

**ALYTAUS MIESTO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS**

Biudžetinė įstaiga, Vingio g. 15A, LT-63218 Alytus, tel./faks. (8 315) 51 653 el. p. [biuras@alytausvb.lt](mailto:biuras@alytausvb.lt)  
Duomenys kaupiami ir saugomi Juridinių asmenų registre, kodas 301768543

---

**2020 M. ALYTAUS MIESTO MOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ  
GYVENSENOS TYRIMAS**

**Alytus, 2021**

## Įvadas

Mokyklinio amžiaus vaikų gyvenimos rodiklių suvestinėje–ataskaitoje pateikiami apibendrinti 2020 metais atlikto visose Lietuvos savivaldybėse mokyklinio amžiaus 5, 7 ir 9 (pirmų gimnazijos) klasių mokinių Alytaus miesto mokinių gyvenimos tyrimo rezultatai.

Tyrimas atliktas vykdant Sveikatos apsaugos ministro įsakymą<sup>1</sup>, nurodantį periodiškai savivaldybėse atlikti gyvenimos tyrimus. Tyrimas atliktas vadovaujantis Higienos instituto (toliau – HI) parengta gyvenimos tyrimų organizavimo ir vykdymo metodika<sup>2</sup>. Anketinei apklausai naudotas su Sveikatos apsaugos ministerija suderintas standartizuotas klausimynas<sup>3</sup>.

Suvestinėje–ataskaitoje pateikiami bendri duomenys apie respondentų skaičių savivaldybėse, jų sociodemografinės charakteristikos ir 32 gyvenimos rodikliai, esantys aukščiau minėtu įsakymu patvirtintame vaikų gyvenimos stebėsenos rodiklių sąrašė. Rodikliai, kurių reikšmės pateikiamos kiekvienai savivaldybei, suskirstyti į tris grupes:

- laimingumas, sveikatos ir išvaizdos vertinimas;
- sveikatos elgsena (fizinis aktyvumas, pasyvus laisvalaikis ir mitybos įpročiai, burnos higiena);
- rizikingas elgsens (tabako, elektroninių cigarečių rūkymas, alkoholio, narkotinių medžiagų vartojimas, patyčios ir saugumas kelyje, namuose bei mokykloje).

Šio tyrimo tikslas – įvertinti Alytaus miesto mokinių fizinio aktyvumo, mitybos įpročius, rūkymo, alkoholinių gėrimų ir narkotikų vartojimo įpročius ir laimingumą bei kitus gyvenimos komponentus.

---

<sup>1</sup> 2003 m. rugpjūčio 11 d. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro įsakymas Nr. V-488 „Dėl Bendrųjų savivaldybių visuomenės sveikatos stebėsenos nuostatų patvirtinimo“. Prieiga per internetą: <https://eseimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.216610/asr>.

<sup>2</sup> Metodinės rekomendacijos „Gyvenimos tyrimų organizavimas ir vykdymas savivaldybėse“. Higienos institutas, 2016.

<sup>3</sup> 2020 m. mokyklinio amžiaus vaikų tyrimo klausimynas. Prieiga per internetą:

[https://www.hi.lt/uploads/pdf/padaliniai/GYVENSENA/vaiku\\_gyvenimos\\_klausimynas\\_2020.pdf](https://www.hi.lt/uploads/pdf/padaliniai/GYVENSENA/vaiku_gyvenimos_klausimynas_2020.pdf).

## 1. Tyrimo rezultatai

2020 m. vaikų gyvenamosios tyrimo dalyvavo 748 Alytaus miesto 5, 7 ir 9 klasių mokiniai (pirma gimnazijos), iš jų 5 klasė – 256 mokiniai, 7 klasė – 245 mokiniai, 9 klasė – 243 mokiniai (4 mokiniai nenurodė, kurioje klasėje mokosi) (1 lentelė). Tyrimo dalyvavusių mokinių amžius nuo 9 iki 18 metų.

**1 lentelė. Mokinių skaičius pagal klases ir lytį (abs. sk., proc.) bei kiti sociodemografiniai respondentų duomenys.**

	Berniukai		Mergaitės		Viso	
	Abs. sk.	Proc.	Abs. sk.	Proc.	Abs. sk.	Proc.
5 klasė	128	17,1	127	17,0	256	34,2
7 klasė	120	16,0	125	16,7	245	32,8
9 klasė (1 gimnazijos)	113	15,1	129	17,2	243	32,5
	<b>361</b>	<b>48,2</b>	<b>381</b>	<b>50,9</b>	<b>744</b>	<b>99,5</b>
Sociodemografiniai respondentų duomenys						
Klasė						
5 klasė						34,2
7 klasė						32,8
9 klasė (1 gimnazijos)						32,5
Gyvenamoji vieta						
Kaimas						22,1
Miestas						72,6
Šeimos padėtis						
Gyvenu su abiem tėvais/globėjais						71,8
Gyvenu su vienu iš tėvų/globėjų						23,5
Kita						3,6
Tėvų/globėjų darbo turėjimas						
Abu turi						78,9
Vienas iš jų turi						18,3
Abu neturi						1,3
Nežinau						1,1

*Šaltinis: Alytaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro duomenys*

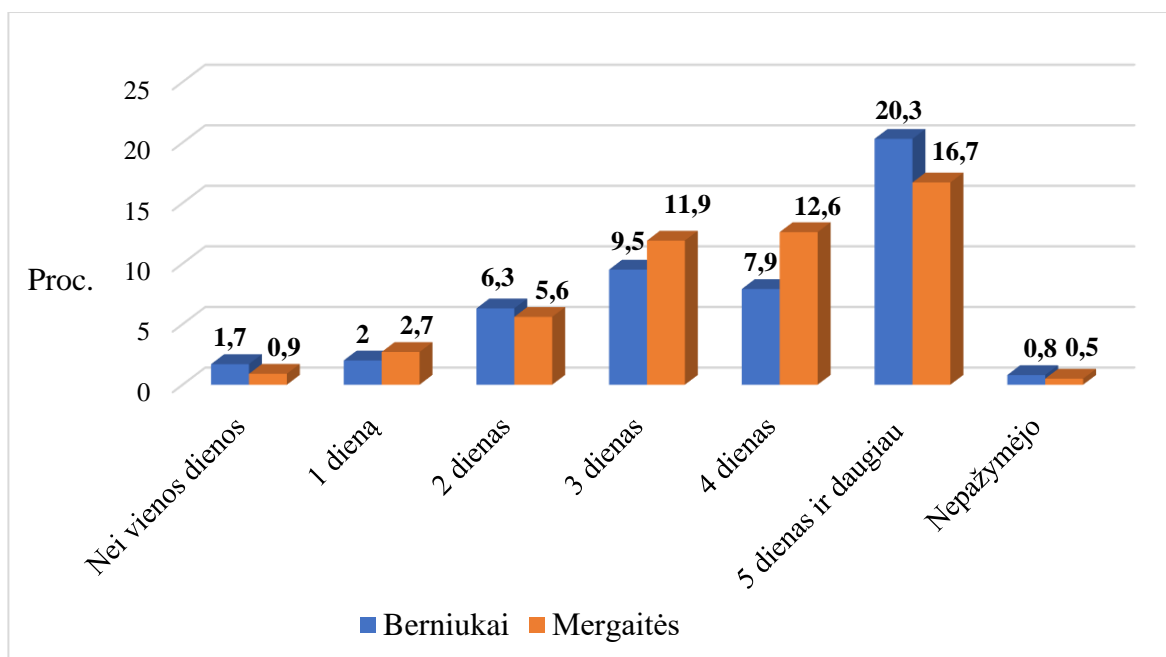
### 1.1. Subjektyvus sveikatos vertinimas ir laimingumas

