

Národný program podpory zdravia

Obsah

1. Národný program podpory zdravia, podpora zdravia v 21.storočí.....	3
2. Ciele Národného programu podpory zdravia.....	5
2.1 Realizácia cieľov.....	6
2.2 Nástroje na realizáciu cieľov.....	6
2.3 Komunikácia.....	7
2.4 Konkretizácia cieľov aktualizovaného NPPZ.....	8
Bibliografia.....	20

Úvod

Analýza zdravotného stavu obyvateľstva preukázala zhoršenie zdravia v niektorých ukazovateľoch stavu zdravia. V porovnaní s 28 európskymi štátmi sa Slovenská republika ocitla na predposledných miestach.

Vláda Slovenskej republiky preto uznesením č.910/2000 schválila Štátnu politiku zdravia v Slovenskej republike, ktorá formuluje dlhodobé a krátkodobé ciele, stratégie a priority štátu, zamerané na podporu, ochranu, zabezpečenie a zlepšenie zdravotného stavu obyvateľstva a na poskytovanie zdravotnej starostlivosti občanom. Tvorí politický, ekonomický a organizačný rámec aktivít zameraných na podporu zdravia, zdravý životný štýl, zlepšenie životného a pracovného prostredia a vyššiu

účinnosť a kvalitu poskytovanej zdravotnej starostlivosti s obmedzením negatívnych dôsledkov chorôb. Vychádza z Ústavy Slovenskej republiky a berie do úvahy odporúčania obsiahnuté v dokumente európskeho regionálneho výboru Svetovej zdravotníckej organizácie (WHO) **Zdravie pre všetkých v 21.storočí - zdravotná politika pre Európu**.

Štátna politika zdravia formuluje svoje ciele tak, aby mala dlhodobú perspektívu s definovaným systémom zdravotnej starostlivosti pre prvé desaťročie 21. storočia. Chce v maximálnej možnej miere napomôcť mobilizovaniu spoločnosti pri podpore a ochrane zdravia a snaží sa občanov získať pre myšlienku stať sa tvorcom vlastného zdravia. Dlhodobé stratégie prispôsobuje špecifikám vekových a sociálnych skupín obyvateľov. V neposlednom rade nabáda rezorty venovať viac pozornosti dopadu svojich rozhodnutí na zdravie ľudí.

1. Národný program podpory zdravia, podpora zdravia v 21.storočí

Význam dlhodobého programu zlepšovania zdravotného stavu obyvateľstva Slovenskej republiky „Zdravie pre všetkých v 21.storočí“ je v tom, že predstavuje model komplexnej prevencie a starostlivosti o zdravie a jeho rozvoj, vypracovaný podľa aktuálnych potrieb medicínskych odborov zahrňujúci zdravotnú politiku štátu.

Hlavným cieľom aktualizovaného Národného programu podpory zdravia je iniciovanie partnerstiev jednotlivých zložiek spoločnosti k zabezpečovaniu podpory a rozvoja verejného zdravia tak, aby sa dosiahlo trvalé zlepšenie zdravotného stavu

obyvateľstva. Realizácia cieľov NPPZ zabezpečuje intervenciu v širokom slova zmysle, a to od hospodárskej, sociálnej, zdravotnej politiky štátu vrátane vzdelávania, až po intervenčné projekty na všetkých úrovniach spoločnosti. NPPZ je integrovaný program, do ktorého sa môže zapojiť vláda SR, ministerstvá, orgány štátnej správy a samosprávy, mimovládne organizácie, podnikateľský sektor, ako aj všetky ostatné zložky spoločnosti (dobrovoľné zväzy a iné organizácie). Pri zabezpečovaní úloh vyplývajúcich z jednotlivých cieľov tohto programu je nevyhnutná koordinácia s jednotlivými stratégiami Svetovej zdravotníckej organizácie a rozhodnutiami Európskeho parlamentu a rady. Rovnako je dôležitá koordinácia programu so stratégiou Štátnej politiky zdravia. NPPZ bližšie rozpracováva jednotlivé úlohy štátnej politiky zdravia. NPPZ rovnako ako koncepcia štátnej politiky zdravia sa riadi a vychádza z politiky „Zdravie pre všetkých“ - „Zdravie 21“, dokumentom prijatým WHO na 51. Svetovom zdravotníckom zhromaždení v roku 1998. Štátna politika zdravia vychádza z významných dokumentov platných v Slovenskej republike, ale akceptuje aj stratégie WHO, ktorými sú napríklad Európska stratégia pre prevenciu a kontrolu neprenosných ochorení či Charta proti obezite alebo Európsky akčný plán pre životné prostredie a zdravie detí. Súčasťou NPPZ je zabezpečovanie priebežnej komunikácie s verejnosťou vrátane edukácie.

Cieľom komunikácie je zabezpečiť systém toku informácií tak, aby obyvatelia mali voľný prístup k primeraným a zrozumiteľným informáciám, ktoré napomôžu pozitívne ovplyvňovanie ich vedomostí, postojov a správania sa k svojmu zdraviu. Na zabezpečenie komunikácie s verejnosťou sa využívajú všetky dostupné prostriedky: masmediálne, elektronické a iné. Stratégia NPPZ vychádza z výsledkov monitorovania zdravotného stavu obyvateľov SR.

