

PATVIRTINTA
Lietuvos Respublikos vidaus reikalų ministro
2022 m. lapkričio 22 d. įsakymu Nr. 1V-716

**2022–2030 M. PANEVĖŽIO REGIONO PLĖTROS PLANO
PAŽANGOS PRIEMONĖS Nr. LT025-04-01-02
„GYVENTOJŲ SVEIKATOS RAŠTINGUMO DIDINIMAS“
PAGRINDIMO APRAŠAS**

2024 m. d. Nr. PA-

**I SKYRIUS
BENDROSIOS NUOSTATOS**

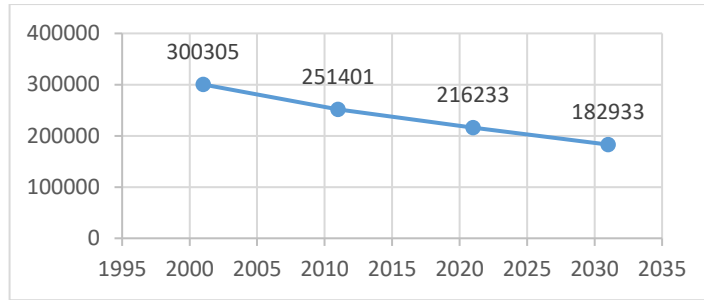
Regiono plėtros uždavinys (-iai)	Uždavinys Nr. LT025-04-01 „Padidinti gyventojų švietimą ir sąmoningumą fizinės ir psichinės sveikatos išsaugojimo klausimais“
---	---

**II SKYRIUS
SITUACIJOS ANALIZĖ IR SIEKIAMAS POKYTIS**

Įgyvendinant regiono plėtros plano pažangos priemonę Nr. LT025-04-01-02 „Gyventojų sveikatos raštingumo didinimas“ (toliau – Priemonė) bus sprendžiama 2022–2030 m. Panevėžio regiono plėtros plano (toliau – Planas) problema „Nepakankamas kokybiškų ir inovatyvių sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumas, menki gyventojų sveikos gyvensenos įgūdžiai ir nepakankamas sveikatos raštingumas, sąlygojantys blogėjančią žmonių sveikatą“. Viena iš nustatytų giluminių problemos priežasčių - „Paplitę fizinės ir psichikos sveikatos rizikos veiksniai (alkoholio vartojimas, rūkymas, nesveikas gyvenimo būdas, psichologinės problemos)“. Panevėžio regiono esamos situacijos bei problemų ir jų priežasčių analizė pateikiama Plano I skyriuje „Regiono plėtros plano teritorinė aprėptis ir regiono esamos situacijos analizė“. Įgyvendinant Plano pažangos priemonę bus vykdomos regioninės pažangos priemonės Nr. 11-001-02-10-03 (RE) „Gerinti kokybiškų visuomenės sveikatos paslaugų prieinamumą regionuose“ finansavimo gairėse nurodytos remiamos veiklos.

Tikslinės grupės, kurioms skirta Priemonė – socialiai pažeidžiami, socialinę riziką (atskirtį) patiriantys asmenys, asmenys su negalia, senyvo amžiaus asmenys, vaikai, jaunimas ir jų aplinkos nariai (šeima, mokykla, bendruomenė), rizikos sveikatai veiksniais patiriantys asmenys, asmenys, priskiriami pagrindinių lėtinių neinfekcinių ligų didelės rizikos grupėms. Šios tikslinės grupės yra tiesiogiai susijusios su sprendžiama problema ir jos priežastimi. Tikslinės grupės poreikiai - prevencinių priemonių, stiprinančių sveikatą bei psichologinę gerovę užtikrinimas, psichikos sveikatos stiprinimo ir priklausomybės ligų prevencijos paslaugų užtikrinimas.

Remiantis šalies ir Panevėžio regiono gyventojų skaičiaus kitimo tendencijomis, bei atsižvelgiant į tai, kad 2017–2022 m. vaikų skaičius Panevėžio regione mažėjo 12,6 proc., 2031 m. prognozuojamas bendras Panevėžio regiono gyventojų skaičiaus mažėjimas 15,4 proc.:



1 pav. Panevėžio regiono gyventojų skaičius

Prognozuojama, kad tikslinės grupės dydis mažės, tačiau poreikiai išliks tie patys. Sprendžiant įvairias visuomenės sveikatos problemas reikalinga pastovi, o ne vienkartinė visuomenės sveikatos priežiūra, ligų prevencija ir profilaktika.

Plane, atsižvelgiant į atliktą Panevėžio regiono analizę, nustatyta, kad dėl mažo fizinio aktyvumo, blogų mitybos įpročių ir žalingų įpročių Panevėžio regiono gyventojų sveikata prastėja. Vidutinė tikėtina sveiko žmogaus gyvenimo trukmė, vertinant 5 metų laikotarpį, trumpėja. 2021 m. duomenimis, vidutinė sveiko vyro gyvenimo trukmė siekė 55,4 m., o moterų – 59,8 m.¹ Remiantis Panevėžio regiono problemų ir jų giluminių priežasčių nustatymui atliktos analizės duomenimis, Panevėžio regione paplitę fizinės ir psichikos sveikatos rizikos veiksniai (alkoholio vartojimas, rūkymas, nesveikas gyvenimo būdas, psichologinės problemos). Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo plėtros programoje nurodyta, kad nesveikos gyvensenos veiksniai nulemia daugiau kaip pusę visų mirčių Lietuvoje: neracionali mityba, tabako vartojimas, alkoholio vartojimas, mažas fizinis aktyvumas. Nesveika gyvensena (nesubalansuota mityba, mažas fizinis aktyvumas, nutukimas, stresas, piktnaudžiavimas psichoaktyviomis medžiagomis) yra pagrindiniai lėtinių neinfekcinių ligų, tokių kaip kraujotakos sistemos ligos, piktybiniai navikai, cukrinis diabetas, nuo kurių miršta daugiausia Lietuvos gyventojų, rizikos veiksniai. Kaip rodo analizės duomenys, auga Panevėžio regiono savivaldybių gyventojų mirtingumas nuo širdies ir kraujagyslių ligų, nuo onkologinių susirgimų. 2022 m. Panevėžio regione mirusiųjų nuo kraujotakos sistemos ligų buvo 937,1 asmenys 100 000 gyventojų², nuo jų daugiausia mirė Biržų r. sav., mirusiųjų nuo piktybinių navikų buvo 334,4 asmenys 100 000 gyventojų, daugiausia – Rokiškio r. sav.

1 lentelė. Mirtingumas pagal lytį ir mirties priežastis Panevėžio apskrityje ir Panevėžio apskrities savivaldybėse 2022 m., mirusiųjų skaičius 100 000 gyventojų

	Kraujotakos sistemos ligos			Piktybiniai navikai		
	Vyrai	Moterys	Viso	Vyrai	Moterys	Viso
Panevėžio apskritis	887,7	978,9	937,1	387,3	289,4	334,4
Biržų r. sav.	1285,6	1413,5	1354,5	403,0	271,2	332,0
Kupiškio r. sav.	1121,5	1031,0	1072,5	297,3	286,4	291,4

¹ Valstybės duomenų agentūra

² [https://hi.lt/uploads/pdf/leidiniai/Statistikos/Mirties_priezastys/Mirties_priezastys_2022\(3\).pdf](https://hi.lt/uploads/pdf/leidiniai/Statistikos/Mirties_priezastys/Mirties_priezastys_2022(3).pdf)

Panevėžio m. sav.	715,5	818,0	772,6	343,6	274,7	305,2
Panevėžio r. sav.	771,9	821,6	797,4	406,3	264,7	333,7
Pasvalio r. sav.	1006,6	1137,7	1076,3	465,3	334,6	395,8
Rokiškio r. sav.	1005,3	1183,8	1100,7	468,1	347,8	403,8

2020 m. Panevėžio regione fiksuotas didžiausias sergamumas pirmo ir antro tipo cukriniu diabetu sergančių žmonių³. Didžiausias sergamumas 2019 m. buvo Biržų r. ir Kupiškio r. sav.