Tyrimo metu buvo tiriama mokinių savo subjektyvus sveikatos vertinimas ir laimingumas. Mokinių buvo klausiama „Apskritai, kaip tu jautiesi galvodamas apie savo dabartinį gyvenimą“. Tiriamaieji buvo suskirstyti į, kurie jaučiasi labai laimingi arba pakankamai laimingi galvodami apie savo dabartinį gyvenimą. 36,4 proc. apklaustų Alytaus miesto mokinių jautėsi labai laimingi, o pakankamai laimingi 39,8 proc. Tyrimo metu domėtasi, kaip respondentai vertina savo sveikatą. Didžioji dalis respondentų 44,7 proc. savo sveikatą įvertino labai gera, gera vertino 38,2 proc. Alytaus miesto mokinių savo sveikatos vertinimą, kaip labai gera pagal klases pasiskirstė taip: 5 klasės mokiniai – 17,9 proc., 7 klasės mokiniai – 14,4 proc., 9 klasės mokiniai (pirma gimnazijos) – 12,4 proc.

### 1.2. Fizinis aktyvumas ir pasyvus laisvalaikis

Tyrimo metu buvo vertinami mokinių gyvenimo ypatumai bei gyvenimo rizikos veiksniai. Vienas iš pagrindinių veiksnių fizinio aktyvumo svarba vaikystėje ir paauglystėje. Epidemiologiniai tyrimai patvirtino paauglių fizinio aktyvumo ryšį su jų nutukimu, širdies ir kraujagyslių ligų rizikos veiksniais, depresijos požymiais ir kt. Šiuolaikinėse fizinio aktyvumo rekomendacijose akcentuojamas sveikatą stiprinantis ir ligų riziką mažinantis fizinis aktyvumas.

Respondentams buvo užduoti šie klausimai: „Ar dažnai ne pamokų metu, laisvalaikiu taip mankštiniesi ir sportuoji bent 60 min.?“. 1 paveikslėlyje matyti, kaip pasiskirstė respondentų klausimas: „Kiek dienų per savaitę taip judi bent 60 min.?“ tarp berniukų ir mergaičių.



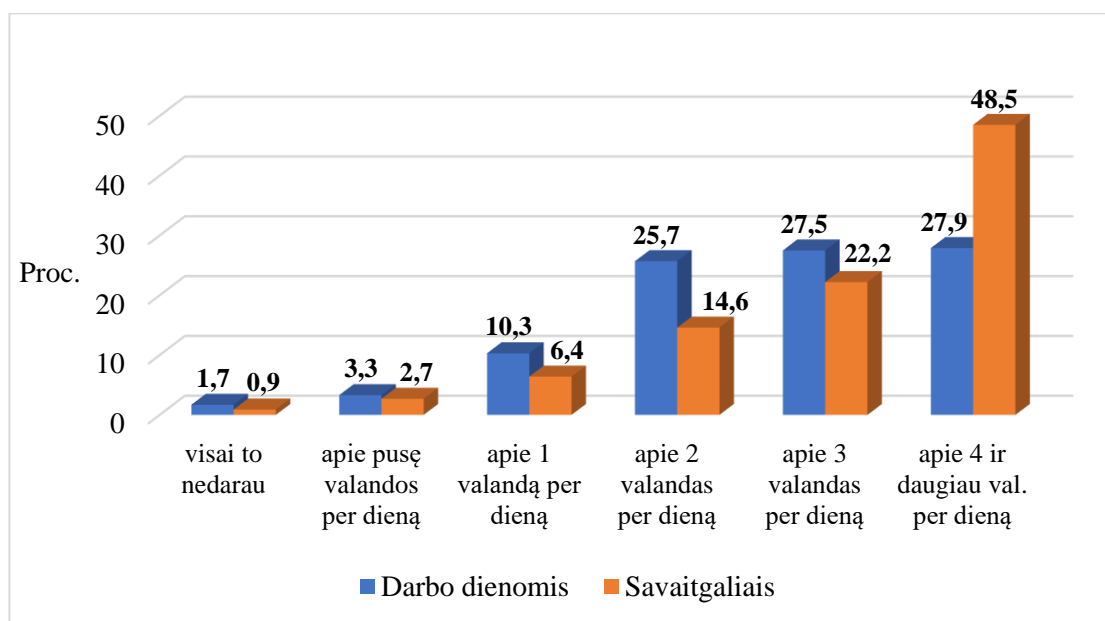
1 pav. Mokinių fizinio aktyvumo dažnis tarp berniukų ir mergaičių (proc.).

Šaltinis: Alytaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro duomenys

Sėdima veikla, ypač ilgas televizoriaus žiūrėjimas, kompiuterio naudojimas vaikystėje ir paauglystėje siejamas su regėjimo problemomis, kaulų ir raumenų sistemos pakenkimu, psichosocialinėmis problemomis, veido bei kaklo odos pažeidimais bei įtaka reprodukciniai sistemai.

Todėl antsvorio prevencijos programos pirmiausia atkreipia dėmesį į televizoriaus ar į kitą ekraną žiūrėjimo trukmės ribojimą. Šiuolaikinės rekomendacijos teigia, kad mokyklinio amžiaus vaikai neturėtų žiūrėti televizorių ar į kitą ekraną ilgiau negu 1 – 2 val. per dieną. Deja, šios rekomendacijos daugelis paauglių nesilaiko.