2. Ciele Národného programu podpory zdravia

Štátna politika zdravia chápe zdravie ako základné ľudské právo. Jej cieľom je nasmerovať záujmy a snahy všetkých zložiek spoločnosti na zdravie ako kľúčový faktor rozvoja spoločnosti a vytvoriť prostredie, v ktorom občania budú mať zaručené podmienky na podporu a ochranu svojho zdravia, právo na zdravotnú starostlivosť a na dostupnosť a rovnosť v jej poskytovaní. Pre všetky vekové a sociálne skupiny obyvateľov sa vytvoria rovnaké podmienky na udržanie zdravia, pričom platí princíp vzájomnej solidarity. Pri podpore a ochrane zdravia sa predpokladá aktívna spolupráca každého jednotlivca i celej spoločnosti. Informovaný občan bude mať možnosť slobodne a na základe jasných kritérií využívať tieto záruky.

Hlavným cieľom aktualizovaného NPPZ je iniciovanie partnerstiev jednotlivých zložiek spoločnosti k zabezpečovaniu podpory a rozvoja verejného zdravia tak, aby sa dosiahlo trvalé zlepšenie zdravotného stavu obyvateľstva. Aktualizovaný NPPZ v roku 2005 bol zameraný na vybrané determinanty zdravia a skladá sa z **11 cieľov**:

- 1. zdravý životný štýl,**
- 2. starostlivosť o zdravie,**
- 3. zdravá výživa,**
- 4. alkohol, tabak, drogy,**
- 5. prevencia úrazovosti,**
- 6. zdravá rodina,**
- 7. zdravé pracovné podmienky,**
- 8. zdravé životné podmienky,**
- 9. zníženie výskytu infekčných chorôb,**
- 10. zníženie výskytu neinfekčných chorôb,**
- 11. pohybová aktivita.**

Každý cieľ obsahuje definíciu, súčasný stav, zdravotné uvedomenie obyvateľov, aktivity na splnenie cieľa a ukazovatele monitorovania. Navrhnuté indikátory, ako i spôsoby monitorovania v rámci jednotlivých projektov, sleduje odborná komisia. Nástrojom na realizáciu cieľov NPPZ sú projekty. Podľa závažnosti zdravotného rizika sa navrhujú na realizáciu na národnej alebo regionálnej úrovni. Sú dlhodobé alebo krátkodobé. Aktualizovaný NPPZ si vyžaduje novú štruktúru koordinácie. Jeho zabezpečenie by sa malo premietnuť do krátkodobých a dlhodobých etáp riešenia intervenčných projektov. Za týmto účelom je potrebné vyčleniť účelovo viazané finančné prostriedky na jednotlivé rezorty. Hodnotenie NPPZ sa realizuje každých 5 rokov. Správa sa predkladá vláde SR, ktorá má rozhodujúcu úlohu pri formovaní trvalo udržateľného systému rozvoja zdravia verejnosti a môže prijímať zodpovedajúce opatrenia. Aktualizovaný NPPZ tak, ako to názov výstižne definuje, je program, ktorý má na všetkých úrovniach osloviť občanov Slovenska, učiť ich k starostlivosti o zdravie a zabezpečiť jeho zlepšovanie.

2.1 Realizácia cieľov

Realizácia cieľov NPPZ zabezpečuje intervenciu v širokom slova zmysle, a to od hospodárskej, sociálnej, zdravotnej politiky štátu vrátane vzdelávania, až po intervenčné projekty na všetkých úrovniach spoločnosti. Národný program podpory zdravia je integrovaný program, do ktorého sa môžu zapojiť všetky rezorty vlády SR, orgány štátnej správy a samosprávy, mimovládne organizácie, podnikateľský sektor, ako aj všetky ostatné zložky spoločnosti (dobrovoľné zväzy a iné organizácie).

Rovnako je dôležitá koordinácia programu so stratégiou štátnej politiky zdravia. NPPZ bližšie rozpracováva jednotlivé úlohy štátnej politiky zdravia. Stratégia NPPZ vychádza z výsledkov monitorovania zdravotného stavu obyvateľov SR, a taktiež z výsledkov zdravotného uvedomenia obyvateľov SR. Každých 5 rokov sa hodnotí efektivita a dopad NPPZ na zdravie. Správa sa predkladá na schválenie MZ SR, vláde SR a následne Národnej rade SR.

