

PAAUGLIŲ POŽIŪRIS Į GYVENSENĄ IR SVEIKATOS PATIKRĄ

Irena Povilaitienė, Viktorija Černeckaitė

Kauno kolegija

Anotacija. Straipsnyje atskleidžiamas paauglių požiūris į savo sveikatą ir gyvenimą, bendrosios praktikos slaugytojos vykdomą profilaktinį sveikatos tikrinimą ir teikiamą informaciją sveikatos stiprinimo klausimais. Taikomas kiekybinis tyrimas – apklausa raštu. Tyrime dalyvavo 829 respondentai, 16 – 19 metų amžiaus gimnazistai (493 merginos ir 309 vaikinai). Tyrimo rezultatai parodė, kad 16 – 19 metų amžiaus paaugliai savo sveikatą vertina „gerai“ arba „labai gerai“, tačiau skundžiasi įvairiais negalavimais. Ne visi paaugliai linkę rūpintis savo mityba, jų fizinė veikla yra nepakankama. Dauguma paauglių yra bandę rūkyti ar rūko kasdien bei vartoja alkoholinius gėrimus, daugiau nei pusė nurodė, kad nerūko elektroninių cigarečių ir nėra vartoję psichoaktyviųjų medžiagų. Tik pusė bendruomenės slaugytojų privalomas sveikatos patikros procedūras bei tyrimus atliko pagal visus reikalavimus. Dauguma slaugytojų nesuteikė paaugliams informacijos sveikatos ir sveikos gyvenimo klausimais.

Raktiniai žodžiai: paaugliai, sveikata, sveika gyvenimo, bendruomenės slaugytoja.

Įvadas

Paauglių sveikata – tai aktuali šių dienų problema. Vis daugiau iškyla klausimų apie sveikatą, jos stiprinimą bei sveikos gyvenimo formavimosi svarbą paauglystėje. Pasaulinės sveikatos organizacijos duomenimis labiausiai sveikatai turi įtakos gyvenimo, kuri sudaro net 40 – 60 procentų visų sveikatą lemiančių veiksnių (Dadelo, S. 2015; Kemerytė – Riaubienė, E. 2016). Svarbiausi gyvenimo veiksniai yra mityba, fizinis aktyvumas, žalingi įpročiai, seksualinis elgesys, darbo ir poilsio (miego) režimas, patiriamas stresas, higienos įpročiai, profilaktinis sveikatos tikrinimas, kita elgsena, galinti turėti įtakos sveikatai.

Sveikatos ugdymas paauglystėje yra esminis veiksnys, skatinantis įpročių ir elgesio formavimąsi. Paauglystėje susiformavusi sveikatos elgsena ir gyvenimo turi įtakos visam gyvenimui, todėl reikiamų rezultatų galima tikėtis tuo atveju, jeigu efektyviai ir kokybiškai bus atliekamas sveikatos ugdymas (Petrulytė, A. (2015; Radzevičienė, L., Vaitkevičius, J.,V. ir kt.,2016; Stankūnas, M., Veryga, A. ir kt., 2017).

Tyrimo aktualumas

Pasirinktos temos aktualumą galima pagrįsti supaprastėjusiais Lietuvos paauglių sveikatos rodikliais. Remiantis Lietuvos higienos instituto sveikatos informacijos centro duomenimis, 2016 metais vaikams ir paaugliams iki 17 metų daugiausiai buvo registruojamos kvėpavimo sistemos ligos - gripu 2016 metais sirgo dvigubai daugiau paauglių nei 2015 metais. Pastaraisiais metais didėja paauglių sergamumas cukriniu diabetu, toliaregyste, lėtiniu otitu, stemplės, skrandžio ir dvylikapirštės žarnos

ligomis. Vis daugiau paauglių įsitraukia į rizikingą elgseną, kuri kelia neigiamą poveikį paauglio sveikatai ir gerovei (Lietuvos Respublikos Seimo 2014 m. birželio 26 d. nutarimas Nr. XII-964. 2017; Lietuvos Respublikos statistikos duomenų bazė, 2016, 2017; Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija, 2017).