Respondentų buvo prašoma nurodyti, kiek šioms veikloms skiriama vidutiniškai laiko savaitės dienomis ir savaitgaliais. Tyrimo rezultatai parodė, kad per dieną vidutiniškai mokiniai tam laiko skiria apie dvi valandas per dieną darbo dienomis (25,7 proc.) ir apie keturias ir daugiau valandų savaitgaliais (48,5 proc.) (2 pav.).



**2 pav. Mokinių televizoriaus, kompiuterio, planšetės, išmaniojo telefono ir pan. žiūrėjimo vidutinis laikas per dieną darbo dienomis ir savaitgaliais (proc.).**

*Šaltinis: Alytaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro duomenys*

Daugiausia tokiai veiklai laiko skyrė 5 klasės mokiniai – apie 2 valandas darbo dienomis (10,4 proc.), o 7 klasės mokiniai daugiausiai skyrė apie 3 valandas darbo dienomis (9,9 proc.). 9 klasės mokiniai – apie 4 ir daugiau valandų per savaitgalį (19 proc.) (2 lentelė.).

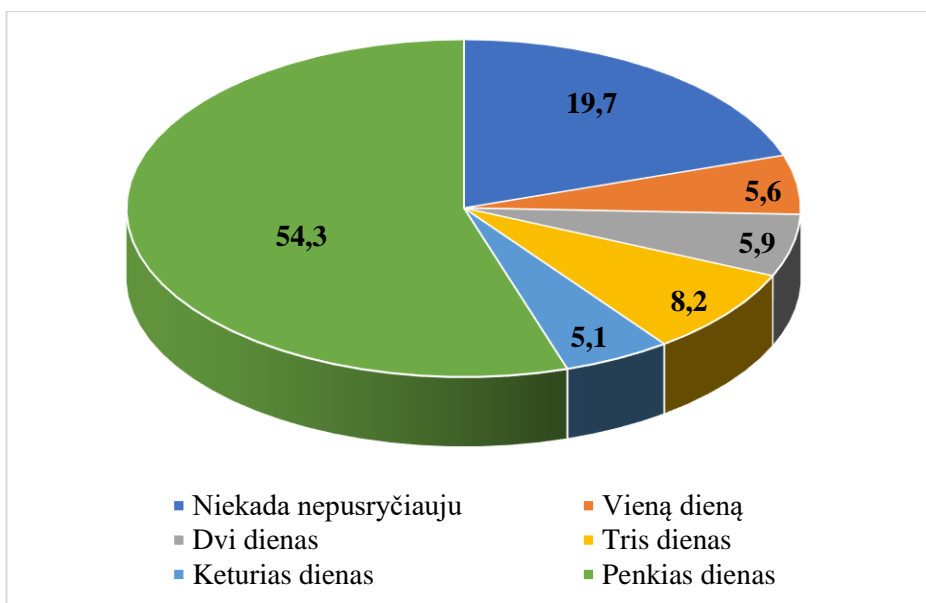
**2 lentelė. Mokinių televizoriaus, kompiuterio, planšetės, išmaniojo telefono ir pan. žiūrėjimo vidutinis laikas per dieną darbo dienomis ir savaitgaliais pagal klases (proc.).**

Savaitės dienos	Laikas	Klasė		
		5 klasė	7 klasė	9 klasė
Darbo dienomis	visai to nedarau	1,5	0,1	0,1
	apie pusę valandos per dieną	1,6	1,1	0,7
	apie 1 valandą per dieną	6,0	2,7	1,6
	apie 2 valandas per dieną	10,4	8,0	7,1
	apie 3 valandas per dieną	7,4	9,9	10,2
	apie 4 ir daugiau val. per dieną	6,8	9,2	11,6
Savaitgaliais	visai to nedarau	0,7	0,1	0,1
	apie pusę valandos per dieną	2,0	0,3	0,4
	apie 1 valandą per dieną	3,9	1,6	0,9
	apie 2 valandas per dieną	6,3	4,1	4,0
	apie 3 valandas per dieną	6,6	8,8	6,8
	apie 4 ir daugiau val. per dieną	13,0	16,2	19,0

*Šaltinis: Alytaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro duomenys*

### 1.3. Mitybos įpročiai

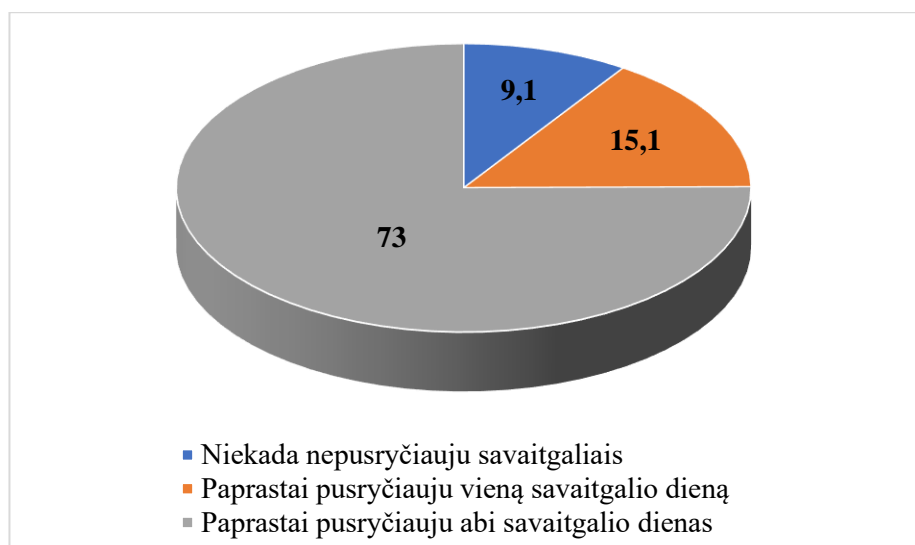
Tyrimo metu respondentams buvo užduoti klausimai, „Kiek vidutiniškai dienų per savaitę jie pusryčiauja: a) Savaitės dienomis, prieš išeidami į mokyklą, b) Savaitgaliais?“. Tyrimo rezultatai parodė, kad beveik 54,3 proc. mokinių kas rytą pusryčiauja namuose prieš išeidami į mokyklą (3 pav.). Reikšmingų skirtumų tarp berniukų ir mergaičių bei klasių pusryčiavimo reguliarumo nenustatyta.



