 0 0,0 0,0 5 41,7 27,9 5 35,7 25,1

 55-64 1 50,0 69,3 2 16,7 21,1 3 21,4 21,5

 S P O L U : 2 100,0 12 100,0 14 100,0

 C E L K O M : 34 36 70

Tab. č. 5: Spektrum klientov vo veku od 0 do 99 rokov vyšetrených v poradni

 zdravia za obdobie od 1.1.2018 do 31.12.2018

Okres: Lučenec Kraj: Banská Bystrica

 MUŽI ŽENY SPOLU

 Vzdelanie

 Počet Rel +-% Počet rel. +-% Počet rel. +-%

 neukončené základné 1 2,2 4,2 2 2,4 3,2 3 2,3 3,2

 základné 30 65,2 13,8 17 20,0 8,5 47 35,9 8,5

 učňovské 4 8,7 8,1 4 4,7 4,5 8 6,1 4,5

 stredoškolské s maturitou 5 10,9 9,0 30 35,3 10,2 35 26,7 10,2

 vysokoškolské 6 13,0 9,7 31 36,5 10,2 37 28,2 10,2

 Neregistrované 0 0,0 0,0 1 1,2 2,3 1 0,8 2,3

 C E L K O M : 46 100,0 85 100,0 131 100,0

Ročný výkaz Poradenského centra ochrany a podpory zdravia za rok 2018

 Tab.č.6

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|   | do 14 | 15 – 19 | 20 – 24 | 25 – 34 | 35 – 44 | 45 – 54 | 55 – 64 | 65 + | Spolu |
| M | Ž | M | Ž | M | Ž | M | Ž | M | Ž | M | Ž | M | Ž | M | Ž |
| Základná poradňa | Počet klientov novo evidovaných v sledovanom roku |   |  | 65 | 58 | 0 | 2 | 2 | 5 | 2 | 13 | 2 | 10 | 3 | 8 | 2 | 8 | 179 |
| celkový počet klientov, ktorým bolo poskytnuté odborné poradenstvo v sledovanom roku |  |  | 2 | 2 | 0 | 15 | 3 | 10 | 3 | 30 | 2 | 35 | 15 | 30 | 10 | 20 | 219 |
| Počet návštev |  |  | 2 | 2 | 0 | 15 | 3 | 10 | 3 | 30 | 2 | 35 | 15 | 30 | 10  | 20 | 180 |
| Poradňa zdravej výživy | Počet klientov novo evidovaných v sledovanom roku |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |
| celkový počet klientov, ktorým bolo poskytnuté odb. poradenstvo v sledovanom roku |  |  |  |  | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 |   |   |   |   | 40 |
| Počet návštev |   |   |   |   | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5  |   |   |   |   | 40 |
| Poradňa optimalizácie pohybovej aktivity | Počet klientov novo evidovaných v sledovanom roku |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| celkový počet klientov, ktorým bolo poskytnuté odborné poradenstvo v sledovanom roku |  |  | 40 | 40 | 2 | 3 | 2 | 3 |  | 3 |  | 5 |  |  |  |  |  95 |
| Počet návštev |   |   |   |   |  3 | 6 |  | 14 | 5 | 17 |  | 10 |  | 5 |  |  | 60 |
| Poradňa odvykania od fajčenia | Počet klientov novo evidovaných v sledovanom roku |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| celkový počet klientov, ktorým bolo poskytnuté odborné poradenstvo v sledovanom roku |   |  |  |  |  |  |  | 5 |  | 5 | 5 | 5 |  | 2 |  |  | 22 |
| Počet návštev |   |   |   |   |  |  | 3  |   | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 |  2 |   |   | 15 |
| Poradňa podpory psychického zdravia | Počet klientov novo evidovaných v sledovanom roku |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| celkový počet klientov, ktorým bolo poskytnuté odborné poradenstvo v sledovanom roku |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Počet návštev |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Poradňa pre deti a mládež | Počet klientov novo evidovaných v sledovanom roku |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| celkový počet klientov, ktorým bolo poskytnuté odborné poradenstvo v sledovanom roku |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Počet návštev |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |

