



Ekošola

Vpliv zdravstvene pismenosti na odločitve dijakov povezane z zdravjem

Monika Sadar, prof. raz. pouka, dipl. kozm.

Zdravstvena pismenost

ZP je povezana s pismenostjo.

Vključuje:

- znanje,
- motivacijo in
- usposobljenost ljudi

za dostop, razumevanje, ocenjevanje in uporabo zdravstvenih informacij, da bi lahko presojali in sprejemali odločitve v vsakdanjem življenju glede zdravstvenega varstva, preprečevanja bolezni in spodbujanja zdravja, z namenom ohranjanja ali izboljšanja kakovosti življenja.

Visoka zdravstvena pismenost

Višja ZP je povezana z:

- boljšim zdravstvenim znanjem,
- zdravju sprejemljivim obnašanjem in
- boljšim izidom zdravljenja v odrasli dobi.

Nizka zdravstvena pismenost

Posamezniki z nizko ZP:

- pogosteje izkoriščajo zdravstvene storitve,
- so večkrat hospitalizirani in
- večkrat potrebujejo nujno zdravniško pomoč,
- napačno jemljejo zdravila in
- se napačno zdravijo,
- posledično so zapleti njihovih kroničnih bolezni pogostejši.

Višji finančni stroški!

Zdravstvena pismenost mladostnikov

- Skoraj 70 % nemških mladostnikov z nizkim socialnim statusom je imelo nizek nivo ZP,
- obisk mladostnika pri zdravniku najmanj dvakrat v zadnjih 12 mesecih je v nemški raziskavi pokazal statistično pomembno povezavo z nizko ravnjo ZP,
- za razliko od odrasle populacije pa najstniki migranti niso imeli nižje ravni ZP od ostalih.

Zdravstvena pismenost mladostnikov

- Tisti z višjo frekvenco izostankov iz šole imajo statistično pomembno nižjo raven ZP od ostalih srednješolcev,
- mladostniki, ki igrajo računalniške igrice manj kot 5 ur na teden, imajo statistično pomembno višjo raven ZP od tistih, ki igrajo več kot 5 ur na teden.

Zdravje mladostnikov

- Nezdružljiva prehrana, poleg kajenja, debelosti, stresa, čezmernega pitja alkohola in nezadostne telesne aktivnosti, bistveno vpliva na razvoj kroničnih nenalezljivih boleznih sodobnega časa.
- V slovenski raziskavi iz leta 2016 so ugotovili, da je odstotek pretežkih dijakov, ki so vpisani v gimnazijo, bistveno manjši od tistih, ki so vpisani v srednje tehniške šole. Gimnazijo je obiskovalo 17,9 % pretežkih deklet in 20,4 % pretežkih fantov, srednje tehniške šole pa 29,7 % pretežkih deklet in 33,6 % pretežkih fantov.

Šolski kurikulumi za dvig ZP

- Ameriška in nemška raziskava sta pokazali, da zdravstveni programi in predmetniki v šoli učinkujejo pozitivno na višanje ZP,
- nasprotno je druga kvalitativna raziskava pokazala, da ima zdravstveni kurikulum, ki ga izvajajo na kanadskih šolah, omejen učinek na raven ZP,
- norveška raziskava učinkovitosti tridnevnega projekta »Duševno zdravje za vse« je pokazala pozitiven učinek na raven duševne ZP, na identifikacijo simptomov duševnih bolezni, na zmanjševanje predsodkov in na znanje, kje poiskati pomoč v primeru duševnih težav.

Šolski kurikulumi za dvig ZP

- Kanadska študija je pokazala pozitiven učinek na raven duševne ZP, rezultati so pokazali, da je s pomočjo kurikuluma za višanje duševne ZP možno dvigniti njeno raven, zmanjšala se je stigma do posameznikov z duševnimi težavami ali boleznimi,
- medtem pa so v drugi raziskavi iz leta 2017 ugotovili, da njihov šolski izobraževalni program za dvig duševne ZP o depresiji ni imel vpliva na zmanjšanje stigme o duševnih boleznih.

Zaključek

- V svetu se čedalje bolj poudarja, da morajo biti že otroci, vsekakor pa mladostniki, vključeni v odločanje o lastnem zdravju – OPOLNOMOČENJE.
- Več dejstev o zdravju bodo poznali, več možnosti obstaja, da sprejmejo aktivno vlogo in kontrolo pri odločanju o lastnem zdravju in zdravju vrstnikov. Zato je ključen usmerjen razvoj ZP v mladosti.

HVALA ZA VAŠO POZORNOST.