Tikslas. Atskleisti paauglių požiūrį į gyvenimą ir sveikatos vertinimą.

Objektas. 16 – 19 metų amžiaus paauglių požiūris į savo sveikatą ir gyvenimą.

Uždaviniai: nustatyti paauglių požiūrį į savo sveikatą ir gyvenimą; atskleisti paauglių požiūrį į bendruomenės slaugytojos vykdomą profilaktinį sveikatos tikrinimą; nustatyti bendruomenės slaugytojos teikiamą informaciją sveikatos stiprinimo klausimais.

Tyrimo metodai ir organizavimas

Mokslinės literatūros analizė, kiekybinis tyrimas (anketinė apklausa raštu, naudojant klausimyną), statistinė duomenų analizė, naudojant EXCEL programą, skaičiuojant aprašomosios statistikos procentinius dydžius. Atliekant tyrimą buvo apklausti 829 respondentai, 16 – 19 metų amžiaus gimnazistai. 802 anketos pilnai užpildytos (N=802), 27 anketos buvo sugadintos.

Tyrimo rezultatai

Iš 802 (N=802) apklaustųjų tyrime dalyvavo daugiau nei pusė merginų (61,4 proc.) ir daugiau nei trečdalis vaikinų (38,6 proc.). Didžiausią dalį tyrime dalyvavusių respondentų sudarė 16 metų amžiaus merginos - 224 (27,9 proc.), o mažiausiai – 19 metų amžiaus vaikinų – 39 (4,9 proc.) (1 lentelė).

1 lentelė. Respondentų pasiskirstymas pagal amžiaus grupes (N=802)

Amžius					
Lytis	16 metų	17 metų	18 metų	19 metų	Iš viso:
Merginos	27,9	10,8	10,8	11,9	61,4
Vaikinai	18,8	7,5	7,4	4,9	38,6
Iš viso:	46,7	18,3	18,2	16,8	100

Respondentų buvo paklausta „Kaip vertinate savo sveikatą?“. Remiantis gautais duomenimis, trečdalis paauglių (38,0 proc.) savo sveikatą vertina gerai, penktadalis (22,3 proc.) labai gerai, šeštadalis – patenkinamai (17,2 proc.) arba puikiai (17,0 proc.). Maža dalis paauglių savo sveikatą vertina neigiamai – 4,1 proc., blogai arba labai prastai (1,4 proc.). Sveikatos vertinimas pagal respondentų lytį ir amžių skiriasi (žr. 2 lentelė). Lyginant gautus duomenis pagal lytį (vaikinių ir merginų), galima teigti, kad tiek merginos (71,6 proc.), tiek vaikinai (52,1 proc.) per paskutinį laikotarpį labiausiai patyrė nuovargį.

2 lentelė. Sveikatos vertinimas pagal amžiaus grupes ir lytį (N=802)

Sveikatos vertinimas (proc.)							
Amžius	Lytis	Puiki	Labai gera	Gera	Patenkinama	Bloga	Labai prasta
16 metų	Merginos	13,4	24,6	41,5	14,3	4,5	1,7
	Vaikinai	31,1	24,5	27,8	13,2	2,0	1,4
17 metų	Merginos	8,0	17,2	48,3	19,5	4,6	2,3
	Vaikinai	20,0	20,0	26,7	21,7	11,6	0
18 metų	Merginos	13,9	22,1	45,3	13,9	3,6	1,2
	Vaikinai	18,6	23,7	35,6	18,7	1,7	1,7
19 metų	Merginos	9,4	16,7	47,9	22,9	3,1	0
	Vaikinai	20,5	28,2	15,4	28,2	5,1	2,6