2 lentelė. Asmenų, sergančių cukriniu diabetu (E10-E-14), skaičius Panevėžio apskrities savivaldybėse 2019 m.⁴

	Amžiaus grupės, asmenų skaičius				Viso
	0-17	18-44	45-64	65+	10 tūkst. gyv.
Biržų r. sav.	5	49	409	782	542,6
Kupiškio r. sav.	3	42	324	489	518,2
Panevėžio m. sav.	27	177	1379	2595	483,0
Panevėžio r. sav.	6	78	574	751	398,2
Pasvalio r. sav.	4	57	366	660	470,6
Rokiškio r. sav.	2	45	405	656	390,2

Lietuvoje prevencijos priemonėmis išvengiamo mirtingumo rodiklio reikšmė 2021 m. buvo 307 atv. / 100 000 gyventojų⁵. Pagal prevencinėmis priemonėmis išvengiamo mirtingumą rodiklį, situacija lyginant su šalies rodikliu yra prastesnė visose Panevėžio regiono savivaldybėse. Prasčiausia situacija 2021 m. buvo Biržų r. sav., prevencijos priemonėmis išvengiamo mirtingumo rodiklio reikšmė sudarė 404,3 atv. / 100 000 gyventojų.

3 lentelė. Prevencinėmis priemonėmis išvengiamas mirtingumas, mirusiųjų skaičius 100 000 gyventojų 2021 m.

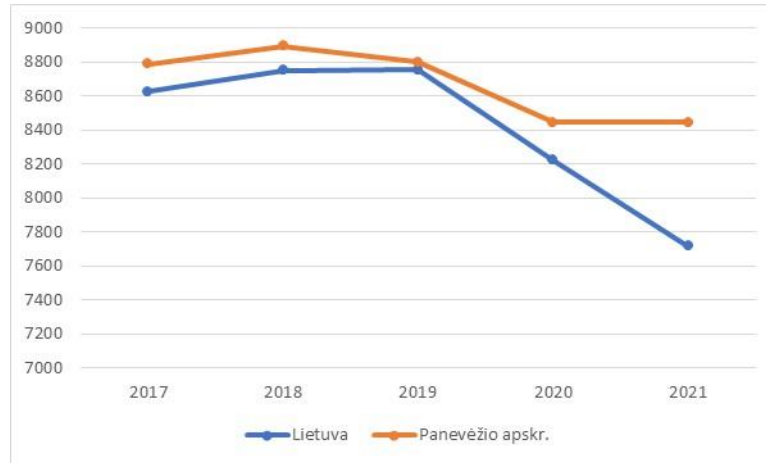
Lietuva	Panevėžio apskr.	Panevėžio m. sav.	Biržų r. sav.	Kupiškio r. sav.	Panevėžio r. sav.	Pasvalio r. sav.	Rokiškio r. sav.
307	351,7	309,4	404,3	366,4	360,2	392,4	389,3

Remiantis Visuomenės sveikatos stebėsenos informacinės sistemos (toliau – VSSIS) duomenimis, ligotumas Panevėžio apskrityje pasiekė piką 2019 m. ir nuo 2020 m. pradėjo mažėti, tačiau atsiliko nuo šalies vidurkio.

³ <https://ligoniukasa.lrv.lt/lt/naujienos/konferencijos-dalyviams-apie-cukrinio-diabeto-valdyma-lietuvoje>

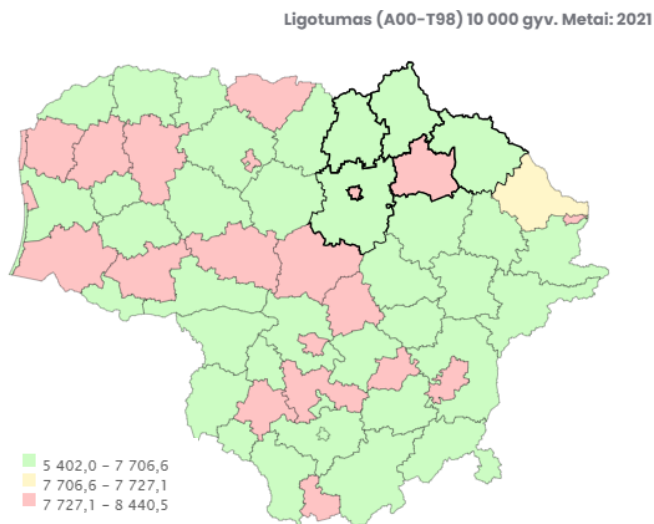
⁴ https://hi.lt/uploads/pdf/naujienos/2020/CD_lentele_zemelapis.pdf

⁵ https://sveikstat.hi.lt/chart-municipal-comparison.aspx?top_uid=92&top_loc=mun&sel_rep_panel=2&lang=lit&hide_filters=



2 pav. Ligotumas 2017–2021 m. Šaltinis: VSSIS

Panevėžio apskrities savivaldybių tarpe jis buvo didžiausias Panevėžio m. sav. ir Kupiškio r. sav. ⁶.



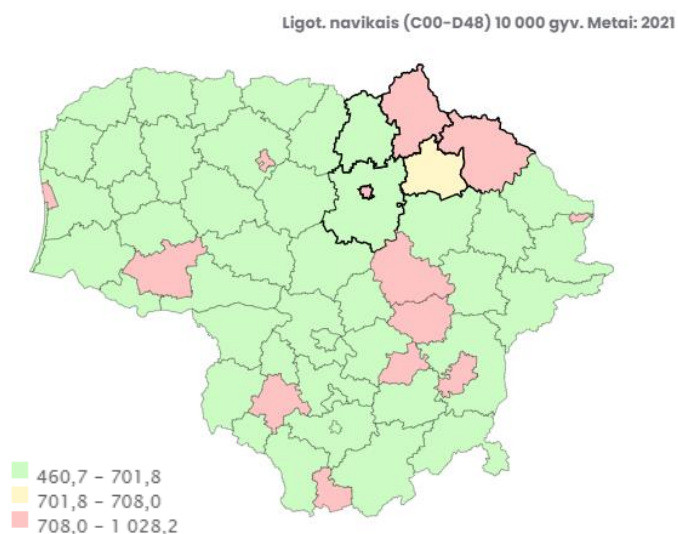
	Sergančių asmenų skaičius tenkantis 10 000 gyventojų
Biržų r. sav.	7661,0
Kupiškio r. sav.	8026,4
Panevėžio m. sav.	8388,5
Panevėžio r. sav.	7260,4
Pasvalio r. sav.	7387,8
Rokiškio r. sav.	7422,7
Panevėžio apskr.	7861,7
Lietuva	7716,9

3 pav. Ligotumas 10 000 gyventojų 2021 m. Šaltinis: VSSIS

Vertinant atskiras ligas, didžiausias ligotumas Panevėžio regione 2021 m. buvo piktybinių navikų, kraujo, endokrininės sist., psichikos ir elgesio sutrikimo ir kraujotakos sist. ligomis.

Panevėžio apskrityje vienas didžiausių sergančių piktybiniais navikais (C00-D48) asmenų skaičius tenkantis 10 000 gyventojų, 2021 m. jis siekė 784,7 atvejus / 10 000 gyventojų. Panevėžio apskrities savivaldybių tarpe šis rodiklis didžiausias buvo Biržų r., Panevėžio m. ir Rokiškio r. sav.

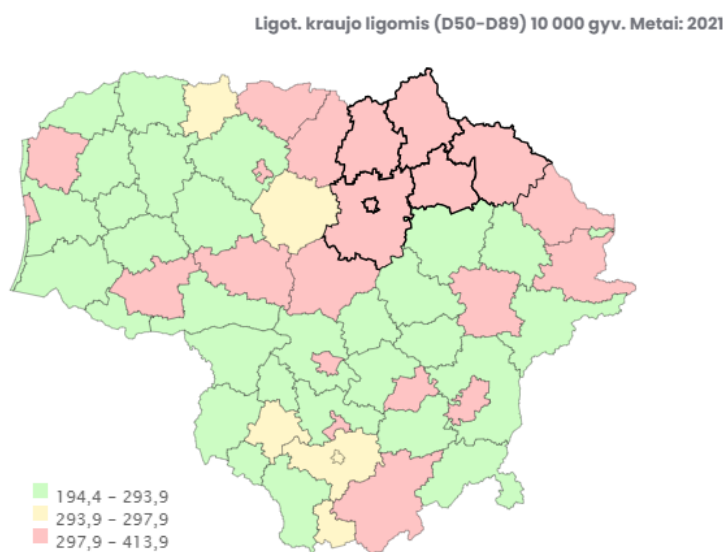
⁶ https://sveikstat.hi.lt/chart-municipal-comparison.aspx?top_uid=26&top_loc=mun&sel_rep_panel=2&lang=lit&hide_filters=



	Sergančių asmenų navikais (C00-D48) skaičius tenkantis 10 000 gyventojų
Biržų r. sav.	743,2
Kupiškio r. sav.	706,3
Panevėžio m. sav.	897,1
Panevėžio r. sav.	696,3
Pasvalio r. sav.	603,3
Rokiškio r. sav.	770,6
Panevėžio apskr.	784,7
Lietuva	704,9

4 pav. Ligotumas navikais (C00-D48) 10 000 gyv. 2021 m.