2.2 Nástroje na realizáciu cieľov

Nástrojom realizácie jednotlivých cieľov NPPZ sú projekty, ktoré na základe identifikácie a eliminácie zdravotných rizík prispievajú k zlepšeniu zdravotného stavu obyvateľstva. Podľa závažnosti zdravotných rizík projekty NPPZ sú realizované na národnej a regionálnej úrovni. Z pohľadu hodnotenia závažnosti dopadu rizík na zdravie sú projekty rozdelené na dlhodobé a krátkodobé. Dlhodobé projekty sú navrhované na viac ako 5 rokov a krátkodobé sú navrhované na 1 až 3 roky. Projekty NPPZ sa predkladajú podľa aktuálnej výzvy a na základe predloženia žiadosti sú posudzované odbornou komisiou a schválené ministrom zdravotníctva SR. Odborná komisia je zložená zo zástupcov jednotlivých rezortov vlády SR, ktorá predkladá projekty oponentom a na základe ich posúdenia a odporúčaní Ministerstvo zdravotníctva SR tieto projekty vyhodnotí. Pri posudzovaní návrhov na riešenie projektov sa zohľadňujú nasledovné kritéria:

- prínos k zlepšeniu zdravotného stavu a zdravotného uvedomenia obyvateľov,
- nadväznosť projektu na aktuálne ciele NPPZ,

- ekonomická efektivita projektu a transparentnosť,
- jasne definovaná merateľnosť cieľov,
- kvantifikované indikátory,
- hodnotenie dopadu projektu na zdravie,
- využiteľnosť výsledkov projektu v praxi,
- odborná úroveň projektu,
- referencie žiadateľa,
- udržateľnosť projektu aj po ukončení finančnej podpory.

Program a projekty NPPZ koordinuje Úrad verejného zdravotníctva SR. Taktiež hodnotí dopad programu na zdravie, pričom využíva metodiky procesov hodnotenia.

2.3 Komunikácia

Súčasťou NPPZ je zabezpečovanie priebežnej komunikácie s verejnosťou, vrátane edukácie. Cieľom komunikácie je zabezpečiť systém toku informácií tak, aby obyvatelia mali voľný prístup k primeraným a zrozumiteľným informáciám, ktoré napomôžu k pozitívnemu ovplyvňovaniu ich vedomostí, postojov a správania sa k svojmu zdraviu. Na zabezpečenie komunikácie s verejnosťou sa využívajú všetky dostupné prostriedky: masmediálne, elektronické a iné.

2.4 Konkretizácia cieľov aktualizovaného NPPZ

Cieľ č. 1 – Zdravý životný štýl

Úlohou k dosiahnutiu tohto cieľa je vytvárať podmienky na zlepšenie spôsobu života, a tak umožniť obyvateľom zvýšiť kvalitu života a prevziať zodpovednosť za vlastné zdravie.

Definícia cieľa: Životný štýl je správanie sa jednotlivca, ktorého základom je vzájomné pôsobenie životných podmienok, osobnostných vlastností, sociálnych a ekonomických faktorov. Životný štýl má veľký vplyv a kvalitu života, pretože v súčasnosti sa dramaticky menia rôzne aspekty ľudského života. Zdravý životný štýl je jednou z priorít tohto programu, ktorá smeruje k výchove obyvateľov ku zdraviu. Kombináciou

výchovy ku zdraviu a účinnej stratégii podpory zdravia je možné dosiahnuť zlepšenie verejného zdravia. Je dôležité vytvárať podmienky na zlepšenie spôsobu života, a umožniť obyvateľom zvýšiť tak kvalitu svojho života a prevziať zodpovednosť za vlastné zdravie.

Aktivity na splnenie cieľa:

- zvýšiť úroveň informovanosti obyvateľov o vybraných determinantoch zdravia,
- zníženie nerovnosti v zdraví,
- podporovať celoživotné vzdelávania vybraných skupín obyvateľstva (rizikových skupín) zamerané na zdravý spôsob života.

Zvyšovaním úrovne informovanosti o vybraných determinantoch zdravia, podporovaním celoživotného vzdelávania skupín obyvateľstva so zameraním na zdravý spôsob života a upozorňovaním na riziká nezdravého životného štýlu prispieva k výchove obyvateľstva ku zdraviu aj ÚVZ SR prostredníctvom poradenských centier ochrany a podpory zdravia pri RÚVZ v SR. Hlavným cieľom je upozorniť verejnosť na riziká nesprávneho životného štýlu a prispieť tak k zvýšeniu zdravotného uvedomenia, predovšetkým v oblasti prevencie kardiovaskulárnych ochorení, ako aj ochorení s neustále narastajúcim trendom – obezitou, diabetom, metabolickým syndrómom, niektorých nádorových ochorení.

Realizované programy: v okrese Komárno projekt **„Zdravý životný štýl“**, v prešovskom okrese **„Zdravie za katedrou“**, v Žiari nad Hronom pokračovali v projekte **„Zmena životného štýlu vo vyššom veku“**, v okrese Trenčín prebiehal v roku 2009 lokálny projekt **„Podpora zdravia v dennej praxi zdravotníckych pracovníkov“**, v okresoch Gelnica a Spišská Nová Ves regionálny projekt **„Pohoda – hľadá sa zdravie školáka s pozitívnym stresom“**, Ministerstvo školstva realizovalo projekt **„Zdravie v školách“**, Mnohé školy a školské zariadenia realizovali miestne, komunitné a regionálne aktivity (súťaže medzi školami) v rámci **„Európskeho týždňa boja proti drogám“**, **„Týždňa zdravia“**, **„Svetového dňa boja proti drogám“**, **„Svetového dňa zdravia“**.

Cieľ č. 2 – Starostlivosť o zdravie

Prevencia ako súčasť zdravotnej starostlivosti vyplýva zo zákona č.576/2004 Z. z. o zdravotnej starostlivosti, službách súvisiacich s poskytovaním zdravotnej starostlivosti a o zmene a doplnení niektorých zákonov.