Mityba yra svarbi sveikos gyvensenos sudedamoji dalis. Dadelo (2015) teigia, kad sveika ir subalansuota mityba apsaugo nuo nutukimo, lipidų apykaitos sutrikimų bei mažina lėtinių neinfekcinių ir kitų ligų riziką. Į užduotą klausimą „Ar Jūs rūpinatės savo mityba?“ gauti atsakymai pavaizduoti 3 lentelėje. Pagal tyrimo duomenis, beveik pusė apklaustųjų (48,6 proc.) nurodė, kad jie rūpinasi savo mityba, tačiau daugiau nei trečdalis (39,5 proc.) apklaustųjų teigia, kad nesirūpina. Tai rodo, kad paaugliai nėra linkę rūpintis savo mityba. Merginos, lyginant su vaikinais, labiau linkusios rūpintis savo mityba.

3 lentelė. Respondentų rūpinimasis savo mityba pagal amžiaus grupes ir lytį (N=802)

Ar Jus rūpinatės savo mityba? (proc.)				
Amžius	Lytis	Taip	Ne	Nežinau
16 metų	Merginos	58,9	32,1	9,0
	Vaikinai	57,6	32,5	9,9
17 metų	Merginos	54,0	33,3	12,7
	Vaikinai	38,4	51,6	10,0
18 metų	Merginos	53,5	37,2	9,3
	Vaikinai	35,6	56,0	8,4
19 metų	Merginos	38,5	51,0	10,5
	Vaikinai	30,8	56,4	12,8

Pagal Pasaulinės sveikatos organizacijos rekomendacijas paaugliai turėtų kiekvieną dieną po valandą aktyviai judėti, todėl buvo siekiama išsiaiškinti, ar paaugliai yra fiziškai aktyvūs ir kaip dažnai. Lyginant amžiaus grupes ir lytį, daugiausiai kasdien fizine veikla užsiima 16 metų amžiaus vaikinai (33,8 proc.) bei 16 metų amžiaus merginos (18,8 proc.). Kiekvieną dieną fizine veikla užsiima tik (9,3 proc.) 18 metų amžiaus merginų ir (9,4 proc.) 19 metų amžiaus merginų. Visiškai fizine veikla neužsiima 19 metų amžiaus (48,9 proc.) bei 18 metų amžiaus merginos (39,5 proc.). Ketvirtadalis (27,2 proc.) merginų fiziškai aktyvios kūno kultūros pamokose, o 27,3 proc. vaikinių lanko sporto klubą. Respondentų fizinio aktyvumo pasiskirstymas pagal amžiaus grupes ir lytį pavaizduoti 4 lentelėje.

4 lentelė. Respondentų fizinis aktyvumas pagal amžiaus grupes ir lytį (N=802)

Fizinio aktyvumo dažnumas (proc.)					
Amžius	Lytis	Kiekvieną dieną	3 - 4 kartus per savaitę	2 kartus per savaitę	Neužsiimu fizine veikla
16 metų	Merginos	18,8	30,3	38,4	12,5
	Vaikinai	33,8	33,8	22,5	9,9
17 metų	Merginos	12,6	33,3	29,9	24,2
	Vaikinai	21,6	21,6	21,6	35,2
18 metų	Merginos	9,3	19,8	31,4	39,5
	Vaikinai	15,2	38,9	22,2	23,7
19 metų	Merginos	9,4	11,5	30,2	48,9
	Vaikinai	12,8	28,3	20,5	38,4

Tyrimo duomenys rodo, kad absoliuti dauguma (70,8 proc.) paauglių yra bandžiusių rūkyti, o tik trečdalis (29,2 proc.) nėra to darę. Pagal amžiaus grupes absoliuti dauguma (63,8 proc.) 16 metų amžiaus merginų ir daugiau nei pusė (58,3 proc.)

vaikinių jau yra bandę rūkyti. Septintadalis (13,6 proc.) 18 metų amžiaus vaikinių ir dešimtadalis (10,3 proc.) 19 metų amžiaus vaikinių nėra bandę rūkyti. Ketvirtadalis (23,1 proc.) merginų ir trečdalis (32,0 proc.) vaikinių nurodė rūkantys kasdien. Daugiau nei pusė merginų per parą surūko po 1 – 2 cigaretės, 9 – 10 cigarečių surūko daugiau nei trečdalis (35,4 proc.) vaikinių, Respondentų, bandžiusių rūkyti skaičius, pagal amžiaus grupes ir lytį pavaizduotas 5 lentelėje.