Pokračovanie tab.č.6

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|   | do 14 | 15 – 19 | 20 – 24 | 25 – 34 | 35 – 44 | 45 – 54 | 55 – 64 | 65 + | Spolu |  |
| M | Ž | M | Ž | M | Ž | M | Ž | M | Ž | M | Ž | M | Ž | M | Ž |
| Poradňa ochrany a podpory zdravia pri práci | Počet klientov novo evidovaných v sledovanom roku |   |   |   |   |   |   |  |  | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 |  |  |   | 11 |   |
| celkový počet klientov, ktorým bolo poskytnuté odborné poradenstvo v sledovanom roku |   |   |   |   |   |  |  |  | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 |   |  | 15 |   |  |
| Počet návštev |   |   |   |   |   |   |  |   | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 |  |   | 15 |   |  |
| Poradňa nefarmakolog. ovplyvňovania TK | Počet klientov novo evidovaných v sledovanom roku |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |   |   |   |  |   |  |
| celkový počet klientov, ktorým bolo poskytnuté odborné poradenstvo v sledovanom roku |   |   |   |   |  |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |  |
| Počet návštev |   |   |   |   |  |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |  |
| Poradňa protidrogová a HIV/AIDS | Počet klientov novo evidovaných v sledovanom roku |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |   |   |   |  |
| celkový počet klientov, ktorým bolo poskytnuté odborné poradenstvo v sledovanom roku |   |   |   |   |   |   |  |  |  |  |  |   |   |   |   |   |  |   |  |
| Počet návštev |   |   |   |   |   |   |   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |  |   |  |
| Poradňa pre HbSAg pozitívne rodiny | Počet klientov novo evidovaných v sledovanom roku |   |   |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |  |
| celkový počet klientov, ktorým bolo poskytnuté odborné poradenstvo v sledovanom roku |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |  |
| Počet návštev |   |   |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |  |
| Poradňa pre tehotné a dojčiace matky | Počet klientov novo evidovaných v sledovanom roku |   |   |   |   |   |   |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |  |
| celkový počet klientov, ktorým bolo poskytnuté odborné poradenstvo v sledovanom roku |   |   |   |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |  |
| Počet návštev |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |

Prehľad o počte výkonov Poradenského centra ochrany a podpory zdravia v roku 2018

 tab.č.7

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Výkon | Počet výkonov |
| TZS | Mimo TZS |
| 1. Merania a iné výkony v poradni zdravia

Počet klientov TZS (počet prvovyšetrených a opakovane vyšetrených klientov, ktorí sú v TZS):Počet klientov mimo TZS (počet klientov vyšetrených v rámci realizovaných aktivít výjazdovou PZ, ktorí nie sú v TZS): | Antropometrické meranie* výška
 | 216 | 219 |
| * váha
 | 216 | 219 |
| * BMI
 | 216 | 219 |
| * obvod pása
 | 216 | 219 |
| * obvod bokov
 | 216 | 219 |
| * WHR
 |  |  |
| * WHtR
 | 216 | 219 |
| * % celkového tuku (Bodystat, Kaliper, Omron)
 | 216 | 219 |
| * Iné (kostrové svalstvo, bazálny metabolizmus...) \* balík vyšetrenia získaný jedným meraním sa vykazuje ako jeden výkon
 | 100 | 60 |
| Biochemické vyšetrenia* Celkový cholesterol
 | 216 | 40 |
| * HDL cholesterol
 | 173 |  |
| * LDL cholesterol
 | 173 |  |
| * Triacylglyceroly
 | 173 |  |
| * Glukóza
 | 214 | 63 |
| * Iné biochemické vyšetrenie (AST, ALT, kyselina močová, laktát a pod.)
 | 40 |  |
| Somatické vyšetrenia* Krvný tlak + pulz \*(u jedného klienta rátame vyšetrenie TK + pulz spolu ako jeden výkon)
 | 216 | 228 |
| Vyšetrenie smokerlyzérom | 40 | 23 |
| Vyšetrenie spirometrom | 152 | 23 |
| Založenie karty klienta pre Test zdravé srdce | 216 |  |
| Osobná a rodinná anamnéza | 216 |  |
| Vyplnenie dotazníka celkovej životnej pohody | 80 |  |
| Stanovenie rizikového skóre KVCH podľa TZS |  |  |
| Odborné poradenstvo a konzultácie | 216 | 219 |
| Iné (telefonické, istom, e-mailom a pod.) |  |  |
| Odporúčanie do siete zdravotníckych zariadení | 22 |  |
| Iné |  |  |

 pokračovanie tab.č.7

|  |  |
| --- | --- |
|  | Počet výkonov |
| 1. Poradňa zdravej výživy

Počet klientov:120 | Odborné poradenstvo | 120 |
| Založenie karty klienta |  |
| Vyplnenie dotazníka o stravovacích zvyklostiach | 15 |
| Odporúčanie do siete zdravotníckych zariadení |  |
| Iné (Zadanie údajov do príslušného software pre HVBPKV) |  |
| 1. Poradňa odvykania od fajčenia

Počet klientov:22 | Odborné poradenstvo | 22 |
| Založenie karty klienta |  |
| Meranie spirometrom | 16 |
| Meranie smokerlyzérom | 16 |
| Meranie krvného tlaku, pulzu  | 16 |
| Vyplnenie dotazníka (Fagerstromov a iné) | 16 |
| Odporúčanie do siete zdrav. zariadení |  |
| Telefonické poradenstvo | 22 |
| Iné |  |
| 1. Poradňa optimalizovania pohybovej aktivity

