

## A főváros XVII. kerületének prevenciós modellje

### I. fejezet: A téma aktualitása

Az egészségmegőrzés a megelőző orvostudomány ismeretein alapuló tevékenység, melynek **célja** a lakosság mozgósítása egészsége védelmére, betegségmentes éveinek kiterjesztésére. Az egészségnevelésnek is túl kell lépnie hagyományos keretein és multiszektoriális feladat lévén, aktív egészségmarketing működtetésére van szükség. Ennek érdekében szélesíteni kell az egészségnevelés kompetenciájának lehetőségét. A tevékenységi kör szélesítése jelenti egyben azt is, hogy a primer prevenció mellett, nagy hangsúlyt kell fektetni a még nem manifeszt rizikótényezők kialakulásának megelőzésére. Köztudott: a halálokok között vezetnek a **keringési rendszer betegségei** (szívinfarktus, agyi katasztrófák), döntően **magas vérnyomás eredettel**. A rosszindulatú daganatok okozta halálozás messze meghaladja az átlagot. Emelkedik a **vastagbél és végbél** rosszindulatú daganatainak halálozása is. Az **okok hátterében** meghatározóan jelen van az **egészségtelen életmód, a hiányos egészségkultúra**. **Nagyon sokan dohányoznak, egészségtelenül táplálkoznak, keveset mozognak, mértéktelenül fogyasztanak alkoholt, önpusztító életmódot folytatnak, nem törődnek egészségükkel, nem veszik igénybe a szűrővizsgálatokat.** A modern egészségfejlesztésnek fókuszálni kell ezekre a kérdésekre. A programoknak multiszektoriális megközelítéssel kell az életminőség javítására irányulnia.

A hatékonyság növelése érdekében fentiekben vázolt korszerű igényeknek megfelelően kell alakítani az egészségnevelési tevékenységet. Komplex módszereket, a prevenciós területekre adaptálható marketingcsatornákat, és eszközöket kell kidolgozni melyeknek várható eredménye

- ✓ pozitív attitúd, - értékrendszer változás, az általános egészségkultúra emelkedése,
- ✓ kedvező irányú magatartásváltozás,
- ✓ a lakosság életminőségében, megbetegedési, halálozási viszonyaiban érvényesülő kedvezőtlen, romló tendenciák megfékezése, megállítása, a javulás feltételeinek megteremtése.

### II. fejezet. A tervezés

Az egészségmegőrzés tehát jelenti az általános magatartás és egészségkultúra fejlesztését, a megelőzés minél szélesebb, szerteágazóbb és hatékonyabb kezelését, a helyi sajátosságokkal való kibővítést. A főváros XVII. kerületének Önkormányzata kiemelten kezeli lakói egészségi állapotának javítására irányuló intézkedéseket, ennek érdekében a képviselőtestület 2000-ben, személyemben főállású egészségnevelőt alkalmazott. Prevenációs stratégiát (alapidokumentum) fogadott el, e tevékenység erősítéséért, mely a *„Koncepció a XVII. kerületi prevenációs tevékenység kiterjesztése, szervezettebbé és rendszeresebbé tétele érdekében”* címet viseli, s amelynek kidolgozója és vezetője vagyok.

E koncepció tartalmazza a prevenációs tevékenység:

### **1.1. Törvényi háttérét:**

◆ 1997. évi CLIV. törvény az egészségügyről

(a.) III. fejezet Népegészségügy

1. Cím

Egészségfejlesztés

37.§ (1) Az egészségfejlesztés célja az egészségi állapot és az életminőség javítása, valamint az egészség védelme.

(2) Az egészség védelmének elsődleges eszközei a betegségek és sérülések megelőzése, valamint az egészségnevelés.