5 lentelė. Respondentų, bandžiusių rūkyti, skaičius pagal amžiaus grupes ir lytį (N=802)

Respondentų, bandžiusių rūkyti, skaičius			
Amžius	Lytis	Taip	Ne
16 metų	Merginos	63,8	36,2
	Vaikinai	58,3	41,7
17 metų	Merginos	66,7	33,3
	Vaikinai	86,6	13,4
18 metų	Merginos	86,0	14,0
	Vaikinai	86,4	13,6
19 metų	Merginos	67,7	32,3
	Vaikinai	89,7	10,3

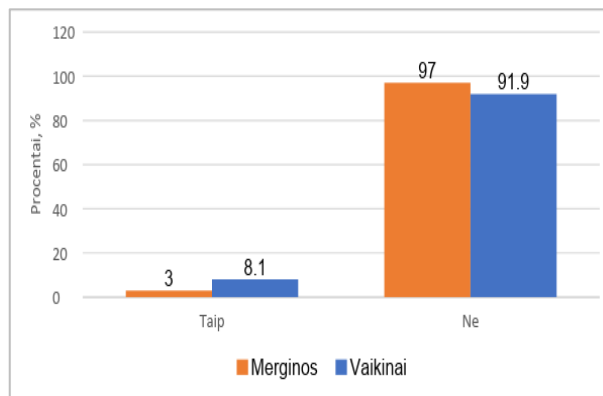
Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas nurodė, kad elektroninės cigaretės labiausiai yra paplitusios tarp 15 – 24 metų amžiaus asmenų (Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas, 2017). Atlikto tyrimo duomenys rodo, kad daugiau nei pusė paauglių (64,5 proc.) nerūko elektroninių cigarečių, o trečdalis respondentų (35,5 proc.) nurodė rūkantys. Pagal amžiaus grupes ir lytį elektroninės cigaretės labiausiai yra paplitusios tarp 16 metų amžiaus paauglių (merginų 34,8 proc., vaikinių 49,6 proc.), o mažiausiai tarp 19 metų amžiaus vaikinių (17,9 proc.) ir 18 metų amžiaus merginų (10,5 proc.).

Absoliuti dauguma (84,6 proc.) paauglių yra vartoję alkoholi, o tik šeštadalis (15,4 proc.) respondentų nėra to darę. Pagal amžiaus grupes ir lytį absoliuti dauguma 16 metų amžiaus merginų (75,9 proc.) ir vaikinių (78,8 proc.) jau yra ragavę alkoholinių gėrimų. Tik labai maža dalis 18 ir 19 metų amžiaus merginų ir vaikinių nėra ragavę alkoholinių gėrimų (4,2 proc. ir 7,7 proc. atitinkamai). Beveik pusė (42,7 proc.) merginų alkoholinius gėrimus vartoja švenčių metu, ketvirtadalis vaikinių (23,9 proc.) kartą per mėnesį. Respondentų, vartojusių alkoholi, skaičius pagal amžiaus grupes ir lytį pavaizduotas 6 lentelėje.

6 lentelė. Respondentų, vartojusių alkoholi, skaičius pagal amžiaus grupes ir lytį (N=802)

Respondentų, vartojusių alkoholi, skaičius (proc.)			
Amžius	Lytis	Taip	Ne
16 metų	Merginos	75,9	24,1
	Vaikinai	78,8	21,2
17 metų	Merginos	85,0	15,0
	Vaikinai	85,0	15,0
18 metų	Merginos	91,7	8,3
	Vaikinai	94,9	5,1
19 metų	Merginos	95,8	4,2
	Vaikinai	92,3	7,7

Siekiant įvertinti narkotinių medžiagų vartojimo paplitimą tarp paauglių buvo klausama „Ar esate vartojęs psichoaktyviųjų (narkotinių) medžiagų?“ (žr. 1 pav.). Absoliuti dauguma apklaustų merginų (97,0 proc.) ir vaikinių (91,9 proc.) teigia nėra vartoję psichoaktyvių medžiagų. Maža dalis paauglių yra vartoję narkotinių medžiagų (merginų 3,0 proc., vaikinių 8,1 proc.).