Počet klientov:95 | Odborné poradenstvo | 95 |
| Založenie karty klienta | 95 |
| Meranie spirometrom | 95 |
| Vyšetrenie funkčnej zdatnosti | 80 |
| Vyšetrenie aeróbnej výkonnosti |  |
| Vyšetrenie EKG |  |
| Meranie flexibility | 80 |
| Držanie tela | 80 |
| Pohybová inštruktáž | 80 |
| Odporúčanie do siete zdrav. zaradení |  |
| Iné |  |
| 1. Poradňa podpory psychického zdravia

Počet klientov: | Odborné poradenstvo |  |
| Psychologické vyšetrenie |  |
| Odporúčanie do siete zdrav. zaradení. |  |
| Založenie karty klienta |  |
| Iné |  |
| 1. Poradňa pre deti a mládež

Počet klientov: | Odborné poradenstvo |  |
| Odporúčanie do siete zdravot. zariadení |  |
| Založenie karty klienta |  |
| Iné |  |
|  |  |

 pokračovanie tab.7.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | Počet výkonov  |
| 1. Poradňa pre HIV/AIDS a drogové závislosti

Počet klientov: | Odborné poradenstvo  |  |
| Odber krvi na HIV/AIDS |  |
| Odporúčanie do siete zdrav. zariadení |  |
| Založenie karty klienta |  |
| Iné |  |
| 1. Poradňa ochrany a podpory zdravia pri práci

Počet klientov:14 | Odborné poradenstvo | 15 |
| Vyšetrenie pracovného rizika  | 11 |
| Založenie karty klienta | 11 |
| Odporúčanie do siete zdrav. zariadení |  |
| Iné |  |
| SPOLU počet výkonov | 7139 |

 Tab. č. 8a: Výsledky biochemických vyšetrení prvýkrát vyšetrených klientov v poradni zdravia za obdobie od 1.1.2018 do 31.12.2018

 Okres: Lučenec

MUŽI Kraj: Banská Bystrica

 Veková skupina Cholesterol Glukóza Triglyceridy HDL LDL TC / HDL TG / HDL LDL / HDL BMI WHR

 N Z N Z N Z N Z N Z N Z N Z N Z N Z N Z

 15-19 abs. 30 1 30 1 29 2 27 4 31 0 30 1 24 7 31 0 23 8 31 0

 rel. 81,1 20,0 81,1 20,0 93,5 28,6 79,4 100,0 81,6 0,0 81,1 100,0 92,3 58,3 81,6 0,0 88,5 50,0 86,1 0,0

 +-% 12,6 35,1 12,6 35,1 8,6 33,5 13,6 0,0 12,3 12,6 0,0 10,2 27,9 12,3 12,3 24,5 11,3 0,0

 20-24 abs. 1 0 1 0 0 1 1 0 1 0 1 0 0 1 1 0 0 1 0 0

 rel. 2,7 0,0 2,7 0,0 0,0 14,3 2,9 0,0 2,6 0,0 2,7 0,0 0,0 8,3 2,6 0,0 0,0 6,3 0,0 0,0

 +-% 5,2 0,0 5,2 0,0 0,0 25,9 5,7 0,0 5,1 5,2 0,0 0,0 15,6 5,1 0,0 11,9 0,0 0,0

 25-34 abs. 2 0 2 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 2 0 2 0

 rel. 5,4 0,0 5,4 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 7,7 0,0 5,6 0,0

 +-% 7,3 0,0 7,3 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 10,2 0,0 7,5 0,0

 35-44 abs. 1 0 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 1 1 0

 rel. 2,7 0,0 2,7 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 6,3 2,8 0,0

 +-% 5,2 0,0 5,2 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 11,9 5,4 0,0

 45-54 abs. 2 2 2 2 2 1 3 0 3 0 3 0 2 1 3 0 1 3 2 0

 rel. 5,4 40,0 5,4 40,0 6,5 14,3 8,8 0,0 7,9 0,0 8,1 0,0 7,7 8,3 7,9 0,0 3,8 18,8 5,6 0,0

 +-% 7,3 42,9 7,3 42,9 8,6 25,9 9,5 0,0 8,6 8,8 0,0 10,2 15,6 8,6 7,4 19,1 7,5 0,0

 55-64 abs. 1 2 1 2 0 3 3 0 3 0 3 0 0 3 3 0 0 3 0 1

 rel. 2,7 40,0 2,7 40,0 0,0 42,9 8,8 0,0 7,9 0,0 8,1 0,0 0,0 25,0 7,9 0,0 0,0 18,8 0,0 100,0

 +-% 5,2 42,9 5,2 42,9 0,0 36,7 9,5 0,0 8,6 8,8 0,0 0,0 24,5 8,6 0,0 19,1 0,0 0,0

 SPOLU: (100%) 37 5 37 5 31 7 34 4 38 0 37 1 26 12 38 0 26 16 36 1

Tab. č. 8b: Výsledky biochemických vyšetrení prvýkrát vyšetrených klientov v poradni zdravia za obdobie od 1.1.2018 do 31.12.2018