Didžiausias apskričių tarpe sergančių kraujo ligomis (D50-D89) asmenų skaičius tenkantis 10 000 gyventojų.⁷ 2021 m. jis siekė 364,8 asmenų 10 000 gyventojų, kai tuo tarpu šalyje šis rodiklis – 295,9 asmenys 10 000 gyventojų.



	Sergančių asmenų kraujo ligomis (D50-D89) skaičius tenkantis 10 000 gyventojų
Biržų r. sav.	362,10
Kupiškio r. sav.	413,90
Panevėžio m. sav.	373,10
Panevėžio r. sav.	328,2
Pasvalio r. sav.	334,8
Rokiškio r. sav.	382,6
Panevėžio apskr.	364,8
Lietuva	295,9

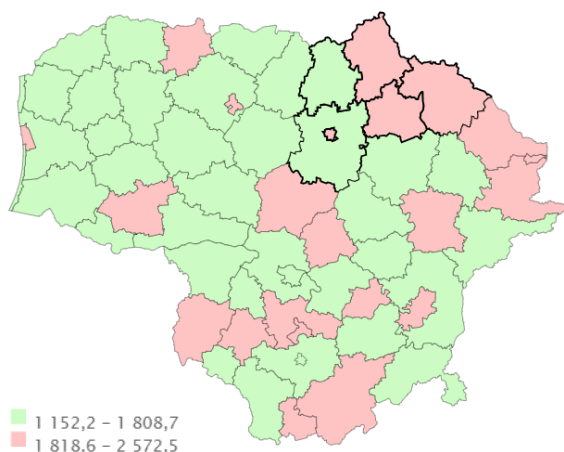
5 pav. Ligotumas kraujo ligomis (D50-D98) 10 000 gyv. 2021 m.

Panevėžio regione ligotumas endokrininės sist. ligomis (E00-E90) 2021 m. buvo 2179,7 atv. / 10 000 gyventojų, viršijo šalies vidurkį (1813,6 atvejų / 10 000 gyventojų) ir buvo didžiausias apskričių tarpe⁸. Panevėžio apskrities savivaldybių tarpe šis rodiklis didžiausias buvo Kupiškio r., Biržų r., Panevėžio m. ir Rokiškio r. sav.

⁷ https://sveikstat.hi.lt/chart-municipal-comparison.aspx?top_uid=29&top_loc=mun&sel_rep_panel=2&lang=lit&hide_filters=

⁸ https://sveikstat.hi.lt/chart-overview.aspx?top_uid=30&top_loc=mun&sel_rep_panel=1&lang=lit

Ligot. endokrininės sist. ligomis (E00-E90) 10 000 gyv. Metai: 2021

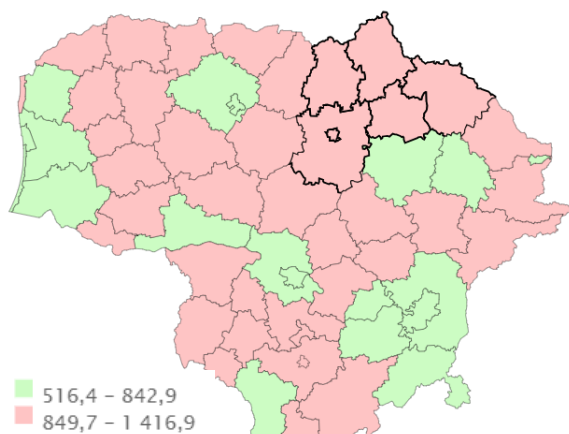


	Sergančių asmenų endokrininės sist. ligomis (E00-E90) skaičius tenkantis 10 000 gyventojų
Biržų r. sav.	2329,9
Kupiškio r. sav.	2572,5
Panevėžio m. sav.	2316,7
Panevėžio r. sav.	1715,9
Pasvalio r. sav.	1782,8
Rokiškio r. sav.	2301,8
Panevėžio apskr.	2179,7
Lietuva	1813,6

6 pav. Ligotumas endokrininės sist. ligomis (E00-E90) 10 000 gyv. 2021 m.

Panevėžio regione ligotumas psichikos ligomis (F00-F99) 2021 m. buvo didžiausias apskričių tarpe⁹ ir visose Panevėžio apskrities savivaldybėse viršijo šalies vidurkį. Panevėžio apskrities savivaldybių tarpe šis rodiklis didžiausias buvo Kupiškio r. sav.

Ligot. psichikos ligomis (F00-F99) 10 000 gyv. Metai: 2021

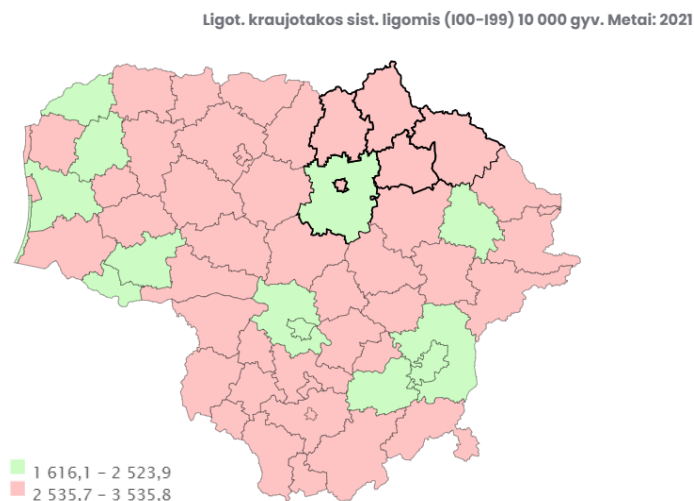


	Sergančių asmenų psichikos ligomis (E00-E90) skaičius tenkantis 10 000 gyventojų
Biržų r. sav.	1220,8
Kupiškio r. sav.	1350,3
Panevėžio m. sav.	1155,2
Panevėžio r. sav.	865,2
Pasvalio r. sav.	1148,1
Rokiškio r. sav.	1283,6
Panevėžio apskr.	1145,6
Lietuva	846,3

7 pav. Ligotumas psichikos ligomis (F00-F99) 10 000 gyv. 2021 m.

Panevėžio regione ligotumas kraujotakos sist. ligomis (I00-I99) 2021 m. buvo vienas didžiausių apskričių tarpe ir siekė 2935,5 atvejų / 10 000 gyventojų. Visose Panevėžio apskrities savivaldybėse, išskyrus Panevėžio r. sav., šis rodiklis viršijo šalies vidurkį.

⁹ https://sveikstat.hi.lt/chart-regions.aspx?top_uid=31&top_loc=mun&sel_rep_panel=9&lang=lit



	Sergančių kraujotakos sist. ligomis (I00-I90) skaičius tenkantis 10 000 gyventojų
Biržų r. sav.	3268,5
Kupiškio r. sav.	3535,8
Panevėžio m. sav.	3034,9
Panevėžio r. sav.	2475,3
Pasvalio r. sav.	2611,3
Rokiškio r. sav.	2844,3
Panevėžio apskr.	2935,5
Lietuva	2529,8

8 pav. Ligotumas kraujotakos sist. ligomis (I00-I99) 10 000 gyv. 2021 m.