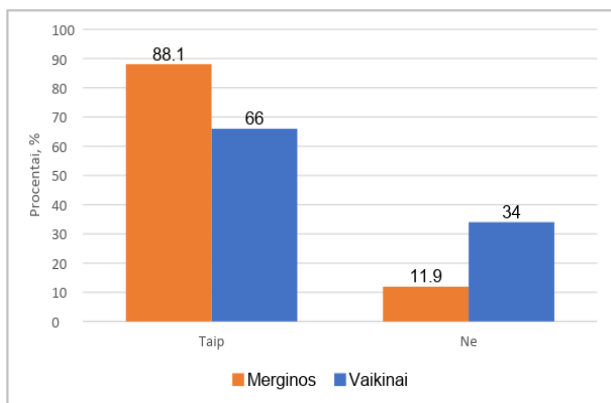
1 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal psichoaktyvių medžiagų vartojimą (N=802)

Lytinių santykių pasekmės yra nepageidaujami ir ankstyvi nėštumai, abortai, lytiškai plintančios ligos (LPL), todėl buvo klausama „Ar esate turėjęs/usi lytinių santykių?“ (žr. 7 lentelėje). Daugiau nei pusė visų apklaustųjų (52,4 proc.) nėra turėję lytinių santykių, o mažiau nei pusė (47,6 proc.) nurodė turėję. Pagal amžiaus grupes ir lytį mažiau nei pusė 16 metų amžiaus vaikinių (43,1 proc.) ir tik maža dalis 16 metų amžiaus merginų (5,4 proc.) turėjo lytinius santykius. Vaikinai yra lytiškai aktyvesni nei merginos. Mažiau nei pusė (42,7 proc.) respondentų nurodė, kad lytinių santykių metu apsaugos priemonių nenaudoja. Daugiau nei pusė vaikinių (65,1 proc.) ir merginų (50,9 proc.) neturi žinių apie apsaugos priemones.

7 lentelė. Respondentų lytiniai santykiai pagal amžiaus grupes ir lytį (N=802)

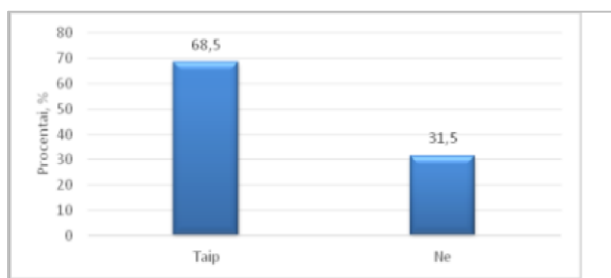
Amžius	Lytinius santykius turėjusių respondentų skaičius (proc.)		
	Lytis	Taip	Ne
16 metų	Merginos	5,4	94,6
	Vaikinai	43,1	56,9
17 metų	Merginos	54,0	46,0
	Vaikinai	58,3	41,7
18 metų	Merginos	65,1	34,9
	Vaikinai	98,3	1,7
19 metų	Merginos	72,9	27,1
	Vaikinai	100	0

Į klausimą „Ar per paskutinį laikotarpį Jūs esate patyręs/usi nerimą?“ (2 pav.). Absoliuti dauguma merginų (88,1 proc.) nurodė, kad per paskutinį laikotarpį yra patyrusios nerimą, tik dešimtadalis merginų (11,9 proc.) atsakė neigiamai. Du trečdaliai vaikinių (66,0 proc.) yra patyrę nerimą, o trečdalis (34,0 proc.) tai neigia.