ŽENY Kraj: Banská Bystrica

 Veková skupina Cholesterol Glukóza Triglyceridy HDL LDL TC / HDL TG / HDL LDL / HDL BMI WHR

 N Z N Z N Z N Z N Z N Z N Z N Z N Z N Z

 15-19 abs. 18 3 21 0 20 0 20 0 20 0 20 0 20 0 20 0 19 2 19 2

 rel. 40,0 25,0 38,9 0,0 71,4 0,0 74,1 0,0 71,4 0,0 74,1 0,0 74,1 0,0 74,1 0,0 45,2 13,3 51,4 11,8

 +-% 14,3 24,5 13,0 0,0 16,7 16,5 0,0 16,7 16,5 0,0 16,5 0,0 16,5 0,0 15,1 17,2 16,1 15,3

 20-24 abs. 4 0 4 0 1 0 1 0 1 0 1 0 1 0 1 0 3 1 4 0

 rel. 8,9 0,0 7,4 0,0 3,6 0,0 3,7 0,0 3,6 0,0 3,7 0,0 3,7 0,0 3,7 0,0 7,1 6,7 10,8 0,0

 +-% 8,3 0,0 7,0 0,0 6,9 7,1 0,0 6,9 7,1 0,0 7,1 0,0 7,1 0,0 7,8 12,6 10,0 0,0

 25-34 abs. 8 2 9 1 1 0 1 0 1 0 1 0 1 0 1 0 8 2 5 5

 rel. 17,8 16,7 16,7 33,3 3,6 0,0 3,7 0,0 3,6 0,0 3,7 0,0 3,7 0,0 3,7 0,0 19,0 13,3 13,5 29,4

 +-% 11,2 21,1 9,9 53,3 6,9 7,1 0,0 6,9 7,1 0,0 7,1 0,0 7,1 0,0 11,9 17,2 11,0 21,7

 35-44 abs. 10 3 13 0 3 0 3 0 3 0 3 0 3 0 3 0 8 5 6 6

 rel. 22,2 25,0 24,1 0,0 10,7 0,0 11,1 0,0 10,7 0,0 11,1 0,0 11,1 0,0 11,1 0,0 19,0 33,3 16,2 35,3

 +-% 12,1 24,5 11,4 0,0 11,5 11,9 0,0 11,5 11,9 0,0 11,9 0,0 11,9 0,0 11,9 23,9 11,9 22,7

 45-54 abs. 4 3 5 2 3 0 2 1 3 0 2 1 2 1 2 1 4 3 3 2

 rel. 8,9 25,0 9,3 66,7 10,7 0,0 7,4 100,0 10,7 0,0 7,4 100,0 7,4 100,0 7,4 100,0 9,5 20,0 8,1 11,8

 +-% 8,3 24,5 7,7 53,3 11,5 9,9 0,0 11,5 9,9 0,0 9,9 0,0 9,9 0,0 8,9 20,2 8,8 15,3

 55-64 abs. 1 1 2 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 2 0 2

 rel. 2,2 8,3 3,7 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 13,3 0,0 11,8

 +-% 4,3 15,6 5,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 17,2 0,0 15,3

 SPOLU: (100%) 45 12 54 3 28 0 27 1 28 0 27 1 27 1 27 1 42 15 37 17

 Tab. č. 9a: Výsledky biochemických vyšetrení opakovane vyšetrených klientov v poradni zdravia za obdobie od 1.1.2018 do 31.12.2018

Okres: Lučenec

 Kraj: Banská Bystrica

MUŽI

 Veková skupina Cholesterol Glukóza Triglyceridy HDL LDL TC / HDL TG / HDL LDL / HDL BMI WHR

 N Z N Z N Z N Z N Z N Z N Z N Z N Z N Z

 35-44 abs. 1 0 1 0 1 0 1 0 1 0 1 0 1 0 1 0 0 1 1 0

 rel. 20,0 0,0 25,0 0,0 20,0 0,0 20,0 0,0 20,0 0,0 20,0 0,0 20,0 0,0 20,0 0,0 0,0 20,0 50,0 0,0

 +-% 35,1 0,0 42,4 0,0 35,1 35,1 35,1 35,1 35,1 35,1 0,0 35,1 69,3 0,0

 45-54 abs. 0 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 1 0 1 0

 rel. 0,0 100,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 100,0 0,0 50,0 0,0

 +-% 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 69,3 0,0

 55-64 abs. 2 0 2 0 2 0 2 0 2 0 2 0 2 0 2 0 0 2 0 1

 rel. 40,0 0,0 50,0 0,0 40,0 0,0 40,0 0,0 40,0 0,0 40,0 0,0 40,0 0,0 40,0 0,0 0,0 40,0 0,0 100,0