**3 pav. Mokinių pusryčiavimo dažnis, per savaitę, prieš einant į mokyklą (proc.).**

*Šaltinis: Alytaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro duomenys*

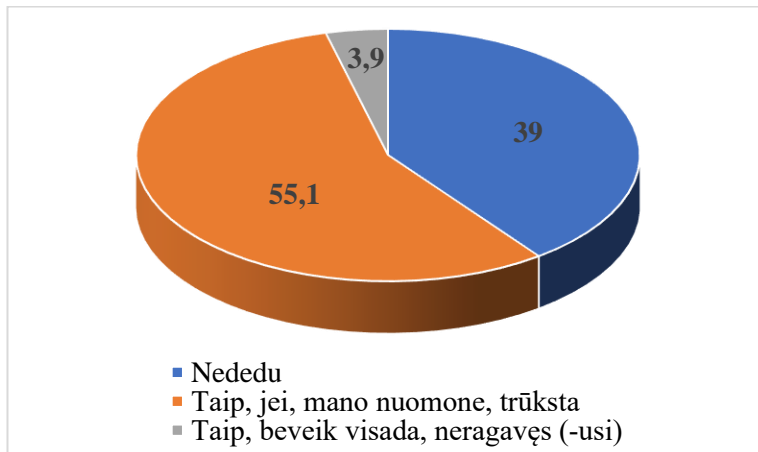
Tyrimo duomenimis, reguliariai savaitgaliais abi dienas pusryčiauja 73 proc. mokinių (4 pav.). Statistiškai reikšmingai dažniau berniukai nei mergaitės pusryčiauja savaitgaliais.



**4 pav. Mokinių pusryčiavimo dažnis savaitgaliais (proc.).**

*Šaltinis: Alytaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro duomenys*

Tyrimo metu respondentų buvo klausiama „Ar papildomai dedi druskos į paruoštą maistą?: a) Nededu, b) Taip, jei, mano nuomone, trūksta druskos, c) Taip, beveik visada, net neragavęs (-usi)“. Tyrimo duomenimis 39 proc. mokinių nededa druskos į paruoštą maistą (5 pav.).



**5 pav. Mokinių papildomos druskos naudojimo dažnis (proc.).**

*Šaltinis: Alytaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro duomenys*

Tyrimo metu mitybą vertinome maisto produktų vartojimo dažnio nustatymo metodu. Domėjomės, kaip dažnai mokiniai valgo vaisius ir daržoves. Galimi atsakymai buvo: „niekada“, „rečiau nei kartą per savaitę“, „kartą per savaitę“, „2–4 dienas per savaitę“, „5–6 dienas per savaitę“, „kasdien, kartą per dieną“ ar „kasdien, kelis kartus per dieną“. Dauguma mokinių vaisius, daržoves vartoja 2–4 dienas per savaitę. Beveik nebuvo niekada vaisių nevalgančių mokinių (2 lentelė).

**2 lentelė. Mokinių maisto produktų vartojimo dažnis (proc.).**

	Niekada	Rečiau nei kartą per savaitę	Kartą per savaitę	2-4 dienas per savaitę	5-6 dienas per savaitę	Kasdien, kartą per dieną	Kasdien, kelis kartus per dieną
Vaisius (neskaitant sulčių)	0,9	4,5	11,9	32,8	17,6	14,7	16,8
Daržoves (neskaitant bulvių)	1,3	7,2	9,9	31,3	20,5	14,6	13,6
Saldumynus (saldainius, saldžius kepinus, ledus ir kt.)	0,9	10,6	20,6	34,1	13,6	9,6	8,6
Gazuotus saldžius gėrimus	4,7	25,7	25,4	25,8	7,2	5,5	4,5
Energinius gėrimus	69,7	15,8	6,1	4,1	1,2	1,2	0,9

*Šaltinis: Alytaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro duomenys*



#### 1.4. Psichoaktyviųjų medžiagų vartojimas

Paauglystė yra vienas sudėtingiausių vaiko raidos etapų. Jos laikotarpiu dažniausiai pradama eksperimentuoti psichoaktyviomis medžiagomis: tabaku, alkoholiu, lakiosiomis medžiagomis ir narkotikais, kurios veikia žmogaus psichiką, sutrikdo žmogaus elgesį ir gali sukelti psichinę ar fizinę priklausomybę. Tam tinkamas sąlygas gali sukurti socialinė aplinka, asmens savybės, biologiniai ir kiti veiksniai. Siekiant išsiaiškinti rūkymo paplitimą Alytaus miesto mokinių tarpe, buvo prašoma atsakyti į klausimą „Ar esi bent kartą rūkęs (iusi) tabako gaminius?“, „Ar esi bent kartą rūkęs (-iusi) elektronines cigaretes ar naudojęs (-usi) panašius elektroninius įtaisus rūkymui (pvz., IQOS)?“. 3 lentelėje pateikti duomenys apie mokinių tabako vartojimo dažnį, o 4 lentelėje duomenys pateikti apie elektroninių cigarečių vartojimo dažnį tarp moksleivių. Rūkymas yra vienas dažniausiai pasitaikančių pavojų, kuris sukelia priklausomybę.

##### 3 lentelė. Mokinių rūkusių tabako gaminius dažnis pagal lytį ir klases (proc.).

	5 klasė		7 klasė		9 klasė (pirma gimnazijos)	
	Berniukai	Mergaitės	Berniukai	Mergaitės	Berniukai	Mergaitės
Per paskutines 30 dienų			9,1	9,1	18,2	63,6
Per paskutines 12 mėnesių	2,7	2,7	10,7	5,3	22,7	53,3

Šaltinis: Alytaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro duomenys

##### 4 lentelė. Mokinių rūkusių elektronines cigaretes dažnis pagal lytį ir klases (proc.).

	5 klasė		7 klasė		9 klasė (pirma gimnazijos)	
	Berniukai	Mergaitės	Berniukai	Mergaitės	Berniukai	Mergaitės
Per paskutines 30 dienų	3,9	2,6	9,2	15,8	26,3	40,8
Per paskutines 12 mėnesių	4,0	2,4	13,5	11,9	28,6	37,3

Šaltinis: Alytaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro duomenys

Siekiant išsiaiškinti alkoholio vartojimo paplitimą Alytaus miesto mokinių tarpe, buvo prašoma atsakyti į klausimą „Ar bent kartą vartojai kokį nors alkoholinį gėrimą?“. Statistiškai reikšmingai dažniau vyresnių klasių mokiniai vartojo alkoholinius gėrimus nei jaunesnių klasių mokiniai (5 lentelė).