2 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal patiriamą nerimą (N=802)

Tyrimo buvo siekiama išsiaiškinti ar tyrimo atlikimo metais buvo profilaktiškai tikrinama paauglių sveikata. Daugiau nei pusė respondentų (68,5 proc.) teigia, kad jiems tais metais buvo profilaktiškai tikrinama sveikata. Trečdalis apklaustųjų (31,5 proc.) teigia, kad nebuvo (žr. 3 pav.). Dauguma (69,9 proc.) respondentų žino, kada reikia pristatyti savo sveikatos pažymą į mokyklą o trečdalis (30,1 proc.) paauglių nežino.



3 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal sveikatos patikrinimą (N=802)

Klausimu „Ar profilaktinių sveikatos tikrinimų metu Jūsų bendruomenės slaugytoja atliko šiuos veiksmus ir tyrimus?“, buvo siekiama išsiaiškinti, ar bendruomenės slaugytoja atlieka visus veiksmus ir tyrimus, kurie nurodyti Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2000 m. gegužės 31 d. įsakyme Nr. 301 (2010 m. birželio 18 d. įsakymo Nr. V-586 redakcija). Profilaktinių sveikatos tikrinimo metu atlikti veiksmai ir tyrimai nurodyti 8 lentelėje.

8 lentelė. Respondentų nuomonė apie profilaktinių sveikatos tikrinimo metu atliekamus veiksmus ir tyrimus (N=802)

Profilaktinių sveikatos tikrinimo metu atliekami veiksmai ir tyrimai (proc.)	Taip	Ne	Neprisimenu
Matuojamas arterinis kraujo spaudimas (AKS)	75,1	24,6	0,3
Matuojamas ūgis	93,0	3,0	4,0
Matuojamas svoris	93,1	2,6	4,3
Apskaičiuojamas kūno masės indeksas (KMI)	54,0	29,4	16,6
Regėjimo patikrinimas	90,6	4,9	4,5
Klausos patikrinimas	31,5	58,4	10,1
Atliekamas bendras kraujo tyrimas	55,6	34,4	10,0
Atliekamas bendras šlapimo tyrimas	37,0	52,0	11,0
Užrašoma elektrokardiograma	27,1	56,6	16,3

Respondentai nurodė, kokius veiksmus atliko bendruomenės slaugytoja profilaktinių sveikatos tikrinimo metu – daugumai paauglių pamatavo svorį (93,1 proc.), ūgį (93,0 proc.), tikrino regėjimą (90,6 proc.), matavo arterinį kraujo spaudimą (75,1 proc.), pusei tiriamųjų apskaičiavo kūno masės indeksą (KMI) (54,0 proc.), atliko bendrą kraujo tyrimą (55,6 proc.), trečdaliui tikrino klausą (31,5 proc.), atliko bendrą šlapimo tyrimą (37,0 proc.), užrašė elektrokardiogramą (27,1 proc.). Daugiau nei pusei paauglių (58,4 proc.) nebuvo patikrinta klausa. Maža dalis paauglių neprisimena apie atliktus veiksmus ir tyrimus profilaktinių tikrinimo metu.

Pagal gautus duomenis galima teigti, kad tik maža dalis slaugytojų konsultuoja paauglius jiems svarbiais klausimais. Dauguma slaugytojų neinformavo apie lytinės elgsenos saugumą (72,4 proc.), apie žalingų įpročių ir jų žalą (66,4 proc.), racionalią mitybą (66,2 proc.), sveiką gyvenimo būdą (59,5 proc.). Daugiau nei pusė slaugytojų nesuteikė žinių apie ligų profilaktiką (57,9 proc.) bei fizinio aktyvumo svarbą paauglių sveikatai (57,1 proc.) (9 lentelė).