 +-% 42,9 0,0 49,0 0,0 42,9 42,9 42,9 42,9 42,9 42,9 0,0 42,9 0,0 0,0

 65 a viac abs. 2 0 1 1 2 0 2 0 2 0 2 0 2 0 2 0 0 2 0 0

 rel. 40,0 0,0 25,0 100,0 40,0 0,0 40,0 0,0 40,0 0,0 40,0 0,0 40,0 0,0 40,0 0,0 0,0 40,0 0,0 0,0

 +-% 42,9 0,0 42,4 0,0 42,9 42,9 42,9 42,9 42,9 42,9 0,0 42,9 0,0 0,0

 SPOLU: (100%) 5 1 4 1 5 0 5 0 5 0 5 0 5 0 5 0 1 5 2 1

Tab. č. 9b: Výsledky biochemických vyšetrení opakovane vyšetrených klientov v poradni zdravia za obdobie od 1.1.2018 do 31.12.2018

Okres: Lučenec

 Kraj: Banská Bystrica

ŽENY

 Veková skupina Cholesterol Glukóza Triglyceridy HDL LDL TC / HDL TG / HDL LDL / HDL BMI WHR

 N Z N Z N Z N Z N Z N Z N Z N Z N Z N Z

 25-34 abs. 0 1 1 0 1 0 1 0 1 0 1 0 1 0 1 0 1 0 1 0

 rel. 0,0 4,5 4,5 0,0 7,1 0,0 5,3 0,0 6,3 0,0 6,3 0,0 6,7 0,0 4,8 0,0 6,7 0,0 12,5 0,0

 +-% 0,0 8,7 8,7 0,0 13,5 0,0 10,0 0,0 11,9 0,0 11,9 0,0 12,6 0,0 9,1 0,0 12,6 0,0 22,9 0,0

 35-44 abs. 2 4 6 0 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 4 2 4 2

 rel. 25,0 18,2 27,3 0,0 21,4 12,5 15,8 33,3 18,8 16,7 18,8 16,7 20,0 14,3 14,3 100,0 26,7 13,3 50,0 16,7

 +-% 30,0 16,1 18,6 0,0 21,5 22,9 16,4 53,3 19,1 29,8 19,1 29,8 20,2 25,9 15,0 0,0 22,4 17,2 34,6 21,1

 45-54 abs. 2 4 4 2 3 1 3 1 3 1 2 2 3 1 4 0 3 3 2 3

 rel. 25,0 18,2 18,2 25,0 21,4 12,5 15,8 33,3 18,8 16,7 12,5 33,3 20,0 14,3 19,0 0,0 20,0 20,0 25,0 25,0

 +-% 30,0 16,1 16,1 30,0 21,5 22,9 16,4 53,3 19,1 29,8 16,2 37,7 20,2 25,9 16,8 0,0 20,2 20,2 30,0 24,5

 55-64 abs. 1 9 6 4 4 2 6 0 2 4 4 2 4 2 6 0 3 7 1 7

 rel. 12,5 40,9 27,3 50,0 28,6 25,0 31,6 0,0 12,5 66,7 25,0 33,3 26,7 28,6 28,6 0,0 20,0 46,7 12,5 58,3

 +-% 22,9 20,5 18,6 34,6 23,7 30,0 20,9 0,0 16,2 37,7 21,2 37,7 22,4 33,5 19,3 0,0 20,2 25,2 22,9 27,9

 65 a viac abs. 3 4 5 2 3 4 6 1 7 0 6 1 4 3 7 0 4 3 0 0

 rel. 37,5 18,2 22,7 25,0 21,4 50,0 31,6 33,3 43,8 0,0 37,5 16,7 26,7 42,9 33,3 0,0 26,7 20,0 0,0 0,0

 +-% 33,5 16,1 17,5 30,0 21,5 34,6 20,9 53,3 24,3 0,0 23,7 29,8 22,4 36,7 20,2 0,0 22,4 20,2 0,0 0,0

 SPOLU: (100%) 8 22 22 8 14 8 19 3 16 6 16 6 15 7 21 1 15 15 8 12

 Tab. č. 10: Výsledky hodnotenia skríningu tlaku krvi u prvý raz vyšetrených

 klientov za obdobie od 1.1.2018 do 31.12.2018

 Okres: Lučenec

 Kraj: Banská Bystrica

 Muži Počet klientov vo vekových skupinách: Spolu

 0-14 15-19 20-24 25-34 35-44 45-54 55-64 65 a viac

 1. Optimálny abs. 0 15 0 0 0 0 0 0 15

 rel. 0,0 50,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 36,6

 (<120 and <80) +-% 0,0 17,9 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 14,7