##### 5 lentelė. Mokinių alkoholinių gėrimų vartojimo dažnis pagal lytį ir klases (proc.)

	5 klasė		7 klasė		9 klasė (pirma gimnazijos)	
	Berniukai	Mergaitės	Berniukai	Mergaitės	Berniukai	Mergaitės
Per paskutines 30 dienų	2,7	5,4	12,2	9,5	16,2	51,4
Per paskutines 12 mėnesių	7,7	3,9	11,0	12,3	21,3	41,3

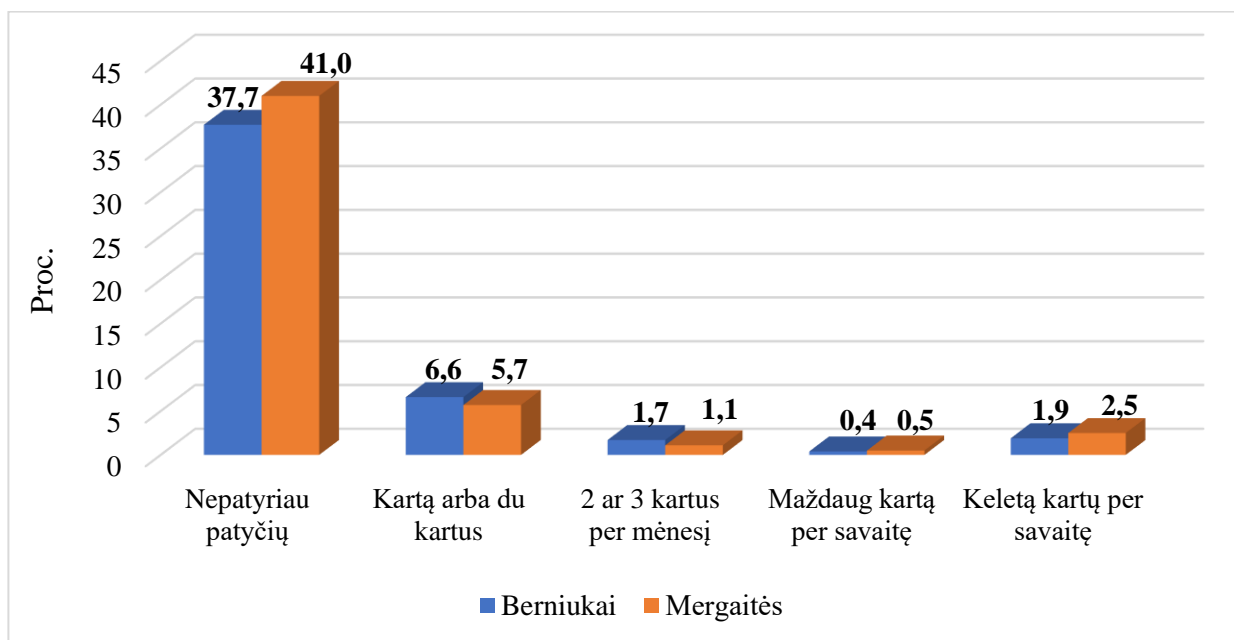
Šaltinis: Alytaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro duomenys

Narkotinių ir kitų psichoaktyvių medžiagų vartojimo paplitimas tarp paauglių tampa vis didesne socialine problema. Narkotinių medžiagų vartojimas neigiamai veikia bręstančio paauglio fiziologinius ir psichinius procesus: blogėja atmintis bei susikaupimas dirbti, keičiasi judesių koordinacija, atsiranda įvairių psichosomatinių negalavimų, priklausomybė.

Tyrimo rezultatai parodė, kad bent kartą vartoją kanapes („žolę“, marihuaną, hašišą) 1,6 proc. respondentų. Tyrimo duomenimis bent kartą vartoją kitus narkotikus nei kanapes per visą savo gyvenimą nurodė 0,7 proc. moksleivių.

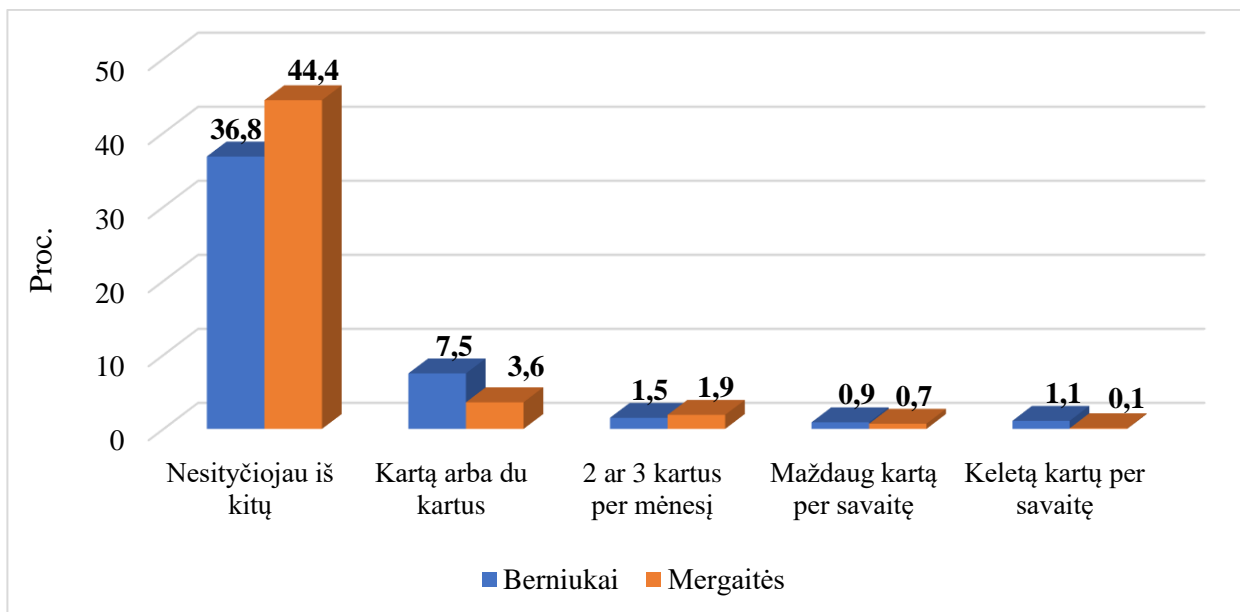
### 1.5. Patyčios

Jaunas žmogus ypač jautrus neigiamiems veiksniams: tyčiojimuisi, smurtui, vandalizmui ir kt. Labiausiai paplitusi jaunų žmonių destruktivaus elgesio forma – patyčios. Jos gali pasireikšti fiziniu veiksniu, žodiniu įžeidinėjimu, neteisingu elgesiu. Dažniausiai mokiniai vieni iš kitų tyčiojasi mokyklos kieme, žaidimų aikštelėse. Tyčiojimasis žaloja tiek vaiko fizinę, tiek psichinę sveikatą. Vaikas, iš kurio tyčiojasi jo bendraamžiai, patiria stiprią psichikos traumą, dažniau jaučiasi vieniši ir atstumti, mažiau laimingi, jų savivertė žemesnė. Vykdam tyrimą, mokiniams buvo pateikiami du klausimai: „Kaip dažnai iš tavęs tyčiojosi kiti mokiniai mokykloje per pastaruosius du mėnesius?“ (6 pav.) , „Kaip dažnai tu pats (-ti) tyčiojaisi iš kitų mokinių mokykloje per pastaruosius du mėnesius?“ (7 pav.).