Aukšti ligotumo rodikliai lemia aukštus mirtingumo rodiklius. VSSIS duomenimis standartizuotas mirtingumas 100 000 gyventojų 2017–2019 m. laikotarpiu mažėjo, 2020–2021 m. šalyje bei regiono savivaldybėse (išskyrus Kupiškio r. sav.) stebima mirtingumo didėjimo tendencija. Tikėtina, kad tam įtakos turėjo ir Covid-19 pandemija. 2021 m. Panevėžio regione mirtingumas buvo žemesnis nei šalyje, tačiau regiono savivaldybių tarpe tik Kupiškio r. sav. ir Panevėžio m. sav. šio rodiklio reikšmė buvo žemesnė nei šalyje ir regione.

4 lentelė. Standartizuotas mirtingumas 100 000 gyventojų¹⁰.

Teritorija / metai	2017	2018	2019	2020	2021
Lietuva	1425,5	1392,5	1329,3	1498	1643,4
Panevėžio regionas	1456,7	1374,9	1335	1509,8	1625,9
Biržų r. sav.	1541,5	1531,4	1423,1	1635,7	1704,4
Kupiškio r. sav.	1385,8	1555,6	1471,8	1722,1	1554
Panevėžio m. sav.	1271,1	1153,2	1137,2	1331,8	1427
Panevėžio r. sav.	1581,8	1409,7	1392,9	1523,4	1892,5
Pasvalio r. sav.	1663,4	1597,4	1638,3	1778,1	1801,9
Rokiškio r. sav.	1706,9	1622,7	1515,4	1631,2	1766,4

Analizuojant ankstyvojo mirtingumo duomenis matyti, kad 2017–2021 m. Panevėžio regione, kaip ir šalyje, ankstyvasis mirtingumas 100 000 gyventojų kito netolygiai, tačiau 2021 m. buvo vienas didžiausių analizuojamu laikotarpiu. Rodiklio reikšmė 2021 m. regione buvo 0,9 proc. didesnė nei šalyje, t. y., 100 tūkst. gyventojų teko 732,9 ankstyvojo mirtingumo atvejų. Regiono savivaldybių tarpe Pasvalio r. sav. ir Biržų r. sav. ankstyvasis mirtingumas buvo didžiausias (viršijo šalies rodiklio reikšmę atitinkamai 19,7 proc. ir 14,6 proc.), mažiausias – Panevėžio m. sav. ir Kupiškio r. sav. (mažesnis už šalies rodiklio reikšmę atitinkamai 11,5 proc. ir 5,4 proc.). Pagrindinės ankstyvojo

¹⁰ https://sveikstat.hi.lt/chart-overview.aspx?top_uid=81&top_loc=mun&sel_rep_panel=1&lang=lit ;

mirtingumo Panevėžio apskrities savivaldybėse priežastys: kraujotakos sist., išeminės širdies bei kepenų ligos¹¹.

5 lentelė. Ankstyvasis mirtingumas (0–74 m.) 100 000 gyventojų¹²

Teritorija / metai	2017	2018	2019	2020	2021
Biržų r. sav.	804,9	726,3	730,5	828,9	831,9
Kupiškio r. sav.	638,5	809	718,2	884,3	686,7
Panevėžio m. sav.	593,7	540,5	554,8	621,4	642,8
Panevėžio r. sav.	722,2	611,4	702,9	730,4	838,4
Pasvalio r. sav.	796,5	770,5	745,5	866,8	868,9
Rokiškio r. sav.	818,2	770,5	760,8	831	721
Panevėžio apskritis	692,8	646,8	656,6	735,8	732,9
Lietuva	628,5	617,1	600,9	684,9	726,1

Vertinant mirtingumo rodiklius regione pagal ligų priežastis, 2021 m. didžiausias mirtingumas fiksuojamas nuo kraujotakos sistemos, piktybinių navikų, endokrininės sistemos bei virškinimo sistemos ligų.

6 lentelė. Mirtingumas nuo ligų 100 tūkst. gyventojų 2021 m¹³

	Kraujotakos sistemos ligos	Piktybiniai navikai	Endokrininės sistemos ligos	Virškinimo sistemos ligos
Biržų r. sav.	1206,9	429,8	66,6	93,2
Kupiškio r. Sav.	1080,5	335,8	111,5	92,9
Panevėžio m. sav.	809,3	311,3	87,1	84,8
Panevėžio r. sav.	885,6	353,7	42,6	96,5
Pasvalio r. sav.	1087	318,7	120	71,1
Rokiškio r. sav.	1191,1	302,2	183,1	122
Panevėžio regionas	965,6	332,4	95,5	91,7
Lietuva	820,3	275,9	82,4	77,9

Aukšti ligotumo ir mirtingumo rodikliai pagrindžia sveikos gyvensenos įpročių ugdymo priemonių, įtakojančių sveiko gyvenimo trukmę, poreikį. VSSIS duomenimis, 2020 m. 79,8 proc. šalies mokinių vertinimo savo sveikatą kaip gerą ar labai gerą, kai Panevėžio regione tokių mokinių būta 1,7 proc. mažiau nei šalyje. Tuo tarpu suaugusiųjų dalies, vertinusių savo sveikatą kaip gerą ar labai gerą, regione būta didesnės nei šalyje (2018 m. atitinkamai 61,5 proc. ir 58,2 proc.). Analizuojant duomenis savivaldybių lygiu matyti, kad tik Panevėžio m. sav. mokinių dalis, kurie vertina savo sveikatą kaip gerą ar labai gerą, yra 0,1 proc. punkto didesnė nei šalyje, visose kitose regiono savivaldybėse rodiklio reikšmė nesiekia šalies rodiklio reikšmės. Suaugusiųjų tarpe, priešingai nei mokinių, tik Panevėžio r. sav. gyventojų dalis, kurie vertino savo sveikatą kaip gerą ar labai gerą, yra 0,7 proc. punkto mažesnė nei šalyje, kitose savivaldybėse rodiklio reikšmė viršija šalies vidurkį.

¹¹ [https://sveikstat.hi.lt/chart-overview.aspx?top_uid=95&top_loc=mun&sel_rep_panel=1&lang=lit](https://sveikstat.hi.lt/chart-overview.aspx?top_uid=95&top_loc=mun&sel_rep_panel=1&lang=lit;);

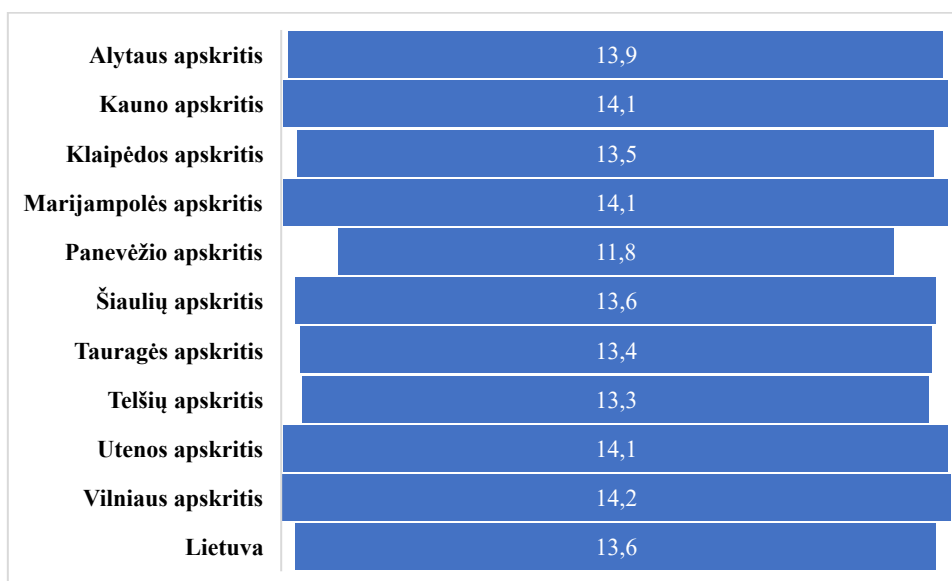
¹² https://sveikstat.hi.lt/chart-overview.aspx?top_uid=95&top_loc=mun&sel_rep_panel=1&lang=lit ;

¹³ https://sveikstat.hi.lt/chart-overview.aspx?top_uid=71&top_loc=mun&sel_rep_panel=1&lang=lit ;

7 lentelė. Gyventojų gerovė¹⁴

	Mokinių dalis, kurie savo sveikatą vertina kaip gerą ar labai gerą, 2020 m.	Suaugusiųjų dalis, kurie vertina savo sveikatą kaip gerą ar labai gerą, 2018 m.
Biržų r. sav.	79,2	59,1
Kupiškio r. sav.	74,9	58,4
Panevėžio m. sav.	79,9	66,2
Panevėžio r. sav.	77,1	57,5
Pasvalio r. sav.	77,4	65,5
Rokiškio r. sav.	78,3	62,1
Panevėžio regionas	78,1	61,5
Lietuva	79,8	58,2

Nors daugiau nei 70 proc. mokinių vertina savo sveikatą kaip gerą ar labai gerą, Panevėžio regione 2020 m. buvo mažiausia šalies regionų tarpe mokinių dalis, kurie sportuoja kasdien ne pamokų metu (bent 60 min.). Regiono savivaldybių tarpe sportuojančių mokinių dalis nesiekia 13,6 proc. ir tik Pasvalio bei Rokiškio r. sav. šio rodiklio reikšmė šiek tiek didesnė nei regiono (atitinkamai 12,8 proc. ir 12,7 proc.).