(b.) IV. fejezet Az egészségügyi ellátások rendszere

1. Cím

75. § (2) Az egészségügyi szolgáltatások célja, hogy hozzájáruljon az egyének egészségének megőrzéséhez, lehetséges mértékű helyreállításához, az egészségromlás mérsékléséhez, segítse a megváltozott egészségi állapotú egyének munkába és közösségbe való beilleszkedését.

3.Cím

87.§ (2) Az (1) bekezdésben foglalt alapellátás célja

(a) a 79. § szerinti megelőző tevékenység (ba) az egyén egészségi állapotának figyelemmel kísérése,

valamint egészségügyi felvilágosítása és nevelése.

(c.) VII. fejezet. Az állam felelőssége a lakosság egészségi állapotáért, az egészségügy szervezése és irányítása.

#### 1. Cím

Az állam felelőssége a lakosság egészségi állapotáért

141.§ (1) Az állam – az e törvényben meghatározott keretek között – felelős a lakosság egészségi állapotáért, különösen azért, hogy az ehhez szükséges feltételrendszer kialakításával lehetővé váljon a közösségek és az egyének számára egészségi állapotuk megőrzése, védelme és fejlesztése, valamint szükség esetén lehetséges mértékű helyreállítása.

(3) Az állam felelőssége körében az állam kötelezettségét képezi különösen

(a.) Az egészségmegőrzés és egészségfejlesztés alapvető feltételeinek biztosítása.

(g.) Az egészséges életmód választásához szükséges ismereteknek az oktatási rendszerbe történő integrálása

142.§ (2) Ha törvény kivételt nem tesz az e törvényben foglalt ellátások és feladatok közül a központi költségvetésben kell biztosítani a

(g.) az elsődleges megelőzést szolgáló népegészségügyi feladatok közül az egészségfejlesztéssel, az egészségnevelés szervezésével kapcsolatban felmerülő költségek fedezetét.

◆ 1990. évi LXV. törvény a helyi önkormányzatokról

II. fejezet 8.§ (1) A települési önkormányzat feladata a helyi közszolgáltatások körében különösen:.....az egészséges életmód közösségi feltételeinek elősegítése.

## 1.2. A prevenció fogalomrendszerét:

Az egészségtudományok formálódási folyamatában az egészségmegőrzés terén is paradigmaváltás tanúi vagyunk. A mai modern egészségértelmezés egységes fogalommá integrálja a primer prevenciót, az egészségnevelést, az egészségmegőrzést, a mentálhigiénét és az önsegítést. Ezen túl hangsúlyozza multidiszciplináris, multifaktoriális voltát is.

A prevenció, egészségmegőrzés, egészségfejlesztés kifejezések használata azonban nem egyértelmű, nem minden esetben tükrözik a kifejezés valóságos tartalmát, dinamikáját, szándékát. Fontos tehát az egészségmegőrzés modern értelmezésével összefüggésben néhány alapfogalom ismertetése. Az egészségmegőrzés magában foglalja:

a.) az egészség megvédésére, fokozására és visszaszerzésére vonatkozó

- ismeretterjesztő (tudatformáló),
- nevelő (magatartásformáló),
- szervező tevékenységet és

b.) az e tevékenységhez szükséges tudományos alapokat.

A prevenció tevékenységébe magába foglalja az ágazatközi akciókat, a közösségi programokat, a megelőzés módszereit, a rehabilitációs szolgáltatásokat, a prevenció rendszerkapcsolatokat

**1.3. Hosszú távú célokat.** A hatékony megelőzés csak egy átfogó, hosszú távú, megfelelő társadalompolitikai keretek közé illesztett egészségpolitikai stratégia alapján képzelhető el. E stratégia az Egészségügyi Világszervezet 1991-ben készített dokumentumára támaszkodhat, melynek alapján az Európai Régió 50 tagállama, 1994-ben Koppenhágában az Európai Egészségpolitikai Konferencián nyilatkozatot fogadott el. E szerint:

- olyan stratégiai megközelítésre van szükség amely megteremti az egyensúlyt a hosszú távú célok és a rövid távú kivitelezhetőség között,
- meg kell erősíteni a kormányzatok szerepét az egészség védelmében és fejlesztésében,
- ki kell alakítani az egészséget támogató ágazatközi politikát és stratégiát országos, regionális és helyi szinten, világosan megfogalmazott célokkal az

egészségi állapot, a kockázati tényezők és az egészséget meghatározó körülmények vonatkozásában.