**6 pav. Mokinių dalis (proc.), iš kurių tyčiojosi kiti mokiniai mokykloje per pastaruosius du mėnesius, pagal lytį.**

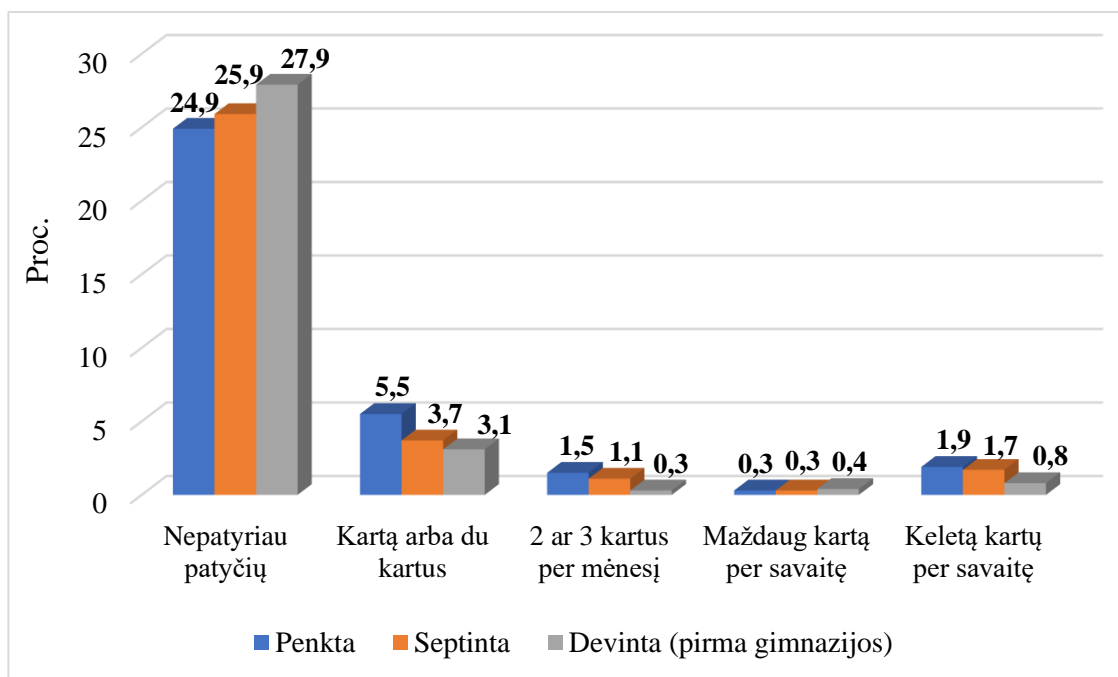
*Šaltinis: Alytaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro duomenys*



**7 pav. Mokinių dalis (proc.), kurie patys tyčiojosi iš kitų mokinių per pastaruosius du mėnesius, pagal lytį.**

*Šaltinis: Alytaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro duomenys*

5 klasių mokiniai tyčiojosi dažniau nei vyresnių klasių mokiniai (8 pav.).



**8 pav. Mokinių dalis (proc.), iš kurių tyčiojosi kiti mokiniai mokykloje per pastaruosius du mėnesius, pagal klases.**

*Šaltinis: Alytaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro duomenys*

Šiuolaikinėje visuomenėje vis dar labai aktuali problema yra vaikų auklėjime naudojamos bausmės. Fizinės bausmės gali būti taikomos įvairiais vaiko amžiaus tarpsniais. Dažniausios fizinės bausmės būna ikimokykliniame amžiuje, vėliau vaikai yra kiek mažiau baudžiami fizinėmis

bausmėmis. Nepaisant to, kad dažniausios fizinės bausmės būna vaikystėje, jos gali sukelti tiek trumpalaikius, tiek ilgalaikius efektus, kurie ne retai pasireiškia ir suaugusiojo elgesyje. Atlikti tyrimai rodo, kad suaugusieji, kurie vaikystėje buvo baudžiami fizinėmis bausmėmis, turi žymiai didesnę polinkį į priklausomybes nuo alkoholio, narkotikų ir kitų psichoaktyvių medžiagų, ir turi daugiau kitų eksternalizuotų elgesio problemų. Tyrimo metu mokinių buvo klausiama „Kaip dažnai Tave per pastaruosius du mėnesius mušė ar kitaip fiziškai baudė tėvai?“, atsakymai buvo suskirstyti į „Niekada“, „Kartą arba du kartus“, „2 ar 3 kartus per mėnesį“, „Maždaug kartą per savaitę“, „Keletą kartų per savaitę“. 6 lentelėje matyti, mokinių dalis pagal lytį, o 7 lentelėje pagal klases, kuriuos per du paskutinius mėnesius mušė ar kitaip fiziškai baudė tėvai.

**6 lentelė. Mokinių dalis (abs.sk. ir proc.), kuriuos per du paskutinius mėnesius mušė ar kitaip fiziškai baudė tėvai, pagal lytį.**

	Berniukai		Mergaitės	
	Abs. sk.	Proc.	Abs. sk.	Proc.
Niekada	338	45,2	358	47,9
Kartą ar du kartus	15	2,0	16	2,1
2 ar 3 kartus per mėnesį	4	0,5	3	0,4
Maždaug kartą per savaitę	6	0,8	1	0,1
Keletą kartų per savaitę	0	0,0	3	0,4