Definícia cieľa: Prevencia patrí do súboru pracovných činností vykonávaných zdravotníckymi pracovníkmi. Prijatím novej legislatívy v zdravotníctve nastáva posun k vlastnej zodpovednosti každého jednotlivca za zdravie. Z pohľadu vývoja zdravia prináša efektívnosť opatrení zameraných na prevenciu väčší zisk pre zdravie obyvateľov a spoločnosť ako náklady na kuratívnu medicínu.

Aktivity na splnenie cieľa:

- posilňovať a sledovať efektívnosť programov zameraných na prevenciu,
- zvyšovať informovanosť a edukáciu obyvateľov s cieľom ochrany, zachovania alebo vrátenia zdravia osobe,
- udržiavať vysoký štandard očkovania a preventívnych prehliadok v detskom veku,
- znižovať nerovnosť v zdraví v komunitách,
- podporovať individuálne poradenstvo zdravého životného štýlu, založené na vedeckých dôkazoch.

Realizované programy: znižovanie nerovnosti v zdraví sa realizuje prostredníctvom programu „**Program podpory zdravia znevýhodnených komunít na Slovensku na roky 2007 – 2015**“, zámerom projektu „**Národný program duševného zdravia**“ je vytvoriť systém starostlivosti o duševné zdravie, „**Národný program starostlivosti o deti a dorast v SR na roky 2008 – 2015**“ je ďalší z programov podporujúci starostlivosť o zdravie a rozvoj detí a dorastu, „**Národný program prevencie ochorení srdca a ciev**“, ktorého hlavným cieľom je vytvoriť systém opatrení zameraných na incidenciu a prevalenciu srdcovocievnych rizikových faktorov.

Cieľ č. 3 – Zdravá výživa

Zdravá výživa a stravovacie návyky sú hlavným pilierom zdravého spôsobu života. Príjem jednotlivých nutričov ovplyvňuje výskyt a vývoj najčastejších neinfekčných ochorení.

Definícia cieľa: Nadalej pretrvávajú zaužívané nesprávne stravovacie návyky. Dlhodobá energetická nadmernosť vo výžive a jej nevyváženosť v zastúpení živín a ochranných faktorov a taktiež súčasné ceny potravín zvyšujú riziko vzniku a výskytu neinfekčných ochorení, najmä srdcovocievnych a onkologických. V súčasnosti pretrvávajú nízka spotreba ovocia, zeleniny, mlieka a mliečnych výrobkov. Spotreba mäsa je vyššia, najmä bravčového mäsa, ako sú odporúčané normy. Sortiment potravín sa v

posledných dvoch desaťročiach podstatne zvýšil a spestril, problémom zostáva dostupnosť niektorých druhov zeleniny, ovocia, niektorých druhov mäsa, mäsových výrobkov a taktiež mlieka a mliečnych produktov najmä pre sociálne slabšie skupiny obyvateľstva.

Aktivity na splnenie cieľa:

- výchovu a edukáciu obyvateľov zamerať na zlepšenie stravovacích návykov u všetkých vekových skupín,
- presadzovať zásady správnej výživy v oblasti spoločenského stravovania a v školskom stravovaní,
- zvyšovať informovanosť obyvateľov o zdraví prospešných potravinách,
- monitorovanie saturácie obyvateľstva vybraných mikro a makronutrientov,
- zvyšovať prísun vápnika spotrebou mlieka a mliečnych výrobkov a to najmä v školách,
- podporovať produkciu zdraviu prospešných potravín,
- rozvíjať programy podpory zdravia s cieľom zlepšiť výchovu a informovanosť výrobcov a konzumentov v tejto oblasti,
- monitorovanie cudzorodých látok v potravinách,
- monitorovanie spotreby vybraných druhov potravín a stravovacích návykov.

Realizované programy: „**Deň jablka**“ ktorý organizuje Liga proti rakovine, zvyšovanie prísunu vápnika spotrebou mlieka a mliečnych výrobkov, a to najmä v školách prostredníctvom projektu „**Školské mlieko**“ (predaj mlieka na Slovensku aj formou verejných mliečnych automatov), podporovanie produkcie zdraviu prospešných potravín udeľovaním „**Značka kvality SK**“ výrobkom, ktoré sú vysoko kvalitné a majú významný prínos pre spotrebiteľa z hľadiska bezpečnosti, kvality a výživy.

Cieľ č. 4 – Znížiť škody spôsobené alkoholom, drogami a tabakovými výrobkami

Zámerom tohto cieľa je znížiť škody spôsobené alkoholom, drogami a tabakovými výrobkami. Nadmerné užívanie alkoholu má okrem sociálnych dôsledkov vplyv na zvýšenie rizika úrazovosti a na vznik neinfekčných ochorení (malígne ochorenia, výskyt nervových duševných a mnohých iných ochorení).

Definícia cieľa: Drogy majú okrem toxických účinkov aj vážne sociálne dopady, vplyv na mentálne zdravie a zvyšujú riziko niektorých závažných infekčných ochorení (AIDS, vírusové ochorenia pečene atď.). Užívanie tabakových výrobkov spôsobuje rozsiahle

poškodenie zdravotného stavu obyvateľstva, predovšetkým má podiel na zvýšení výskytu ochorení srdca a ciev, ochorení dýchacích ústrojov a radí sa medzi hlavné príčiny malígnych ochorení pľúc a iných zhubných nádorov.