A hosszú távú egészségpolitika célkitűzése tehát: a népesség életminőségében, halálozási viszonyaiban érvényesülő kedvezőtlen, romló tendenciák megfékezése, megállítása, a javulás feltételeinek a megteremtése.

**1.4. Helyi egészségfejlesztési tervet, amely az alábbi fő kérdéseket tárgyalja:**

- ⊕ Stratégiai célok
- ⊕ Cselekvési program
- ⊕ Szereplők, koordináció, szakmai összehangolás szinterei
- ⊕ Helyi média
- ⊕ Minőségbiztosítás, szakemberképzés, kutatás
- ⊕ Fejlesztési feladatok
- ⊕ A feladat ellátására szolgáló személyi állomány
- ⊕ Infrastruktúra kialakítása
- ⊕ A feladat finanszírozását, forrásteremtés
- ⊕ Várható eredmény.

- 1.4.1. Stratégiai célok:**
- ◆ morbiditás, mortalitás visszaszorítása
  - ◆ egyéni egészségpotenciál javítása
  - ◆ egészséget segítő alternatíva választása, készségfejlesztés
  - ◆ környezeti ártalmak csökkentése
  - ◆ népegészségügyi problémák kezelése

- 1.4.2. Cselekvési program:**
- ◆ egészséget támogató közéleti politika
  - ◆ adatbázis felállítása
  - ◆ kommunikációs csatornák kiépítése
  - ◆ prevenció szemléletű szakorvosi hálózat
  - ◆ szakellátó és fekvőbeteg intézmények prevenció tevékenysége
  - ◆ szűrés az egészségügyi ellátórendszerben
  - ◆ bölcsődék egészségnevelési programja
  - ◆ óvodák egészségnevelési programja
  - ◆ iskolák egészségnevelési programja

### ***1.4.3.Szereplők, koordináció, szakmai összehangolás színterei***

- ◆ professzionális, szakmai
- ◆ önkormányzatok, más hatóságok
- ◆ tudományos élet szereplői
- ◆ közszférába tartozók
- ◆ helyi segítő hálózat
- ◆ NGO-k, civil szervezetek
- ◆ egyének, családok, közösségek

### ***1.5.Helyi média***

### ***1.6. Minőségbiztosítás, szakemberképzés, kutatás értékelés,***

### ***1.7.Fejlesztési feladatok***

### ***1.8.Nyomonkövetés***

***1.9.A feladat ellátására szolgáló személyi állományt:*** jelenleg 2 főállású egészségnevelő felsőfokú diplomával

### ***1.10. Infrastruktúra kialakítását***

### ***1.11. A feladat finanszírozását, forrásteremtést***

### ***1.12. Várható eredményt***

## **A megvalósítás**

A feladat első lépése a sajátos arculat, logó megtervezése és az infrastruktúra kiépítése. Jelenlegi technikai készletünk:

- ✧ személyi számítógép, hordozható is,
- ✧ kiegészítő tartozékok (CD író, scenner,)
- ✧ nagyteljesítményű fénymásológép
- ✧ projektor
- ✧ videokamera, lejátszó
- ✧ televízió,
- ✧ diavetítő,
- ✧ telefon és fax készülék
- ✧ Internet szolgáltatás

*Majd következett a feladatok tartalommal való kitöltése és folyamatos szisztematikus bővítése. A tevékenységi kör szélesítése jelenti egyben azt is, hogy az*