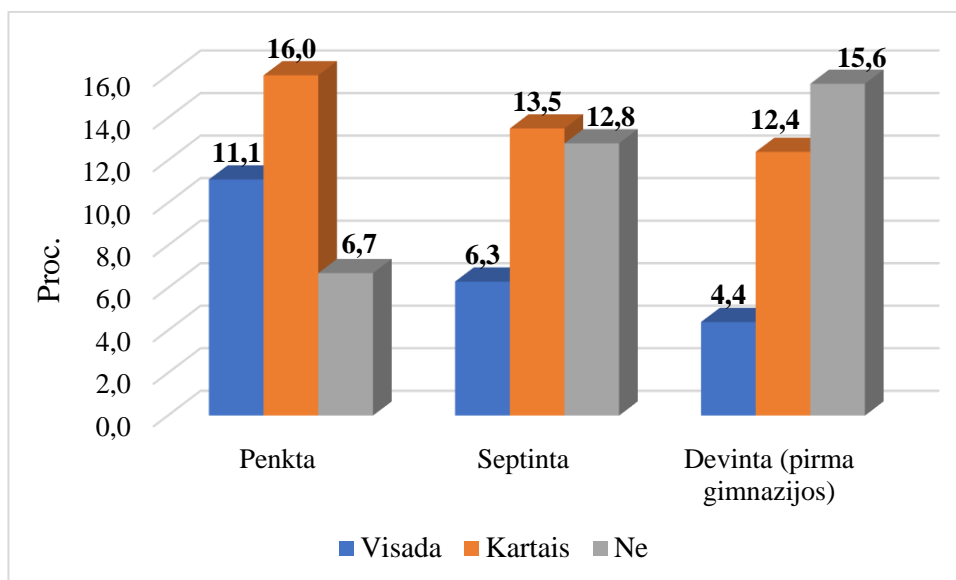
**7 lentelė. Mokinių dalis (abs.sk. ir proc.), kuriuos per du paskutinius mėnesius mušė ar kitaip fiziškai baudė tėvai, pagal klases.**

	5 klasė		7 klasė		9 klasė (pirma gimnazijos)	
	Abs. sk.	Proc.	Abs. sk.	Proc.	Abs. sk.	Proc.
Niekada	231	30,9	235	31,4	230	30,7
Kartą ar du kartus	18	2,4	5	0,7	7	0,7
2 ar 3 kartus per mėnesį	3	0,4	4	0,5	1	0,1
Maždaug kartą per savaitę	3	0,4	1	0,1	3	0,4
Keletą kartų per savaitę	1	0,1	0	0	2	0,3

## 1.6. Traumos ir sauga

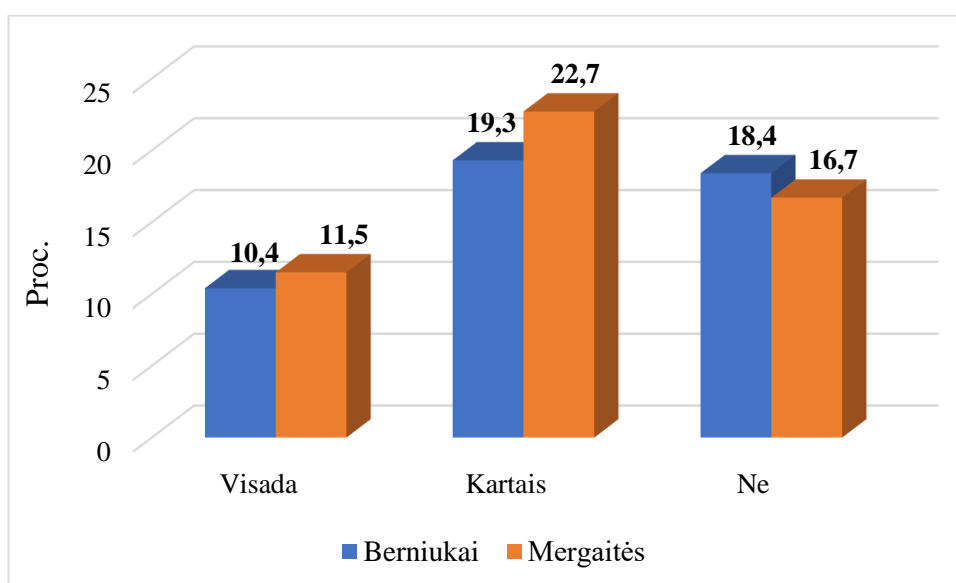
Traumos yra tokių įvykių ar elgesio, kuriuos nulemia aplinka, biologiniai ir elgesio veiksniai, pasekmė. Daugiausia nelaimingų atsitikimų, kuriuose nukenčia paaugliai, įvyksta keliuose, žaidžiant kieme. Tokių atvejų būtų galima išvengti, jei paaugliai laikytųsi saugaus elgesio taisyklių, turėtų ir naudotųsi saugos priemonėmis.

Tyrimo rezultatai parodė, kad šviesos atšvaitą visada nešioja 21,9 proc. mokinių. Vertinant pagal klases atšvaitą dažniausiai nešiojasi 5 klasės mokiniai (9 pav.), vertinant pagal lytį, dažniau atšvaitus nešioja mergaitės negu berniukai (10 pav.).



**9 pav. Mokinių dalis (proc.), kurie būdami lauke nešioja atšvaitus pagal klases.**

*Šaltinis: Alytaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro duomenys*



**10 pav. Mokinių dalis (proc.), kurie būdami lauke nešioja atšvaitus pagal lytį.**

*Šaltinis: Alytaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro duomenys*

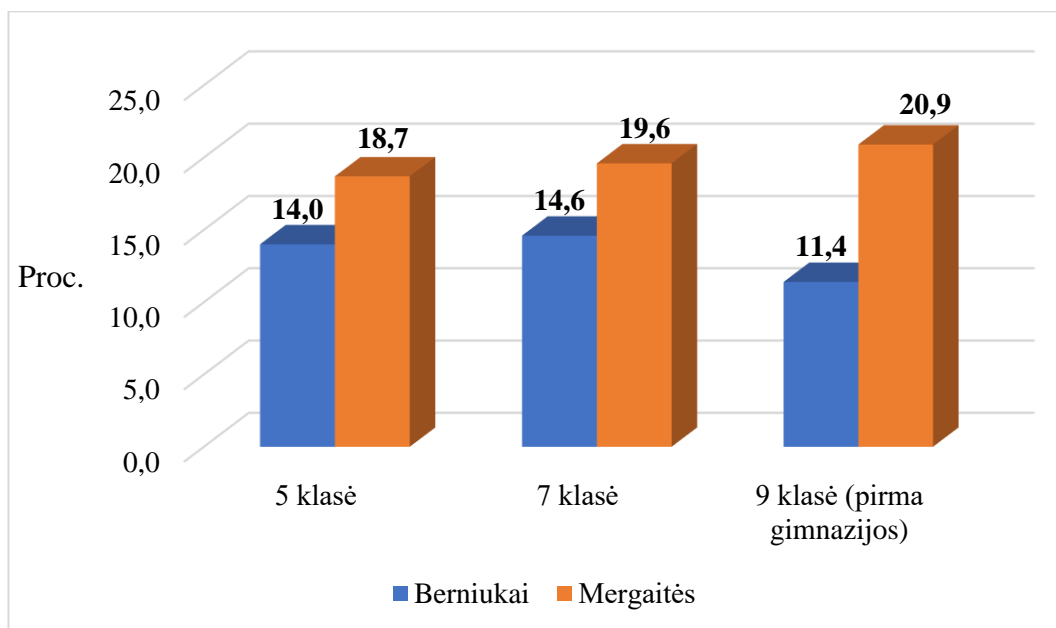
Įvertinus rezultatus, jie parodė, kad segi diržą važiuodami automobiliu visada 78,7 proc. mokinių. Vertinant pagal klases dažniau segi diržą važiuodami automobiliu 5 klasės mokiniai 28,5 proc., pagal lytį dažniau segi diržą 39,4 proc. berniukų.