9 pav. Mokinių fizinis aktyvumas¹⁵

Išanalizavus suaugusiųjų fizinės veiklos duomenis matyti, kad Panevėžio regione 2018 m. buvo didesnė suaugusiųjų dalis, kurie užsiima fizine veikla po ≥ 30 min. ≥ 5 d./sav. nei šalyje (atitinkamai 43,7 proc. ir 40,6¹⁶ proc.), o Panevėžio regionas pagal šį rodiklį buvo 3 po Tauragės (46 proc.) ir Alytaus (44,2 proc.) regionų. Kupiškio r. sav. (33,8 proc.) ir Panevėžio m. sav. (35,3 proc.)

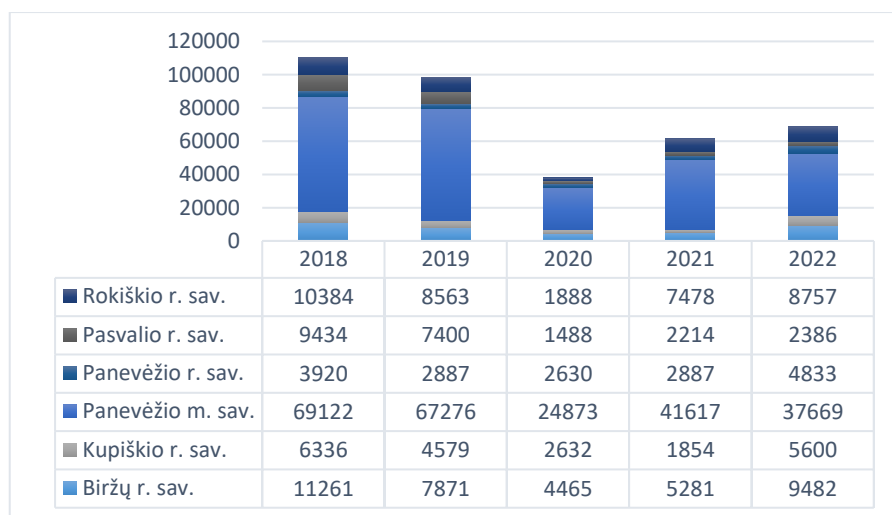
¹⁴ https://sveikstat.hi.lt/chart-overview.aspx?top_uid=261&top_loc=mun&sel_rep_panel=1&lang=lit ;

¹⁵ https://sveikstat.hi.lt/chart-overview.aspx?top_uid=99&top_loc=mun&sel_rep_panel=1&lang=lit ;

¹⁶ https://sveikstat.hi.lt/chart-overview.aspx?top_uid=104&top_loc=mun&sel_rep_panel=1&lang=lit ;

suaugusiųjų dalis, užsiėmusių fizine veikla po ≥ 30 min. ≥ 5 d./sav. nesiekė šalies vidurkio, Biržų r. sav. rodiklio reikšmė sutapo su šalies vidurkiu (40,6 proc.), likusiose regiono savivaldybėse suaugusių, užsiėmusių fizine veikla po ≥ 30 min. ≥ 5 d./sav., dalis buvo didesnė nei Panevėžio regiono vidurkis (Panevėžio r. sav. – 55,2 proc., Rokiškio r. sav. – 51,3 proc. ir Pasvalio r. sav. – 46 proc.).

VDA duomenimis¹⁷, Panevėžio regione 2018–2022 m. laikotarpiu dalyvių skaičius sporto varžybose ir sveikatinimo renginiuose sumažėjo daugiau nei (-37) proc., kai šalyje tuo pačiu laikotarpiu (-29) proc. (nuo 914 954 asmenų 2018 m.) Covid-19 pandemija įtakoją šio rodiklio reikšmės mažėjimą 2020–2021 m., tačiau 2022 m. fiksuojamas rodiklio reikšmės didėjimas: Lietuvoje 2022 m. 10 tūkst. gyventojų teko 2313 sporto varžybose ir sveikatingumo renginiuose dalyvavusių asmenų, o Panevėžio regione – 3231 asmenų. Nepaisant to, Panevėžio regiono savivaldybių tarpe 2022 m. lyginant su 2018 m. visose savivaldybėse šios grupės asmenų skaičius sumažėjo, išskyrus Panevėžio r. sav. Didžiausias rodiklio reikšmės sumažėjimas 2018–2022 m. matomas Pasvalio r. sav. (74,7 proc.) bei Panevėžio m. sav. (45,5 proc.), kai Panevėžio r. sav. fiksuojamas 23 proc. rodiklio reikšmės padidėjimas.



10 pav. Sporto varžybų ir sveikatingumo renginių dalyvių skaičius

Išanalizavus mokyklinio amžiaus vaikų mitybos įpročius matyti, kad visose Panevėžio regiono savivaldybėse, išskyrus Panevėžio m. sav., mokyklinio amžiaus vaikų, kurie bent kartą per dieną valgo saldumynus, dalis viršija šalies rodiklio reikšmę. Pusryčius kasdien valgančių mokinių dalis viršija šalies rodiklį tik Panevėžio m. sav. ir Kupiškio r. sav., likusiose regiono savivaldybėse pusryčiaujančių mokinių dalis mažesnė nei 45 proc. Vaisius valgančių mokinių dalis neženkiai didesnė nei šalyje tik Panevėžio m. sav. ir Pasvalio r. sav., kur matoma ir didesnė nei šalyje mokinių, bent kartą per dieną valgančių daržoves mokinių dalis. Tuo tarpu suaugusiųjų, kurie bent kartą per dieną valgo vaisius Panevėžio regione beveik tiek pat kaip ir šalyje (atitinkamai 34,9 proc. ir 34,8¹⁸ proc.). Biržų r. sav. (40,2 proc.) Panevėžio m. sav. (37,6 proc.) ir Kupiškio r. sav. (36 proc.) suaugusiųjų dalis, valgančių vaisius didesnė nei šalyje, tačiau 3 regiono savivaldybėse rodiklio reikšmė nesiekia regiono ar šalies rodiklio reikšmės. Panevėžio r. sav. (38,9 proc.), Pasvalio r. sav. (39 proc.) ir

¹⁷ <https://osp.stat.gov.lt/lt/statistiniu-rodikliu-analize?hash=5d978dc9-d12f-424f-b1db-d8f8c32f0081> ;

¹⁸ https://sveikstat.hi.lt/chart-overview.aspx?top_uid=104&top_loc=mun&sel_rep_panel=1&lang=lit ;

Rokiškio r. sav. (40,5 proc.) suaugusių dalis, kurie valgo daržoves bent kartą per dieną, mažesnė nei šalyje (42,1 proc.) ar regione (43,2¹⁹proc.).

8 lentelė. Mitybos įgūdžiai mokyklinio amžiaus vaikų tarpe 2020 m²⁰.