Aktivity na splnenie cieľa:

- realizovať preventívne opatrenia zamerané na znižovanie spotreby tabakových výrobkov, alkoholu a drog,
- realizovať vzdelávacie programy zamerané na vybrané skupiny obyvateľov,
- zvyšovať odbornú spôsobilosť v prevencii fajčenia a programov na odvykanie od fajčenia u odborných pracovníkov,
- zvyšovať informovanosť detí a mládeže o negatívach a dopade užívania návykových látok na zdravie,
- edukovať obyvateľov o rizikách užívania alkoholu pri rekreačných a voľnočasových aktivitách,
- vykonávať testy na alkohol a iné návykové látky u zamestnancov ako súčasť komplexného preventívneho programu, a to najmä na pracoviskách spojených so zvýšeným rizikom,
- edukovať rodičov a učiteľov o negatívach a dopade užívania návykových látok na zdravie detí a mládeže,
- vytvoriť informačný systém zameraný na užívanie vybraných návykových látok,
- tvorba a podpora programov na redukcii poškodenia zdravia u vnútrožilových užívateľov návykových látok.

Realizované programy: „**Národný akčný plán pre problémy s alkoholom**“, akcie uskutočňované priamo v poradniach zdravia alebo na školách vo forme prednášok (napr. na tému „**Závislosť**“, „**Podstata závislosti a niektoré typy závislosti**“, „**Prevencia závislosti**“, „**Škodlivosť užívania alkoholu u mladistvých**“ a premietanie filmu - „**Alkohol tichý zabijak, Biele hroby a Výťah do neba**“) so zameraním prioritne na alkohol a fajčenie, „**Prevencia drog a drogových závislostí**“, regionálny projekt „**Prevencie protispoločenskej činnosti mládeže s dôrazom na problematiku záškoláctva a požívaniu alkoholu a tabakových výrobkov na území mesta Galanty**“, Každoročne si v mesiaci máj pripomíname „**Svetový deň bez tabaku**“.

Cieľ č. 5 – Prevencia úrazovosti

Úrazy sú závažným problémom nielen zdravotníckym, ale aj humánnym a v neposlednom rade ekonomickým. Záchranné práce, liečba, rehabilitácia vrátane dávok sociálneho poistenia a štátnych sociálnych dávok pre postihnutých sú spojené s vysokými finančnými nákladmi. Väčšiu časť úrazov však možno predvídať, preto je potrebné zamerať sa vo zvýšenej miere na ich prevenciu.

Definícia cieľa: Znížiť výskyt úrazovosti vo všetkých vekových skupinách.

Aktivity na splnenie cieľa:

- zdokonalenie monitorovania úrazovosti,
- zdokonalenie zdravotníckeho informačného systému pre identifikovanie determinantov zdravia v oblasti neúmyselných úrazov a násilia,
- vypracovanie systému zberu relevantných dát o chorobnosti, invalidite a úmrtnosti pri neúmyselných úrazoch vo vybraných vekových kategóriách,
- vypracovanie metódy na overovanie efektivity preventívnych mechanizmov uplatňovaných v SR na národnej a regionálnej úrovni,
- zvýšiť úroveň preventívnych a výchovných a edukačných aktivít v oblasti prevencie úrazov.

Realizované programy: „**Dni bezpečnosti cestnej premávky v mestách a obciach SR**“, „**Bezpečnosť cestnej premávky – cesta pre život**“, letáková kampaň „**Bezpečnosť na dvoch kolesách**“ sa zameriavala na upozorňovanie cyklistov, mladých motocyklistov a korčuliarov na riziká nehodovosti, - multimedialne CD „**Dopravná výchova pre cyklistov**“, - multimedialne DVD „**Dopravné nehody a prvá pomoc**“.

Cieľ č. 6 – Zdravá rodina

Základom zdravého vývinu každého jedinca je harmonická rodina. Zdravá rodina vychováva zdravé deti, ktoré sú základom prosperujúcej spoločnosti. V súčasnosti v SR klesá pôrodnosť, zvyšuje sa vek prvorodičiek, a zároveň sa znižuje počet detí pripadajúcich na jednu ženu vo fertilnom veku. Dôsledkom tohto trendu je nárast počtu obyvateľov v postproduktívnom veku. Ďalším dôsledkom je nárast počtu detí vychovávaných v neúplnej rodine.

Definícia cieľa: Vytvoriť podmienky pre zdravý a harmonický rozvoj rodiny. Zdravie rodiny je odrazom sociálnej a kultúrnej úrovne každej civilizovanej krajiny.

Aktivity na splnenie cieľa:

- edukácia tehotných žien a rodičov detí o vybraných determinantoch zdravého životného štýlu,
- prevencia rizikových faktorov zdravia v detskom veku,
- výchova k partnerstvu a rodičovstvu vo vybraných komunitách,
- zefektívniť systém vzdelávania a výchovy k zodpovednosti za zdravie pre všetky vekové skupiny,
- vytvárať podmienky pre aktivity rodín vo voľnom čase,
- realizovať preventívne programy zamerané na zdravé starnutie,
- výchova a edukácia rodín so zdravotne postihnutým členom,
- vytvoriť edukačno-intervenčné programy pre vzdelávanie rómskej komunity v oblasti zdravého životného štýlu.