Mokinių buvo klausama „Ar jautiesi saugus (-i)?“: a) Mokyklos aplinkoje, b) Namų aplinkoje, c) Kitur. Tyrimo duomenys parodė, kad mokyklos aplinkoje jaučiasi saugiai 89,8 proc., namų aplinkoje 97,9 proc., kitur 77,7 proc. moksleivių.

### 1.7. Burnos higiena (dantų valymas)

Dantų ėduonis iš visų burnos ertmės ligų yra labiausiai paplitusi vaikų ir paauglių liga. Su amžiumi dantų ėduonies paplitimas, kaip ir intensyvumas, didėja. Tiek dantų ėduonies paplitimas, tiek intensyvumas įvairiose šalyse yra skirtingi: jie mažesni išsivysčiusiose šalyse. Skirtumus tarp šalių lemia daugelis veiksnių: ekonominės, socialinės sąlygos, sveikatos apsaugos organizavimas, vaikų mityba. Viena pagrindinių šių ligų priežasčių yra bloga burnos higiena. Ten, kur yra įdiegtos profilaktikos programos, aukštesnis pragyvenimo lygis, šie rodikliai mažesni ir ryškiai skiriasi nuo tų šalių vaikų, kur gyvenimo sąlygos blogesnės ir dantų priežiūrai neskiriama pakankamai dėmesio. Dėl blogos burnos higienos, pavėluotos odontologinės pagalbos susidaro sąlygos vystytis burnos ertmės patologijai.

Tyrimo metu buvo nagrinėjama mokinių burnos higienos įgūdžiai. Tuo tikslu jų prašėme atsakyti į klausimą, „Kaip dažnai valaisi dantis šepetėliu ir pasta?“. Reguliariai valantys dantis buvo laikomi tie tiriamieji, kurie teigė, kad dantis valosi 2 ir daugiau kartų per dieną. Reguliariai valo dantis 62,2 proc. Alytaus miesto mokinių. Visų tyrime dalyvavusių mokinių, reguliariai dantis valo 25 proc. berniukų ir 36,8 proc. mergaičių. 11 paveikslėlyje matyti, kaip pasiskirsto moksleiviai pagal lytį ir klases, kurie dantis valo reguliariai.



**11 pav. Mokinių dalis (proc.), kurie dantis valo reguliariai, pagal lytį ir klases.**

*Šaltinis: Alytaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro duomenys*

## APIBENDRINIMAS

1. Tyrime dalyvavo 748 Alytaus miesto 5, 7 ir 9 klasių mokiniai, iš jų 5 klasės – 256 mokiniai, 7 klasės – 245 mokiniai, 9 klasės – 243 mokiniai. Tyrime dalyvavusių mokinių amžius nuo 9 iki 18 metų.
2. Dauguma (36,4 proc.) apklaustų Alytaus miesto mokinių jautėsi labai laimingi arba pakankamai laimingi. Taip pat didžioji dalis respondentų (44,7 proc.) savo sveikatą įvertino labai gera arba gerai.
3. Tyrimo duomenimis 2-3 kartus per savaitę sportuoja 17,5 proc. mergaičių ir 15,8 proc. berniukų. 5 dienas ir daugiau per savaitę sportuoja 16,7 proc. mergaičių ir 20,3 proc. berniukų. Tyrimo rezultatai parodė, kad per dieną sėdima veikla vidutiniškai mokiniai tam laiko skiria apie dvi valandas per dieną darbo dienomis (25,7 proc.) ir apie keturias ir daugiau valandų savaitgaliais (48,5 proc.).
4. Tyrimo rezultatai parodė, kad 54,3 proc. mokinių kas rytą pusryčiauja namuose prieš išeidami į mokyklą. Mityba buvo vertinta maisto produktų vartojimo dažnio nustatymo metodu. Nustatyta, kad mokiniai retai valgo rekomenduojamus kasdien vartoti maisto produktus (vaisius, daržoves), dauguma jų vaisius ir daržoves valgo 2–4 dienas per savaitę.
5. Tyrimo duomenimis, statistiškai reikšmingai dažniau vyresnių klasių mokiniai nei jaunesnių klasių mokiniai vartojo alkoholinius gėrimus, rūkė tabako gaminius ir vartojo elektronines cigaretes.
6. Tyrimo rezultatai parodė, kad bent kartą vartoja kanapes („žolę“, marihuaną, hašišą) 1,6 proc. respondentų. Tyrimo duomenimis bent kartą vartoja kitus narkotikus nei kanapes per visą savo gyvenimą nurodė 0,7 proc. moksleivių.
7. Labiausiai paplitusi jaunų žmonių destruktivaus elgesio forma – patyčios. Jos gali pasireikšti fiziniu veiksniu, žodiniu įžeidinėjimu, neteisingu elgesiu. Alytaus mieste dažniausiai, per du mėnesius iš viso iš kitų mokinių dažnai (keletą kartų per savaitę) tyčiojosi 4,4 proc. mokinių. Pastaruosius du mėnesius, patyčias patyrė dažniausiai 7 klasės mokiniai, pagal lytį - berniukai.
8. Šios apklausos duomenų analizė parodė, kad šviesos atšvaitą visada nešioja 21,9 proc. mokinių. Vertinant pagal klases atšvaitą dažniausiai nešiojasi 5 klasės mokiniai. Segi diržą važiuodami automobiliu visada 78,7 proc. mokinių.
9. Tyrimo duomenys parodė, kad mokyklos aplinkoje jaučiasi saugiai 89,8 proc., namų aplinkoje 97,9 proc., kitur 77,7 proc. moksleivių.
10. Tyrimas parodė, kad reguliariai valo dantis 62,2 proc. Alytaus miesto mokinių. Visų tyrime dalyvavusių mokinių, reguliariai dantis valo 25 proc. berniukų ir 36,8 proc. mergaičių.