**egészségkultúra kérdései a lehető legközelebb kerüljenek a lakossághoz. A gyakorlati megelőző munkában kiemelt feladat a pozitív szemlélet, az egészség megőrzése, az életminőség javítása iránti igény terjesztése. Ez a feladat azonban csak akkor lehet eredményes ha nem egy-egy akció jellemzi, hanem hosszabb távú, folyamatosan és célzott tevékenység áll mögötte.**

A **fiatalok** számára a program témakörei átfogják az egészségmagatartás szempontjából leginkább kritikusnak tekinthető területeket: a táplálkozást, az alkohol-, kábítószer fogyasztást, dohányzást, a baráti-, és kortárskapcsolatok kialakítását, fejlesztését, a személyi-, dentális-, és szexuális higiéniét, a nemi szerepekkel összefüggő kérdésköröket, a biológiai ismereteket, a döntéshozatal képességét, az alkalmazkodó együttlét kialakítását, a családi életre felkészülést, az aktív életmódot. Ezeket azonban nem egymástól elszigetelt, összefüggéseiből kiragadott módon, hanem kölcsönös kapcsolataiba ágyazottan tárgyalja.

A program a  **felnőttek számára** az egészséges életvitel összetevőinek, értékeinek népszerűsítésével, olyan ismeretanyag (egészségkultúrális-, mentálhygiénés, táplálkozástudományi, általános életmód, szenvedélybetegségek, rizikótényezők ismerete és megelőzése, szűrővizsgálatok szerepe, jelentősége, betegségek,- fertőző betegségek megelőzése, környezetvédelmi, - állattartási ismeretek ) átadását szorgalmazza, mely ismeretek birtokában képessé válhatnak az egészséges életmód követésére.

A fentiekből kitűnik, hogy az egészségnevelési ismeretek közvetítése nem lehet pusztán csak ismeretátadás, hanem a módszerek integrált alkalmazása. Ez feltételezi a módszerek komplexitását, a minél hatékonyabb, szélesebb és szerteágazóbb funkciókat, nemcsak programorientáltságot, hanem egy szakmai-társadalmi intervenciót, amely magába foglalja:

- ⊕ komplex megelőző programok tervezését és szervezését,
- ⊕ az ifjúság különböző korcsoportjainak / bölcsőde, óvoda, iskola/ egészségnevelését az életkori sajátosság figyelembevételével,
- ⊕ a társadalom valamennyi szintje /egyén – család – csoport – közösség/ tanácsadását, vizuális és interaktív programok beiktatásával,
- ⊕ az idősek számára klubfoglalkozások, bemutatók szervezését,
- ⊕ szórólapok, tájékoztató anyagok, plakátok, direct-mailek, írását, szerkesztését, terjesztését, különböző témákban,
- ⊕ szakkönyvek írását és megjelentetését,
- ⊕ az ismeretek bővítését az általános szintű kockázati tényezőkről,

- ⊕ háziorvosi hálózat prevenciós tevékenységének segítését,
- ⊕ országos szakintézményekkel való folyamatos kapcsolatot,
- ⊕ kutatás, az információrendszer bővítését,
- ⊕ szakemberek továbbképzését, credit pontos szakmai konferenciák szervezését,
- ⊕ akkreditált tanfolyamok szervezését pedagógusok, védőnők, óvoda-pedagógusok, bölcsőde vezetők részére,
- ⊕ oktatási – nevelési szituációban segítségnyújtást az egészségtan oktatásához,
- ⊕ kommunikáció fejlesztését a primér és szekunder prevencióban,
- ⊕ programok rendszeres hatásvizsgálatát, az ifjúság és felnőtt lakosság egészségmonitorozását,
- ⊕ a lakosság egészséggel kapcsolatos ismereteinek és készségeinek fejlesztését,
- ⊕ média, tömegkommunikáció, információs csatornák igénybevétele,
- ⊕ civil szervezetekkel való kapcsolatot,
- ⊕ módszerfejlesztést,
- ⊕ alternatív programok kidolgozását és lebonyolítását,
- ⊕ szupervíziót, konzultatív kapcsolatok kifejlesztését.