Realizované programy: „Koncepcie výchovy k manželstvu a rodičovstvu základných a stredných škôl“, výchova k manželstvu a rodičovstvu je zaradená do vyučovania od 1. ročníka základnej školy, súčasťou inovovaných učebných osnov je aj tematický celok „Zásady bezpečného správania“, v ktorom je okrem iného obsiahnutá problematika zaoberajúca sa nebezpečenstvom detskej pornografie a sexuálneho zneužívania detí, celoslovenský projekt „Materské centrá“, kde formou prednášok, ponukou služieb poradní zdravia, videoprojekciami, prezentáciou zdravého životného štýlu sa pôsobilo cez mamičky aj na ich rodiny (prednášky a konzultácie boli na témy: „Urobme všetko preto, aby deti nezomierali, spojené s distribúciou plagátov „Život deťom nekúpiš, príľbu áno“, „Nedostatky v stravovaní“, „Hygiena dutiny ústnej“, „Stravovanie a zubný kaz“, „Demonštrácia čistenia chrupu pomocou modelu“, „Správna výživa“, „Význam pohybovej aktivity“, „Očkovanie detí“, „Prevencia kardiovaskulárnych ochorení“, Formou edukácie, prednášok a konzultácie boli žiaci v školách oboznámení s témami: „Zdravý životný štýl a nebezpečenstvo diét“, „Prevencia civilizačných ochorení“, „Fajčenie, alkohol a prevencia“, „Sexualita, láska, antikoncepcia“, „Drogy – primárna prevencia a prvá pomoc“, „Duševné zdravie a stres“.

Cieľ č. 7 – Zdravé pracovné podmienky

Infraštruktúra v jednotlivých podnikoch sa nenachádza v mnohých prípadoch na príslušnej úrovni. Chýbajú tu predovšetkým motivačné ponuky zo strany štátnej správy pre potreby posilnenia manažmentu zdravia, pracovného prostredia a bezpečnosti práce.

Tiež je dôležité pripomenúť, že aj poisťovne zaoberajúce sa úrazovosťou môžu motivovať zamestnávateľov výškou poistného v súlade s úrovňou stavu pracovného prostredia a starostlivosti o zamestnanca.

Definícia cieľa: Presadzovať a dodržiavať princípy zdravých pracovných podmienok vo veľkých a stredných podnikoch.

Aktivity na splnenie cieľa:

- uplatňovať kritéria a indikátory k ochrane a podpore zdravia,
- podporovať zavádzanie systému riadenia ochrany a podpory zdravia pri práci a bezpečnosti pri práci, vrátane edukácie v tejto oblasti,
- podporovať zavádzanie programov na redukciiu a prevenciu neprítomnosti zamestnancov v práci z dôvodu ochorení súvisiacich s prácou,
- vytvárať vhodné psychosociálne podmienky práce na všetkých úrovniach riadenia,
- zlepšovať podmienky pre zamestnancov z hľadiska prevencie chorôb z povolania a nadmernej psychickej pracovnej záťaže v odvetviach s významnými rizikovými faktormi práce a pracovného prostredia (napr. zdravotníctvo),
- realizovať preventívne a edukačné programy na ochranu a podporu zdravia zamestnancov.

Realizované programy: európska kampaň „**Zdravé pracoviská – hodnotenie rizík**“ a kampaň „**Bezpečnosť v údržbe**“ na roky 2010 a 2011. Informačné aktivity tvorila hlavne masívna kampaň vedená prostredníctvom internetových stránok RÚVZ v SR a ÚVZ SR, prostredníctvom printových a audiovizuálnych regionálnych aj mainstreamových médií, ako aj v spolupráci s mestami (akcie *Dni zdravia*). Zároveň boli vypracovávané a prezentované zdravotno-výchovné materiály, poskytované poradenstvo zamestnávateľom a zamestnancom v ochrane zdravia pri práci, realizované prezentácie a workshopy zamerané na poznanie vplyvu faktorov práce a pracovného prostredia na zdravie, organizované výjazdy s poradňami zdravia, inštalované informačné tabule v podnikoch a vývesné tabule na verejných priestranstvách a pod. V Rožňave to je napr. projekt Beethoven, ktorého cieľom je zníženie počtu zamestnancov exponovaných riziku hluku o 20 % vo vybranej spoločnosti).

Cieľ č. 8 – Zdravé životné podmienky

Kvalita domáceho prostredia je dôležitým prvkom, ktorý odráža zdravotný stav obyvateľov. Táto skutočnosť je daná predovšetkým dĺžkou pobytu osôb v

domácnostiach, vytváraním sociálnych väzieb v tomto prostredí. Z tohto dôvodu je dôležitá nielen prítomnosť, alebo neprítomnosť rizikových faktorov, chemickej, fyzikálnej a biologickej povahy, ale aj pôsobenie psychologických a sociálnych faktorov. Na zabezpečenie tohto cieľa je potrebné dohliadať na kvalitu domáceho prostredia, rozvojom schopností jedincov i rodín za účelom chránenia a zlepšovania svojho zdravia, a tým prispieť k zníženiu vplyvu zdravotných rizikových faktorov nachádzajúcich sa v domácnostiach.