	Mokinių dalis %, kurie kasdien valgo pusryčius	Mokinių dalis %, kurie valgo vaisius ≥ 1 k./d.	Mokinių dalis %, kurie valgo daržoves ≥ 1 k./d.	Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie bent kartą per dieną valgo saldumynus, dalis
Lietuva	45,4	34,7	32,3	17,4
Panevėžio apskritis	42,7	34	32,2	18,5
Biržų r. sav.	41,7	29,9	29,7	18,2
Kupiškio r. sav.	46	31	30,4	18,4
Panevėžio m. sav.	48,9	38,3	34,8	17,1
Panevėžio r. sav.	38,4	31,5	29	17,8
Pasvalio r. sav.	40	37,2	36	23,2
Rokiškio r. sav	38,7	32,7	31,5	17,9

Kaip parodė Higienos instituto analizuojami duomenys, Lietuvoje 2021–2022 m. m., 7–17 m. amžiaus grupėje mokinių, turinčių sveikus dantis, dalis sudarė 22,73 proc., palyginus su 2020–2021 m. m. – išaugo 1,63 proc.²¹ Panevėžio apskrityje vaikų (7-17 m.), neturinčių ėduonies pažeistų, plombuotų ir išrautų dantų, dalis buvo mažiausia regionų tarpe²². Tokių vaikų 2022 m. buvo tik 17,9 proc.

Kaip rodo analizės duomenys, Panevėžio regione didžiausias nutukusių gyventojų skaičius, dauguma jų nesilaiko sveikos mitybos principų, valgo mažai daržovių. Nutukimas siejamas su hipertenzija, išemine širdies liga, vėžiu, 2-ojo tipo cukriniu diabetu ir kitomis lėtinėmis neinfekcinėmis ligomis²³. VSSIS duomenimis 2021 m. Panevėžio apskrityje buvo viena didžiausių vaikų, kurie yra nutukę, dalis (9,3 proc.) ir didžiausia vaikų, turinčių antsvorį, dalis (19,2 proc.).²⁴ Tam įtakos turi nesveika mityba, žemas fizinis aktyvumas ir kt. priežastys. Mokinių dalis, kurie sportuoja kasdien, ne pamokų metu (bent 60 min.) 2020 m. buvo 11,8 proc., kai tuo tarpu šalyje šis rodiklis siekė 13,6 proc. Panevėžio apskrities savivaldybių tarpe didžiausia mokinių sportuojančių kasdien, dalis buvo Pasvalio r. ir Rokiškio r. sav. (atitinkamai 12,8 proc. ir 12,7 proc.), šių savivaldybių vaikų, kurie yra nutukę, dalis regione buvo mažiausia. Mažiausiai vaikų sportavo – Biržų r. ir Panevėžio r. sav. (po 10,6 proc.), šiose savivaldybėse vaikų, kurie yra nutukę, rodiklio reikšmė buvo didžiausia.

Nors tabako, alkoholio bei narkotikų vartojimas Panevėžio apskrityje 2018 m. buvo mažesnis nei šalyje, Panevėžio apskrities savivaldybių²⁵ tarpe matomi dideli netolygumai. Didžiausia suaugusiųjų dalis, kurie vartojo tabaką kasdien buvo Panevėžio r. sav. ir Rokiškio r. sav., didžiausia

¹⁹ https://sveikstat.hi.lt/chart-overview.aspx?top_uid=104&top_loc=mun&sel_rep_panel=1&lang=lit ;

²⁰ [Visuomenės sveikatos stebėsenos informacinė sistema \(hi.lt\)](https://www.hi.lt/visuomenes-sveikatos-stebesenos-informacine-sistema-hi-lt) ;

²¹ https://www.hi.lt/uploads/pdf/leidiniai/Statistikos/Vaiku_sveikata/Mokiniu_sveikata_2021_m..pdf

²² https://sveikstat.hi.lt/chart-regions.aspx?top_uid=254&top_loc=mun&sel_rep_panel=9&lang=lit

²³ Plėtros programa

²⁴ https://sveikstat.hi.lt/chart-overview.aspx?top_uid=255&top_loc=mun&sel_rep_panel=1&lang=lit

²⁵ https://sveikstat.hi.lt/chart-municipal-comparision.aspx?top_uid=105&top_loc=mun&sel_rep_panel=2&lang=lit

suaugusiųjų dalis, kurie vartojo el. cigaretes kasdien buvo Pasvalio r. sav., didžiausia suaugusiųjų dalis, kurie vartojo alkoholį kasdien ir vartojo narkotikus buvo Biržų r. sav.

9 lentelė. Tabako, alkoholio bei narkotikų vartojimas Panevėžio apskrityje 2018 m.

	Suaugusiųjų dalis, kurie vartojo tabaką kasdien (30 d.), proc.	Suaugusiųjų dalis, kurie vartojo el. cigaretes kasdien (30 d.), proc.	Suaugusiųjų dalis, kurie vartojo alkoholį kasdien (30 d.), proc.	Suaugusiųjų dalis, kurie vartojo narkotikus (per gyvenimą), proc.
Biržų r. sav.	8,4	1	2	8,7
Kupiškio r. sav.	16,5	0,5	0,7	4,9
Panevėžio m. sav.	16,7	1	1,5	8,8
Panevėžio r. sav.	22,6	1,2	1,5	6,3
Pasvalio r. sav.	16	1,9	1,5	4,8
Rokiškio r. sav.	19,4		0,3	5,1
Panevėžio apskr.	16,7	1	1,2	6,4
Lietuva	17,3	1,1	1,5	7,8

Analizuojant tabako, alkoholio bei narkotikų vartojimo duomenis mokyklinio amžiaus mokinių tarpe ir lyginant juos su šalies rodikliais, stebima, kad 2018 m. Biržų r. sav., Kupiškio r. sav., Panevėžio r. sav. tabako, alkoholio bei narkotikų vartojimas yra žymiai didesnis nei šalies. Šiek tiek mažesnis skirtumas buvo Rokiškio r. sav., o Panevėžio m. sav. ir Pasvalio r. sav. mokyklinio amžiaus mokinių dalis, kurie vartojo tabaką, alkoholį bei narkotikus buvo mažesnė už šalies vidurkį ir ženkliai išsiskyrė tarp Panevėžio apskrities savivaldybių.

10 lentelė. Tabako, alkoholio bei narkotikų vartojimas mokyklinio amžiaus mokinių tarpe 2018 m.

	Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutines 30 dienų bent kartą rūkė tabako gaminius, dalis, proc.	Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutines 30 dienų bent kartą rūkė elektronines cigaretes ar naudojo panašius elektroninius įtaisus rūkymui, dalis, proc.	Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie per paskutines 30 dienų bent kartą vartojo alkoholinius gėrimus, dalis (proc.)	Mokyklinio amžiaus vaikų, kurie bent kartą per savo gyvenimą vartojo kanapes („žolę“, marihuaną, hašišą), dalis (proc.)
Biržų r. sav.	10,7	18,7	17,5	3,7
Kupiškio r. sav.	11,8	15,8	11,9	4
Panevėžio m. sav.	6,3	10,9	9,1	2
Panevėžio r. sav.	11,8	13,8	12,1	3,5
Pasvalio r. sav.	6,6	11,8	5,4	2,6

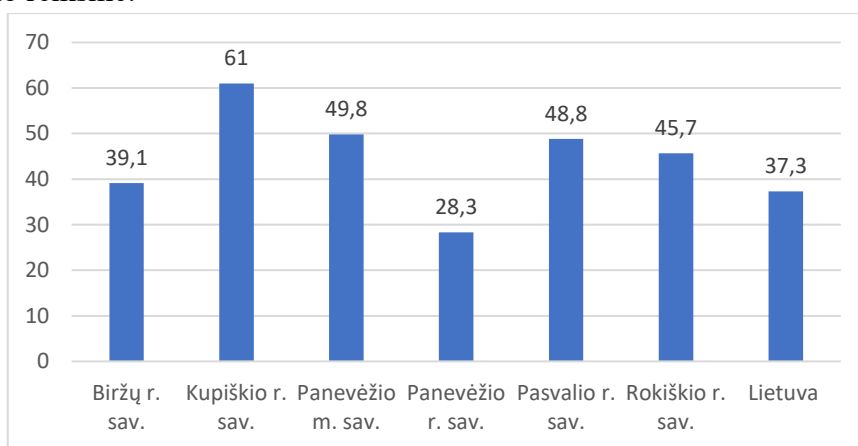
Rokiškio r. sav.	7,6	10,9	10,8	3,9
Lietuva	7	12,2	10,6	3,2

Narkotikų, tabako ir alkoholio departamento užsakymu atlikto psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo paplitimo bendrojoje populiacijoje tyrimo duomenimis²⁶, 2021 m. 14,1 proc. 15-64 m. amžiaus Lietuvos gyventojų bent kartą gyvenime buvo vartoję bent vieną narkotiką, 4,5 proc. gyventojų teigė bent vieną narkotiką vartoję per paskutinius 12 mėn., o 1,6 proc. – per paskutines 30 dienų. Narkotikų vartojimas tarp suaugusių Lietuvos gyventojų didėjo ir 2021 m. buvo labiau paplitęs tarp vyrų nei tarp moterų (daugiau kaip 3 kartus vyrų didesnis nei moterų), ir labiau paplitęs tarp jaunesnių (15-34 m.) nei vyresnių (35-64 m.) gyventojų.