 2. Normálny abs. 0 13 0 0 0 1 1 0 15

 rel. 0,0 43,3 0,0 0,0 0,0 25,0 33,3 0,0 36,6

 (120-129 or 80-84) +-% 0,0 17,7 0,0 0,0 0,0 42,4 53,3 0,0 14,7

 3. Vysoký normálny abs. 0 1 1 1 1 1 0 0 5

 rel. 0,0 3,3 100,0 50,0 100,0 25,0 0,0 0,0 12,2

 (130-139 or 85-89) +-% 0,0 6,4 0,0 69,3 0,0 42,4 0,0 0,0 10,0

 4. Hypertenzia I abs. 0 1 0 1 0 0 2 0 4

 rel. 0,0 3,3 0,0 50,0 0,0 0,0 66,7 0,0 9,8

 (140-159 or 90-99) +-% 0,0 6,4 0,0 69,3 0,0 0,0 53,3 0,0 9,1

 5. Hypertenzia II abs. 0 0 0 0 0 2 0 0 2

 rel. 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 50,0 0,0 0,0 4,9

 (160-179 or 100-109) +-% 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 49,0 0,0 0,0 6,6

 S P O L U abs. 0 30 1 2 1 4 3 0 41

 abs. 0 1 0 1 0 2 2 0 6

 HYPERTENZIA rel. 0,0 3,3 0,0 50,0 0,0 50,0 66,7 0,0 14,6

 +-% 0,0 6,4 0,0 69,3 0,0 49,0 53,3 0,0 10,8

 Ženy Počet klientov vo vekových skupinách: Spolu

 0-14 15-19 20-24 25-34 35-44 45-54 55-64 65 a viac

 1. Optimálny abs. 0 20 3 3 7 3 0 0 36

 rel. 0,0 100,0 75,0 30,0 53,8 42,9 0,0 0,0 64,3

 (<120 and <80) +-% 0,0 0,0 42,4 28,4 27,1 36,7 0,0 0,0 12,5

 2. Normálny abs. 0 0 0 3 4 0 0 0 7

 rel. 0,0 0,0 0,0 30,0 30,8 0,0 0,0 0,0 12,5

 (120-129 or 80-84) +-% 0,0 0,0 0,0 28,4 25,1 0,0 0,0 0,0 8,7

 3. Vysoký normálny abs. 0 0 0 2 1 2 2 0 7

 rel. 0,0 0,0 0,0 20,0 7,7 28,6 100,0 0,0 12,5

 (130-139 or 85-89) +-% 0,0 0,0 0,0 24,8 14,5 33,5 0,0 0,0 8,7

 4. Hypertenzia I abs. 0 0 1 1 1 2 0 0 5

 rel. 0,0 0,0 25,0 10,0 7,7 28,6 0,0 0,0 8,9

 (140-159 or 90-99) +-% 0,0 0,0 42,4 18,6 14,5 33,5 0,0 0,0 7,5

 5. Hypertenzia II abs. 0 0 0 1 0 0 0 0 1

 rel. 0,0 0,0 0,0 10,0 0,0 0,0 0,0 0,0 1,8

 (160-179 or 100-109) +-% 0,0 0,0 0,0 18,6 0,0 0,0 0,0 0,0 3,5

 S P O L U abs. 0 20 4 10 13 7 2 0 56

 abs. 0 0 1 2 1 2 0 0 6

 HYPERTENZIA rel. 0,0 0,0 25,0 20,0 7,7 28,6 0,0 0,0 10,7

 +-% 0,0 0,0 42,4 24,8 14,5 33,5 0,0 0,0 8,1

 CELKOM abs 0 50 5 12 14 11 5 0 97

 Tab. č. 11: Výsledky hodnotenia skríningu tlaku krvi u opakovane vyšetrených

 klientov za obdobie od 1.1.2018 do 31.12.2018

Okres: Lučenec

 Kraj: Banská Bystrica

 Muži Počet klientov vo vekových skupinách: Spolu

 0-14 15-19 20-24 25-34 35-44 45-54 55-64 65 a viac

 2. Normálny abs. 0 0 0 0 1 0 0 1 2

 rel. 0,0 0,0 0,0 0,0 100,0 0,0 0,0 50,0 50,0

 (120-129 or 80-84) +-% 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 69,3 49,0

 4. Hypertenzia I abs. 0 0 0 0 0 0 1 1 2

 rel. 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 100,0 50,0 50,0

 (140-159 or 90-99) +-% 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 69,3 49,0

 S P O L U abs. 0 0 0 0 1 0 1 2 4

 abs. 0 0 0 0 0 0 1 1 2

 HYPERTENZIA rel. 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 100,0 50,0 50,0