Definícia cieľa: Priebežne vytvárať zdravé sociálne, ekonomické a environmentálne životné podmienky. Každý jedinec má právo žiť v prostredí, ktoré pozitívne ovplyvňuje jeho zdravie, na čo je nutné zamerať každú miestnu zdravotnú politiku. Opatrenia týkajúce sa zdravého bývania by mali byť zakotvené i v územnom plánovaní. Príprava a zavedenie miestnej zdravotnej politiky patrí k neoddeliteľným súčasťam tohto programu.

Aktivity na splnenie cieľa:

- zvýšiť informovanosť o vyskytujúcich sa rizikách, ktoré ovplyvňujú zdravie a prispievajú k vytváraniu zdravého životného prostredia,
- posilňovať a rozširovať pozitívne vplyvy a zdraviu prospešné aktivity v oblasti životného prostredia,
- vypracovať epidemiologickú štúdiu zameranú na vyhodnotenie prípadných zmien determinantov zdravia obyvateľov vo vybraných lokalitách,
- hodnotenie dopadu rozhodovania na zdravie.

Realizované programy: akčný plán pre životné prostredie a zdravie sa v nadväznosti na aktuálne problémy hygieny životného prostredia neustále aktualizuje každých 5 rokov, sledovanie kvality pitnej vody, z hľadiska bezpečnosti cestnej a železničnej dopravy sa *budovali mimoúrovňové križovania, z pohľadu bezpečnosti cestujúcich vznikali nové* peróny, podchody, bezbariérové prístupy k nástupiskám, ako aj ďalšie opatrenia. Inšpektorát práce vykonáva dozor u zamestnávateľa aj pri výbere, umiestnení, usporiadaní, používaní, udržiavaní a kontrole pracoviska, pracovného prostredia, pracovných prostriedkov, ochranných prostriedkov, chemických faktorov, fyzikálnych faktorov, biologických faktorov, faktorov ovplyvňujúcich psychickú pracovnú záťaž.

Cieľ č. 9 – Zníženie výskytu infekčných ochorení

Epidemiologickú situáciu v Slovenskej republike v posledných rokoch možno celkovo hodnotiť ako priaznivú.

Definícia cieľa: Hlavným zámerom tohto cieľa je znížiť nepriaznivé dôsledky infekčných ochorení pomocou systematicky realizovaných programov zameraných na elimináciu alebo redukciu výskytu infekčných ochorení, ktoré významne ovplyvňujú zdravie verejnosti.

Aktivity na splnenie cieľa:

- naďalej plniť úlohy „Akčného plánu na udržanie stavu bez poliomyelitíd“,
- zabezpečovať realizáciu pravidelného povinného očkovania detí a očkovania dospelých populácie proti tetanu, naďalej dosahovať vysokú zaočkovanosť,
- zabezpečovať pravidelné povinné očkovanie detí proti osýpkam a epidemiologické i laboratórne prešetrenie každého suspektného prípadu osýpok,
- dosahovať vysokú zaočkovanosť detskej populácie proti záškrtu, čiernemu kašľu, rubeole, zápalu pľúc, hemofilovým invazívnym infekciám, príušniciam, vírusovej hepatitíde typu B,
- zdravotnou výchovou ovplyvňovať zníženie výskytu a ďalšieho šírenia pohlavne prenosných nákaz.

Realizované programy: prebieha realizácia pravidelného povinného očkovania detí a dospelých - každoročne je vypracovaný očkovací kalendár pre povinné pravidelné očkovanie, v roku 2007 bol na Slovensku zavedený nový epidemiologický informačný systém prenosných ochorení – EPIS, vykonáva sa zber a analýza údajov o výskyte ochorení, vyhodnocovanie jej výsledkov a realizácia potrebných opatrení.

Cieľ č. 10 – Zníženie výskytu neinfekčných ochorení

Viac ako 90 % všetkých úmrtí v Slovenskej republike spôsobujú chronické neinfekčné ochorenia. Popredné miesto im patrí aj v rebríčku príčin chorobnosti, hospitalizácie a príčin invalidizácie.

Definícia cieľa: Cieľom je zníženie výskytu neinfekčných ochorení a ich následkov, zníženie predčasnej úmrtnosti v dôsledku chronických ochorení na najnižšiu možnú mieru. Medzi najčastejšie vyskytujúce sa neinfekčné ochorenia patria ochorenia srdcovocievne, nádorové, cukrovka, ochorenia horných dýchacích ciest a pľúc, ochorenia pohybového aparátu a pod.