2019 m. vykdyto ESPAD tyrimo duomenimis, elektroninių cigarečių vartojimas tarp Lietuvos mokinių jau lenkė tabako cigarečių rūkymą²⁷. Lietuvoje elektronines cigaretes bent kartą gyvenime bandė vartoti 65 proc. 15-16 m. mokinių, o tabako cigaretes buvo rūkę 54 proc. šio amžiaus mokinių. 49 proc. mokinių elektronines cigaretes vartojo bent kartą per paskutinius metus, o 31 proc. – bent kartą per paskutinį mėnesį. Mokinių elektroninių cigarečių vartojimas bent kartą gyvenime padidėjo nuo 46 proc. 2015 metais iki 65 proc. 2019 metais. Taip pat padidėjo dalis mokinių, kurie pirmąją elektroninę cigaretę vartojo iki 13 metų amžiaus (2015 m. – 7 proc., 2019 m. – 19,5 proc.; ESPAD šalių vidurkis – 11 proc.).

Įgyvendinant prevencines priemones, būtų siekiama paskatinti žmones atsisakyti arba atidėti sprendimo pradėti vartoti psichoaktyvias medžiagas priėmimą, bei padėti tiems, kurie jau pradėjo vartoti psichoaktyvias medžiagas, išvengti psichikos ir elgesio sutrikimų vartojant psichoaktyvias medžiagas ir su tuo susijusių sveikatos bei socialinių problemų.

Nors mirusiųjų skaičius dėl tyčinių susižalojimų (savižudybės) Panevėžio regione 2017–2022 m. laikotarpiu mažėjo nuo 81 iki 45 atvejų²⁸, tačiau apibendrinus savivaldybių visuomenės sveikatos stebėsenos 2021 m. ataskaitų²⁹ duomenis matyti, kad visose Panevėžio regiono savivaldybėse, išskyrus Panevėžio r. sav., bandymų žudytis savivaldybių rodiklio reikšmės buvo didesnės nei Lietuvos rodiklio reikšmė.



11 pav. Bandymų žudytis skaičius 100 000 gyventojų.

²⁶ [https://ntakd.lrv.lt/uploads/ntakd/documents/files/2022%20metinis%20\(galutinis\).pdf](https://ntakd.lrv.lt/uploads/ntakd/documents/files/2022%20metinis%20(galutinis).pdf)

²⁷ <https://ntakd.lrv.lt/lt/statistika-ir-tyrimai/tendencijos-ir-pokyciai-lietuvoje/rukymo-paplitimas-lietuvoje>

²⁸ <https://osp.stat.gov.lt/lt/statistiniu-rodikliu-analize?hash=8654ee3c-898d-49f8-b746-3e3d4c126f37>

²⁹ <https://www.hi.lt/lt/savivaldybiu-visuomenes-sveikatos-stebesenos-ataskaitos.html>

Vidutinė tikėtina gyvenimo trukmė 2020-2022 metais Panevėžio apskrityje ilgėjo. Skirtumas tarp vyrų ir moterų vidutinės tikėtinės gyvenimo trukmės 2022 m., palyginti su 2021 m., sumažėjo nuo 10,28 iki 3,64 metų. Lietuvos sveikatos 2014–2025 metų programos strateginis tikslas – pasiekti, kad 2025 m. šalies gyventojai būtų sveikesni ir gyventų ilgiau, pagerėtų gyventojų sveikata ir sumažėtų sveikatos netolygumai, siekiama, kad iki 2025 m. pasiekti, kad bendrosios vidutinės būsimo gyvenimo trukmės riba būtų 77,5 metų amžiaus. Įgyvendinus prevencines priemones, būtų prisidedama prie 2022–2030 m. regionų plėtros programoje³⁰ nustatytų poveikio rodiklių siekimo“:

Prevencinėmis priemonėmis išvengiama mirtingumas (standartizuotas) | mirusiųjų skaičius 100 tūkst. gyventojų (2022–2030 m. Panevėžio regiono plėtros plane nustatyta siekiama Panevėžio regiono reikšmė 2030 m. – 200);

Gydymo priemonėmis išvengiama mirtingumas | mirusiųjų skaičius 100 tūkst. gyventojų (2022–2030 m. Panevėžio regiono plėtros plane nustatyta siekiama Panevėžio regiono reikšmė 2030 m. – 150)

Vertinant ankstesnes investicijas matyti, kad Panevėžio regione 2014–2020 m. buvo investuojama pagal 2014–2020 m. Europos Sąjungos fondų investicijų veiksmų programos 8 prioriteto „Socialinės įtraukties didinimas ir kova su skurdu“ įgyvendinimo priemonę Nr. 08.4.2-ESFA-R-630 „Sveikos gyvensenos skatinimas regioniniu lygiu“:

Biržų rajono įgyvendino projektą, kurio tikslas - padidinti Biržų rajono savivaldybės gyventojų sveikatos raštingumo lygį. Tikslinės grupės: 5-12 klasių moksleiviai, vyresnio amžiaus asmenys, neįgalieji asmenys, asmenys sergantys kraujagyslių sistemos ligomis.

Kupiškio rajono savivaldybės administracija įgyvendino projektą, vykdant sveikatos ugdymo priemonių įgyvendinimo (informaciniai ir šviečiamieji renginiai, mokymai, seminarai) veiklas, susijusias su sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo, ligų prevencijos bei kontrolės temomis. Pagerintas ir padidintas tikslinių grupių (vaikai iki 18 m., asmenys sergantys onkologinėmis ligomis, vyresnio amžiaus žmonės bei savivaldybės teritorijoje gyvenantys asmenys) asmenų sveikatos raštingumo lygis bei suformuoti pozityvūs jų sveikatos elgsenos pokyčiai.

Panevėžio miesto mokiniams, asmenims su negalia bei vyresnio amžiaus žmonėms vyko sveikos gyvensenos mokymai, kurie pagerino šių tikslinių grupių gyvenimo kokybę.

Panevėžio rajone tikslinių grupių asmenims (asmenims su negalia, vyresnio amžiaus asmenims ir vaikams) organizuoti informaciniai šviečiamieji renginiai, mokymai, seminarai, vaikams konkursai. Įgyvendinus projekto veiklas tikslinių grupių asmenys įgijo ne tik teorinių žinių, bet ir praktinių įgūdžių, kurie leido jiems formuoti pozityvius jų elgsenos pokyčius, padėjusius užkirsti kelią įvairioms ligoms bei stiprinti savo sveikatą.

Pasvalio rajono savivaldybė įgyvendino projektą, kurio metu didino Pasvalio r. gyventojų sveikatos raštingumo lygį, formavo pozityvius jų sveikatos elgsenos pokyčius.

Rokiškio rajono savivaldybės administracijos projekto veiklose, siekiant padidinti Rokiškio rajono savivaldybės gyventojų sveikatos raštingumo lygį, dalyvavo vyresnio amžiaus asmenys, asmenys su negalia, vaikai, jaunimas, rizikos sveikatai patiriantys asmenys ir kt.