9 lentelė. Respondentų nuomonė apie bendruomenės slaugytojos suteikiamas žinias (N=802)

Klausimai, kuriais bendruomenės slaugytoja turi informuoti paauglius (proc.)	Taip	Ne	Neprisimenu
Suteikė informacijos apie racionalią mitybą	20,9	66,2	12,9
Informavo apie fizinio aktyvumo svarbą Jūsų sveikatai	29,1	57,1	13,78
Informavo apie sveiką gyvenimo būdą	25,8	59,5	14,7
Suteikė informacijos apie ligų profilaktiką	26,6	57,9	15,5
Informavo apie žalingus įpročius ir jų žalą	18,7	66,4	14,9
Suteikė informacijos apie lytinės elgsenos saugumą	13,1	72,4	14,5

Išvados

1. Absoliuti dauguma 16 – 19 metų amžiaus paauglių savo sveikatą vertina „gerai“ arba „labai gerai“. Daugiau nei pusė paauglių per paskutinį laikotarpį patyrė nuovargį. Merginos išsako daugiau su sveikata susijusių problemų. Tyrimas atskleidė, kad ne visi paaugliai linkę rūpintis savo mityba, maitinasi nereguliariai, jų mitybos įpročiai nėra geri, jie nežino savo kūno masės indekso, jų fizinė veikla yra nepakankama. Dauguma paauglių yra bandę rūkyti ar rūko kasdien bei vartoja alkoholinius gėrimus, tačiau daugiau nei pusė nurodė, kad nerūko elektroninių cigarečių ir nėra vartoję psichoaktyviųjų medžiagų. Tiek merginos,

tiek vaikinai nesilaiko darbo ir poilsio (miego) režimo. Mažiau nei pusė paauglių yra lytiškai santykiavo bei lytinių santykių metu apsaugos priemonių nenaudojo. Merginos ir vaikinai dažnai patiria nerimą ir stresą, o dažniausia streso priežastis – didelis mokymosi krūvis, psichologinė aplinka mokykloje.

2. Tik pusė bendruomenės slaugytojų privalomas sveikatos patikros procedūras bei tyrimus atlieka pagal visus reikalavimus. Profilaktinio sveikatos tikrinimo metu daugiau nei pusei paauglių nebuvo atliktas klausos patikrinimas, užrašoma elektrokardiograma, nebuvo atliekamas bendras šlapimo tyrimas, trečdaliui nebuvo atliekamas bendras kraujo tyrimas, apskaičiuojamas kūno masės indeksas (KMI), ketvirtadaliui nebuvo matuojamas arterinis kraujo spaudimas (AKS), bet tik mažai daliai paauglių nebuvo atliktas regėjimo patikrinimas, matuojamas ūgis ir svoris.

3. Daugiau nei pusė bendruomenės slaugytojų paaugliams nesuteikė pakankamai informacijos sveikatos ir sveikos gyvensenos klausimais. Dauguma slaugytojų neinformavo apie lytinės elgsenos saugumą, racionalią mitybą, apie žalingus įpročius, sveiką gyvenimo būdą, fizinio aktyvumo svarbą paauglių sveikatai bei ligų profilaktikai. Paaugliai nebuvo informuoti apie difterijos, stabligės bei mokamus skiepus. Tik trečdalis apklaustųjų mano, kad bendruomenės slaugytoja sveikatos patikrinimą atlieka pagal visus reikalavimus.