### **Az alkalmazott módszerek bemutatása, leírása**

1. **Adatbázis felállítása** ami gyűjti a kerület morbiditási, mortalitási adatait, demográfiai mutatóit, a különböző szervezetek tevékenységét, szakmai specifikumait, a területen dolgozó szakemberek tevékenységének áttekinthetőségét, elérhetőségének dokumentálását. Gyűjti ezenkívül azokat az adatokat, amelyek az ifjúság, a lakosság és az idős korosztály egészségmagatartásának, élet minőségének adatait tartalmazza.
2. **Egészségmonitorozás** az adott populáció körében, prioritizálva az ifjúság és felnőtt lakosság egészségmagatartására, különös tekintettel a szociális és egészségállapotbeli egyenlőtlenségekre, egészséget befolyásoló szokásokra, azok jellegzetességeire.
3. **Az egészségmagatartást felmérő kérdőívek** összeállítása és célzott szétküldése az iskolákba, illetve felnőtt lakosság esetében a különböző rendezvényeken, valamint a helyi újság mellékleteként való szétküldésével.

4. Folyamatosan működtetjük a lakossági, ingyenes zöld számú Egészség - Vonalunkat, melynek száma: **06-80-204-076** (Egyenlőre csak a XVII. kerületiek részére).
5. Aktuális témákról – élő adásban is – egészségnevelési beszélgetések folynak a **helyi, Rákosmente Rádióban**.
6. Aktuális információkat szolgáltatunk és cikkeket jelentetünk meg a „Hírhozó” c. **helyi újságban**.
7. **Lakossági egészségnap** szervezése a családok, lakosság részére, ahol rizikóprofil számítás, fittségi vizsgálatok, különböző mérésekkel /koleszterin cukor, BMI, vérnyomás/ összekötött tanácsadás, kiállítás, mini vetélkedő, táplálkozási bemutatók kóstoló, higiéniés bemutatók, / háztartás-, konyha -, állattartás-, környezeti ártalmak higiéniéje/, s e témakörökben tájékoztató anyagok terítése segíti az egészség megőrzéséhez szükséges ismeretek átadását.
8. **Az idősök körében** a klub élet támogatásával előadásokat, kóstolókat, bemutatókat tartunk és információs, nekik szóló tájékoztató kiadványokat szerkesztünk és adunk ki, - idősök vetélkedőjét szervezünk.
9. **Bölcsődék egészségnevelési programján** belül: család – klubokban előadások, bemutatók, tanácsadás tartása és tájékoztató anyagok különféle témákban. A bölcsődevezetők részére 30 órás akkreditált egészségfejlesztési tanfolyamot tartunk, részükre szakmai segédanyag összeállítása.
10. **Az óvodák** egészségnevelési programján belül: ♦ az egészségmegőrző óvodák kiépítése, ♦ a Szív kincsesláda óvodai program szakmai segítése, tartásjavító torna bemutatók szervezése az óvónők részére ♦ óvodai egészségnevelő kiadványok szerkesztése, kiadása különböző témákban ♦ szülői értekezleten egészségvédő ismeretek szorgalmazása, előadás tartása ♦ az óvodavezetők részére 30 órás akkreditált egészségfejlesztési tanfolyam szervezése, részükre módszertani segédanyag összeállítása ♦ szakmai továbbképzés tartása az egészség témaköreiből.
11. **Az iskolák egészségnevelési** programján belül: ♦ kérdőíves egészségmagatartás felmérés kérdőíves módszerrel ♦ a különböző iskolatípusokban elméleti osztályfőnöki órák tartása a részletes leírásban közölt témákban ♦ középiskolában