 +-% 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 69,3 49,0

 Ženy Počet klientov vo vekových skupinách: Spolu

 0-14 15-19 20-24 25-34 35-44 45-54 55-64 65 a viac

 1. Optimálny abs. 0 0 0 1 3 3 2 2 11

 rel. 0,0 0,0 0,0 100,0 50,0 50,0 22,2 33,3 39,3

 (<120 and <80) +-% 0,0 0,0 0,0 0,0 40,0 40,0 27,2 37,7 18,1

 2. Normálny abs. 0 0 0 0 2 2 2 1 7

 rel. 0,0 0,0 0,0 0,0 33,3 33,3 22,2 16,7 25,0

 (120-129 or 80-84) +-% 0,0 0,0 0,0 0,0 37,7 37,7 27,2 29,8 16,0

 3. Vysoký normálny abs. 0 0 0 0 1 1 3 3 8

 rel. 0,0 0,0 0,0 0,0 16,7 16,7 33,3 50,0 28,6

 (130-139 or 85-89) +-% 0,0 0,0 0,0 0,0 29,8 29,8 30,8 40,0 16,7

 4. Hypertenzia I abs. 0 0 0 0 0 0 1 0 1

 rel. 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 11,1 0,0 3,6

 (140-159 or 90-99) +-% 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 20,5 0,0 6,9

 6. Hypertenzia III abs. 0 0 0 0 0 0 1 0 1

 rel. 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 11,1 0,0 3,6

 (>179 or >109) +-% 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 20,5 0,0 6,9

 S P O L U abs. 0 0 0 1 6 6 9 6 28

 abs. 0 0 0 0 0 0 2 0 2

 HYPERTENZIA rel. 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 22,2 0,0 7,1

 +-% 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 27,2 0,0 9,5

 CELKOM abs 0 0 0 1 7 6 10 8 32

Pozn: ak za uvedené obdobie bolo u klienta vykonaných viac meraní, tabuľka zachytáva údaje len z jeho posledného merania

Tab. č. 12a: Analýza dynamiky zistených parametrov opakovane vyšetrených klientov za obdobie od 1.1.2018 do 31.12.2018 z

 prvého a posledného vyšetrenia

Okres: Lučenec

 Kraj: Banská Bystrica

 Dynamika Cholesterol Glukóza Triglyceridy TK-S TK-D HDL LDL TC / HDL TG / HDL LDL / HDL BMI WHR

 Abs 3 2 3 2 1 1 4 0 4 3 1 0

 Pokles Rel 60,0 50,0 75,0 50,0 25,0 25,0 100,0 0,0 100,0 75,0 20,0 0,0

 +-% 42,9 49,0 42,4 49,0 42,4 42,4 0,0 0,0 0,0 42,4 35,1 0,0

 Abs 1 2 1 2 3 0 0 4 0 0 4 3

 Nezmenené Rel 20,0 50,0 25,0 50,0 75,0 0,0 0,0 100,0 0,0 0,0 80,0 75,0

 +-% 35,1 49,0 42,4 49,0 42,4 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 35,1 42,4