Literatūra

- Dadelo, S. (2015). *Sveika gyvensena*. Vilniaus, Gedimino technikos universitetas. VGTU leidykla. Technika. ISBN 978-6094-577-994 p. 9 – 183
- Kemerytė – Riaubienė, E. (2016). *Vaikų ir paauglių organizmo biologinio vystymosi ir fizinio krūvio sąsajos*. Lietuvos edukologijos universiteto leidykla. ISBN 978-609-471-065-0 p. 6 – 18
- Lietuvos Respublikos Seimo 2014 m. birželio 26 d. nutarimas Nr. XII-964 „Dėl Lietuvos sveikatos 2014–2025 metų programos patvirtinimo“ [žiūrėta 2017-09-29]. Prieiga per internetą: <<https://www.e-tar.lt/portal/lt/legalAct/85dc93d000df11e4bfca9cc6968de163>>
- Lietuvos Respublikos statistikos duomenų bazė (2016) [žiūrėta 2017-09-29]. Prieiga per internetą: <[https://osp.stat.gov.lt/statistiniu-rodikliu-analize?indicator=S3R177#/>](https://osp.stat.gov.lt/statistiniu-rodikliu-analize?indicator=S3R177#/)
- Lietuvos Respublikos statistikos duomenų bazė. [interaktyvus] [žiūrėta: 2017-09-29]. Prieiga per internetą: <[https://osp.stat.gov.lt/statistiniu-rodikliu-analize?indicator=S3R177#/>](https://osp.stat.gov.lt/statistiniu-rodikliu-analize?indicator=S3R177#/).
- Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija. [interaktyvus] [žiūrėta: 2017 m. gruodžio 2d.] Prieiga per internetą: <<https://sam.lrv.lt/lt/veiklos-sritys/visuomenes-sveikatos-prieziura/mityba-ir-fizinis-aktyvumas-2>><<https://sam.lrv.lt/lt/naujienos/ar-zinotekiek-kaloriju-per-diena-reikia-suvartoti-vaikui>>
- Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas. [interaktyvus] [žiūrėta: 2017 m. spalio mėn. 11d]. Prieiga per internetą: <<https://ntakd.lrv.lt/lt/statistika-ir-tyrimai>>.
- Petrylytė, A. (2015). *Paauglio psichosocialinė raida*. Lietuvos edukologijos universiteto leidykla. ISBN 978-9955-20-795-5 p. 6 - 44
- Radzevičienė, L., Vaitkevičius, J., V., Savenkovienė, A. ir kt. (2016). *Paauglių fizinis aktyvumas ir sveikata*. Mokslo studija. ISBN 978-609-454-225-1 p.
- Stankūnas, M., Veryga, A. Jakubauskienė, M., Stukas R. ir kt. (2017). *Sveikatos netolygumų mažinimo praktinės rekomendacijos*. Lietuvos sveikatos mokslų universitetas, Higienos institutas, Vilniaus universitetas, Klaipėdos universitetas. UAB „Arx Reklama“. ISBN 978-609-477-000-5 p. 36 – 191

ADOLESCENTS' ATTITUDES TO LIFESTYLE AND HEALTH CHECKS

Summary

The article aims to analyse adolescents' attitudes to their health and lifestyle, information provided on health enhancement issues and preventative health checks carried out by a general practitioner nurse. A quantitative survey was carried out involving 829 participants in the age range of 16 to 19 years (493 female and 309 male). The survey revealed that adolescents rate their health as "good" or "very good", however they tend to complain of minor ailments. Furthermore, the physical activity levels amongst adolescents surveyed has been identified as inadequate. Majority of adolescents admitted to having smoked at least once and some smoke on a daily basis. The findings were similar in relation to alcohol intake. More than half of adolescents indicated they never tried illegal recreational drugs. Similarly, more than half of the respondents never used e-cigarettes. In addition, only half of the nurses in the community performed mandatory medical check-up procedures and tests in compliance with all requirements. Moreover, the majority of community nurses did not provide any information on health and healthy lifestyle issues to adolescents.

Keywords: adolescents, health, healthy lifestyle, community nurse.

Informacija apie autorius

Irena Povilaitienė. Kauno kolegijos Medicinos fakulteto Slaugos katedros lektorė. Mokslinių tyrimų laukas – teorinės ir praktinės slaugos problemos.

El pašto adresas: irena.povilaitiene@go.kauko.lt

Viktorija Černeckaitė. Kauno kolegijos Medicinos fakulteto Slaugos katedros absolventė, bendrosios praktikos slaugytoja. Mokslinių tyrimų laukas – biomedicina.

El pašto adresas: viktorijacerneckaite@gmail.com