Aktivity na splnenie cieľa:

- prevencia ischemickej choroby srdca a ďalších srdcovocievnych ochorení dôsledným uplatňovaním odborných odporúčaní,
- aktivity na zníženie rizika srdcovocievnych ochorení v rámci primárnej prevencie,
- vykonávať periodické, epidemiologické štúdie prevalence najzávažnejších rizikových faktorov kardiovaskulárnych ochorení a kardiovaskulárnej morbidity,
- skrining vybraných nádorových ochorení (nádory prsníka, maternicového čípku, hrubého čreva, recta, pľúc, kožné nádory),
- štandardizácia diagnostických a liečebných postupov a ich periodická aktualizácia,
- zlepšenie podmienok pre rehabilitáciu onkologických pacientov s dôrazom nielen na rehabilitáciu fyzickú, s možnosťou ich začlenenia do pracovného procesu pri ich zmenenej pracovnej schopnosti,
- zvýšenie kvality terminálnej starostlivosti o onkologicky chorých pacientov,
- edukácia obyvateľstva o dôležitosti pravidelných a preventívnych onkologických prehliadok,
- zabezpečenie koordinácie a efektívnosti preventívnej starostlivosti o duševné zdravie. Presun doterajšieho typu starostlivosti na komunitný typ starostlivosti o duševné zdravie. Zaradenie nových prístupov a foriem starostlivosti o duševné zdravie do pregraduálnych, postgraduálnych a kontinuálnych systémov vzdelávania a podľa potreby vytváranie nových programov pre poskytovateľov starostlivosti,
- monitorovanie incidencie a prevalence vybraných duševných porúch,
- monitorovanie depresie a úzkostných porúch,
- monitorovanie a analýza alergií u detí a presadzovanie preventívnych opatrení,
- edukácia jedincov o stravovacích návykoch v súvislosti s alergiou,
- monitorovanie incidencie a prevalence osteoporózy,
- edukácia primárnej prevencie osteoporózy v detstve,
- vytváranie edukačno-intervenčných programov pre obyvateľov vedúcich k vyššej informovanosti o rizikových faktoroch podieľajúcich sa na vzniku cukrovky.

Realizované programy: celonárodná medzinárodne koordinovaná kampaň na zvýšenie pohybovej aktivity dospeléj populácie „**Vyzvi srdce k pohybu**“. Kampaň je celoštátna, koná sa každé 2 roky (vždy v nepárnom roku), v „**Deň srdca**“ sa vykonávajú vyšetrenia rizikových faktorov srdcovocievnych ochorení širokej verejnosti, sú im prístupné

poradenské centrá po celý deň a vyšetrenia sa vykonávajú aj v priestoroch, ktoré sú dostupné širokej verejnosti (námestia, obchodné domy, mestské úrady).

Cieľ č.11 – Pohybová aktivita

Človek je morfológicky aj funkčne adaptovaný na spôsob života, v ktorom schopnosť vyrovnať sa s náročnou telesnou činnosťou patrí k základným atribútom života a prežitia. Telesná nečinnosť, alebo sedavý spôsob života sú spojené s množstvom zdravotných ťažkostí, ktoré sú najčastejšie uvádzanou príčinou chronických porúch zdravia.

Definícia cieľa: Dosiahnutie pohybovej aktivity u čo najvyššieho počtu obyvateľom a edukácia o najefektívnejšej forme pohybovej aktivity, pod ktorou rozumieme pravidelnú dynamickú vytrvalostnú záťaž 4 až 6 – krát týždenne trvajúcu viac ako 30 minút denne.

Aktivity na splnenie cieľa:

- propagácia zdraviu prospešnej pohybovej aktivity pre vybrané vekové skupiny obyvateľov,
- edukačno - intervenčné poradenstvo pre jednotlivcov, zamerané na vhodné fyzické zaťaženie,
- rozširovať a zefektívňovať skupinové pohybové aktivity zamerané na prevenciu vybraných neinfekčných ochorení,
- vytváranie podmienok pre formovanie životného štýlu so zameraním na zlepšovanie pohybovej aktivity,
- príprava športových podujatí, ktorých cieľom je edukácia obyvateľov vo vzťahu k pohybovej aktivite,
- iniciácia dobrovoľníkov pre vedenie a organizovanie skupinových športových podujatí pre deti.

Realizované programy: do projektov **„Rekonštrukcia a modernizácia budov“** a **„Výstavba viacúčelového ihriska“** zapojilo viacero stredných škôl, medzi pravidelné akcie študentov - športovcov, ktoré sa organizujú i pre širokú verejnosť patria: **Športový Deň detí, Jesenný beh, Miestna olympiáda v halovom futbale, Miestna olympiáda v cezpoľnom behu**, mesto Spišská Belá predložil zámer navrhovanej činnosti **„Obnova a dobudovanie turistických chodníkov a cyklotrás v Belianskych Tatrách a ich podhorí“**.

Bibliografia

KOSTÚRIKOVÁ, A., *Enviromagazín*, Banská Bystrica: 2006. [online] [cit. 26.2.2012]

Dostupné na internete: <http://www.enviromagazin.sk/enviro2006/enviromc2/03.pdf>

<http://verejnezdravotnictvo.szu.sk/SK/2004/1/nppz.htm> [online] [cit. 3.3.2012]

http://www.uvzsr.sk/docs/info/podpora/narodny_program_sk.pdf [online] [cit. 1.3.2012]

http://www.uvzsr.sk/docs/info/podpora/schvalena_sprava_o_plneni_NPPZ_2006_2010.pdf [online] [cit. 28.2.2012]