 Abs 1 0 0 0 0 3 0 0 0 1 0 1

 Nárast Rel 20,0 0,0 0,0 0,0 0,0 75,0 0,0 0,0 0,0 25,0 0,0 25,0

 +-% 35,1 0,0 0,0 0,0 0,0 42,4 0,0 0,0 0,0 42,4 0,0 42,4

 Celkom 100% 5 4 4 4 4 4 4 4 4 4 5 4

 Abs 3 8 7 3 2 5 7 0 11 9 1 0

 Pokles Rel 10,7 29,6 35,0 10,7 7,1 25,0 35,0 0,0 55,0 45,0 3,6 0,0

 Ž +-% 11,5 17,2 20,9 11,5 9,5 19,0 20,9 0,0 21,8 21,8 6,9 0,0

 E Abs 15 13 6 17 17 3 3 20 2 3 18 19

 NY Nezmenené Rel 53,6 48,1 30,0 60,7 60,7 15,0 15,0 100,0 10,0 15,0 64,3 90,5

 +-% 18,5 18,8 20,1 18,1 18,1 15,6 15,6 0,0 13,1 15,6 17,7 12,6

 Abs 10 6 7 8 9 12 10 0 7 8 9 2

 Nárast Rel 35,7 22,2 35,0 28,6 32,1 60,0 50,0 0,0 35,0 40,0 32,1 9,5

 +-% 17,7 15,7 20,9 16,7 17,3 21,5 21,9 0,0 20,9 21,5 17,3 12,6

 Celkom 100% 28 27 20 28 28 20 20 20 20 20 28 21

 Abs 6 10 10 5 3 6 11 0 15 12 2 0

 Pokles Rel 18,2 32,3 41,7 15,6 9,4 25,0 45,8 0,0 62,5 50,0 6,1 0,0

 S +-% 13,2 16,5 19,7 12,6 10,1 17,3 19,9 0,0 19,4 20,0 8,1 0,0

 P Abs 16 15 7 19 20 3 3 24 2 3 22 22

 Nezmenené Rel 48,5 48,4 29,2 59,4 62,5 12,5 12,5 100,0 8,3 12,5 66,7 88,0

 O Rel 12,5 100,0 8,3 12,5 66,7 88,0

 +-% 17,1 17,6 18,2 17,0 16,8 13,2 13,2 0,0 11,1 13,2 16,1 12,7

 LU 10 0 7 9 9 3

 Abs 11 6 7 8 9 15 10 0 7 9 9 3

 Nárast Rel 33,3 19,4 29,2 25,0 28,1 62,5 41,7 0,0 29,2 37,5 27,3 12,0

 +-% 16,1 13,9 18,2 15,0 15,6 19,4 19,7 0,0 18,2 19,4 15,2 12,7

 Celkom 100% 33 31 24 32 32 24 24 24 24 24 33 25

Údaje v tabuľke sú uvedené s nasledovnými toleranciami pre status nezmeneného stavu: Biochem. parametre +- 10 %, Tlak krvi:+- 10 %, indexy : +-10 %

Tab. č. 12b: Analýza dynamiky zistených parametrov opakovane vyšetrených klientov za obdobie od 1.1.2018 do 31.12.2018 z

 prvého a posledného vyšetrenia pre skupinu klientov so zvýšenými hodnotami ukazovateľov prvých vyšetrení.

Okres: Lučenec

 Kraj: Banská Bystrica

 Dynamika Cholesterol Glukóza Triglyceridy TK-S TK-D HDL LDL TC / HDL TG / HDL LDL / HDL BMI WHR

 Abs 3 1 2 2 1 0 1 0 1 0 1 0

 Pokles Rel 75,0 50,0 100,0 100,0 33,3 100,0 100,0 25,0 0,0

 +-% 42,4 69,3 0,0 0,0 53,3 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 42,4 0,0

 Abs 0 1 0 0 2 0 0 0 0 0 3 1

 Nezmenené Rel 0,0 50,0 0,0 0,0 66,7 0,0 0,0 75,0 100,0

 +-% 0,0 69,3 0,0 0,0 53,3 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 42,4 0,0

 Abs 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0

 Nárast Rel 25,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0

 +-% 42,4 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0 0,0

 Celkom 100% 4 2 2 2 3 0 1 0 1 0 4 1

 Abs 2 4 0 1 0 0 1 0 4 1 0 0

 Pokles Rel 15,4 40,0 0,0 33,3 0,0 0,0 50,0 0,0 57,1 100,0 0,0 0,0

 Ž +-% 19,6 30,4 0,0 53,3 0,0 0,0 69,3 0,0 36,7 0,0 0,0 0,0

 E Abs 8 4 2 1 2 0 0 3 2 0 8 7

 NY Nezmenené Rel 61,5 40,0 66,7 33,3 66,7 0,0 0,0 100,0 28,6 0,0 80,0 77,8

 +-% 26,4 30,4 53,3 53,3 53,3 0,0 0,0 0,0 33,5 0,0 24,8 27,2

 Abs 3 2 1 1 1 5 1 0 1 0 2 2

 Nárast Rel 23,1 20,0 33,3 33,3 33,3 100,0 50,0 0,0 14,3 0,0 20,0 22,2

 +-% 22,9 24,8 53,3 53,3 53,3 0,0 69,3 0,0 25,9 0,0 24,8 27,2

 Celkom 100% 13 10 3 3 3 5 2 3 7 1 10 9

 Abs 5 5 2 3 1 0 2 0 5 1 1 0

 Pokles Rel 29,4 41,7 40,0 60,0 16,7 0,0 66,7 0,0 62,5 100,0 7,1 0,0

 S +-% 21,7 27,9 42,9 42,9 29,8 0,0 53,3 0,0 33,5 0,0 13,5 0,0

 P Abs 8 5 2 1 4 0 0 3 2 0 11 8

 Nezmenené Rel 47,1 41,7 40,0 20,0 66,7 0,0 0,0 100,0 25,0 0,0 78,6 80,0

 O Rel 0,0 100,0 25,0 0,0 78,6 80,0

 +-% 23,7 27,9 42,9 35,1 37,7 0,0 0,0 0,0 30,0 0,0 21,5 24,8

 LU 1 0 1 0 2 2

 Abs 4 2 1 1 1 5 1 0 1 0 2 2

 Nárast Rel 23,5 16,7 20,0 20,0 16,7 100,0 33,3 0,0 12,5 0,0 14,3 20,0

 +-% 20,2 21,1 35,1 35,1 29,8 0,0 53,3 0,0 22,9 0,0 18,3 24,8

 Celkom 100% 17 12 5 5 6 5 3 3 8 1 14 10

Údaje v tabuľke sú uvedené s nasledovnými toleranciami pre status nezmeneného stavu: Biochem. parametre +- 10 %, Tlak krvi:+- 10 %, indexy : +-10 %