Egészség Hét rendezvény szervezése mely tartalmaz kiállítást, fitnesz mérést, előadást, tornabemutatót, táplálkozási bemutatót, ♦ szexuális kultúra, fogamzásgátlás, AIDS, drog-, dohányzás, fogászati prevenció ♦ táplálkozás témákban kiadvány szerkesztése, kiadása ♦ Plakátpályázat meghirdetése ♦ Sport napok szervezése , iskolai vetélkedők, egészségnapok szervezése, lebonyolítása, a kerületi nyári táborokban egészségügyi vetélkedők szervezése ♦ a pedagógusok részére 30 órás akkreditált egészségfejlesztési tanfolyam szervezése, részükre módszertani segédanyag összeállítása, egészségfejlesztési szakkönyvek kiadása.

12. **Főiskolai hallgatókat** fogadunk egészségnevelési szakmai gyakorlatra.

13. **Akkreditált konferenciák szervezése és lebonyolítása** a gyermek-, és felnőtt háziorvosok részére.

14. Folyamatosan bővítjük **könyvtárunkat, videotárunkat és demonstrációs eszközeinket.**

15. **Kapcsolatot tartunk** azokkal az intézményekkel akikkel munkánk során közös feladataink vannak A minőségi szakmai munka érdekében folyamatosan építjük ki és fejlesztjük azt a szakmai bázist, aki dolgozik:

- ⊕ szakmai tanulmányok készítésén
- ⊕ kutatást, monitorozást végez
- ⊕ módszereket fejleszt
- ⊕ országos szakmai intézményekkel folyamatos kapcsolatot tart,
- ⊕ hatás-, és hatékonyságvizsgálatot végez
- ⊕ tanfolyamokat, képző-, és továbbképző programokat szervez
- ⊕ szakmai fórumokon előadásokat tart és ilyeneken vesz részt
- ⊕ szakértőkkel konzultál.

16. A feladatok finanszírozása pályázatokból történik, melynek 50 % önrészét az Önkormányzat biztosítja.

*Az egészségnevelés ügyének elfogadtatása és széles körben való terjesztése, magas szintű közvetítése jó úton halad kerületünkben. A kerület nagyságához és a munka sokrétűségéhez, a feladatok növekedéséhez mérten, szükség lenne az egészségnevelői státus bővítésére, mert bár a XVII. kerület Önkormányzata 2000-ben - egyedülállóan a fővárosban - főhivatású, önálló egészségnevelői szakembert alkalmazott, a státuszfejlesztés*

*nehézségekbe ütközik. A XVII. kerületi eredmények ellenére a megelőzés rendszerének kialakulatlansága, széttagoltsága, jelenleg is bizonytalan helyzetet eredményez. Meg kell jegyezni azonban azt is, hogy a hetvenes évek elején kialakított egyetemi, főiskolai diplomával, speciális szakismeretekkel rendelkező egészségnevelési hálózat szakembereinek – kiknek feladata volt az egészségnevelési munka szervezése, koordinálása, irányítása és végzése – hovatartozásukat illetően, de egzisztenciálisan is, helyzete fokozatosan rendezetlenné, majd lehetetlenné vált. A hatékony és minőségi munka érdekében alapkérdésként kellene tehát kezelni az egészségnevelési szakemberek képzését, a strukturális rendszer újragondolását, mivel e feladat csak akkor lehet eredményes, ha nem kampányszerűen, hanem folyamatos, célzott és körülhatárolt, felelősökkel ellátott tevékenység áll mögötte. Ezt pedig csak jól képzett, megfelelő létszámú szakembergárdával, a kívánatos szakmaiságot is magába foglaló intézményhálózattal valósítható meg. Csak ez garantálja az evidenciákon alapuló prevenciót, ami magába foglalja:*

- ↪ a jó szakmai felkészültséget*
- ↪ konvertálható graduális, postgraduális képzést*
- ↪ a szolgáltatások professzionális színvonalát*
- ↪ a nemzetközileg is legitimált szakmai standardokat, protokollokat.*