Projektams buvo skirta daugiau kaip 700 tūkst. ES lėšų, tačiau dėl ribotų savivaldybių finansinių galimybių, veiklose dalyvavo ne visi norintys ir ne visi, kuriems buvo reikalinga pagalba,

³⁰ Patvirtinta Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2022 m. birželio 29 d. nutarimu Nr. 713 „Dėl 2022–2030 m. regionų plėtros programos patvirtinimo“ (III skyriaus „RPP poveikio rodikliai ir jų siektinos reikšmės“ 1 lentelė. NPP ir RPP rodiklių sąsajos)

dalyvaujantiems pritrūko ilgesnių ir dažnesnių užsiėmimų. Šiuose projektuose veiklos nebuvo orientuotos į vaikų tėvus, ugdymo įstaigų bendruomenių narius. Tuo laikotarpiu nebuvo toks aktualus elektroninių cigarečių vartojimas jaunimo tarpe. Pandemijos laikotarpiu labai pablogėjo gyventojų emocinė sveikata, labai išaugo priklausomybės ligų prevencijos poreikis. Visuomenės amžinė sudėtis nuolat keičiasi, gimsta vaikai, darbingo amžiaus žmonės tampa vyresniais, todėl ankstesniuose projektuose dalis gyventojų nepriklausė tikslinėms grupėms. Veiklų tęstinumas ir papildomų priemonių įtraukimas yra būtinas sprendžiant Panevėžio regiono problemą ir jos giluminę priežastį ir prisidedant prie visuomenės sveikatos teigiamų pokyčių ir paslaugų kokybės bei prieinamumo gerinimo.

III SKYRIUS PAŽANGOS PRIEMONĖS ĮGYVENDINIMO TERITORIJA

Priemonės veiklų įgyvendinamo teritorija apima Biržų, Kupiškio, Panevėžio, Pasvalio, Rokiškio rajonų bei Panevėžio miesto savivaldybių teritorijas.

IV SKYRIUS PAŽANGOS PRIEMONĖS VEIKLOS, PROJEKTŲ VYKDYTOJAI IR PARTNERIAI

Plano I skyriuje „Regiono plėtros plano teritorinė aprėptis ir regiono esamos situacijos analizė“ ir Priemonės pagrindimo aprašo II skyriuje „Situacijos analizė ir siekiamas pokytis“ analizuoti duomenys parodė, kad Panevėžio regione prevencinėmis priemonėmis išvengiama mirtingumas didesnis už šalies, o gydymo priemonėmis išvengiama mirtingumas vienas didžiausių regionų tarpe. Dėl mažo fizinio aktyvumo, blogų mitybos įpročių ir žalingų įpročių Panevėžio regiono gyventojų sveikata prastėja. Trūksta ne tik gyventojų švietimo, bet ir gyventojų raštingumo sveikatos apsaugos klausimais. Siekiant spręsti Panevėžio regiono problemą „Nepakankamas kokybiškų ir inovatyvių sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumas, menki gyventojų sveikos gyvensenos įgūdžiai ir nepakankamas sveikatos raštingumas, sąlygojantys blogėjančią žmonių sveikatą“ ir šalinti jos priežastį „Paplītę fizinės ir psichikos sveikatos rizikos veiksniai (alkoholio vartojimas, rūkymas, nesveikas gyvenimo būdas, psichologinės problemos)“, regione numatoma vykdyti veiklą „**Visuomenės sveikatos paslaugų gerinimas Panevėžio regione**“. Ši veikla atitinka regioninės pažangos priemonės Nr. 11-001-02-10-03 (RE) „Gerinti kokybiškų visuomenės sveikatos paslaugų prieinamumą regionuose“ finansavimo gairėse nurodytas remiamas dvi veiklas: *Prevencinės priemonės, stiprinančios visuomenės sveikatą bei psichologinę gerovę ir atsparumą; Priklausomybės ligų prevencijos (psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo mažinimo) paslaugų prieinamumo didinimas ir įvairių iniciatyvų tikslinėse grupėse skatinimas.*

Planuojamos projektų veiklos savivaldybėse:

Siekiant **Biržų rajone** stiprinti visuomenės sveikatą bei psichologinę gerovę ir atsparumą, bus vykdomas:

- Vaikų sveikatos stiprinimas diegiant fizinio aktyvumo įpročius. Bus rengiami sveikos gyvensenos ugdymo užsiėmimai vaikams, savaitgalio stovyklos, kompleksiniai šeimos fizinio aktyvumo įpročių ugdymo užsiėmimai, nuotoliniai renginiai mokykloms, dienos centrams, sveikatingumo žygiai moksleiviams, sveikos gyvensenos ugdymo renginiai vaikams su bendruomenėmis, sveikos gyvensenos ugdymo renginiai vaikams;

- Sveikų bendruomenių kūrimas, kuris gali padėti žmonėms gerinti savo gyvenimo kokybę ir gerovę. Bus rengiami gyvenimo būdo ugdymo seminarai bendruomenėse cukrinio diabeto ir širdies ir kraujagyslių ligų prevencijai, sveikos gyvensenos informacinių technologijų vartojimo seminarai įgūdžiams ugdyti bendruomenėse, fizinės kultūros ugdymo ir motyvacijos didinimo seminarai bendruomenėse;

- Vyresnio amžiaus asmenims skirtų praktinių fizinio aktyvumo veiklų ciklų organizavimas. Bus rengiamos paskaitos ir praktiniai užsiėmimai 5-ioose Biržų r. miestuose ir miesteliuose: sveikatinimo ir korekcijos principai esant osteoporozei, fizinis aktyvumas ir kineziterapijos ypatumai vyresniems sergant osteoporozė, regos koregavimas, medikamentai ir aplinkos tvarka mažinant traumų riziką.

Siekiant mažinti psichoaktyviųjų medžiagų vartojimą Biržų rajono savivaldybėje bus įgyvendinama mokyklinė programa „Paauglių alkoholio vartojimo prevencija“, kurios tikslas - atitolinti alkoholio vartojimo pradžią ir sumažinti jaunų žmonių stiprų girtavimą: mokiniam skirtos pamokos, visuomenės sveikatos specialistams skirti mokymai, mokytojams skirti mokymai, tinklų kūrimas tarp visų partnerių ir grupių. Planuojama mokyklinė programa „Mano internetinis nerūkymo įžadas“ – interaktyvi internetinė programa mokiniam. Mokytojams rengiami informaciniai seminarai. Festivaliai - stovyklos nerūkantiems, nevartojantiems alkoholio, šventės „Linksminkis sveikai“: skleidžiama mokomoji informacija, paskaitos, treniruotės. Individualaus susidorojimo su alkoholio vartojimu ir alkoholio prevencijos programa skirta vaikams ir paaugliams, kurių tėvai piktnaudžiauja alkoholiu. Siekiama išmokyti vaikus efektyvių streso įveikimo strategijų; sumažinti vaikų psichologinį stresą, kurį kelia tėvų ar globėjų piktnaudžiavimas narkotinėmis medžiagomis ar priklausomybės; plėsti vaikų žinias apie alkoholį ir narkotikus, jų poveikį žmonėms ir su narkotinėmis medžiagomis susijusių sutrikimų pasekmes nukentėjusiems asmenims ir jų šeimoms; didinti vaikų savivertę ir savo veiksmingumą bei padėti sukurti teigiamą savęs vertinimą. Internetinė programa pateikiama žaidimų lentos vaizdu. Planuojama įgyvendinti programą „Nerūkanti klasė“, kurios tikslas – pasiekti kolektyvinę klasės psichodinamiką, kuri skatintų nerūkymą ir sveiką gyvenseną.

Kupiškio rajono savivaldybėje bus vykdomos fizinio aktyvumo įpročių formavimo, sveikos mitybos įpročių formavimo, psichologinę gerovę ir atsparumą stiprinančių, rizikos sveikatai veiksnų, lemiančių lėtinių neinfekcinių, užkrečiamųjų ligų, profesinių ligų plitimą, bei naujai atsirandančių grėsmių ir iššūkių valdymo, psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo mažinimo ir iniciatyvų tikslinėse grupėse skatinimo priemonių veiklos. Planuojamos projekto veiklos leis organizuoti daugiau ir įvairesnių paskaitų sveikatos stiprinimo temomis, didinti tikslinių grupių informatyvumą sveikatos stiprinimo, psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos srityje bei formuoti sveikesnę gyvenseną.

Panevėžio miesto savivaldybėje planuojamos priklausomybės ligų (psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo mažinimo) prevencijos paslaugų prieinamumo didinimo veiklos: **filmų peržiūros ir diskusija su psichologu 10 – 12 kl. mokiniams; jaunimo orientacinės varžybos, skirtos psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijai; užsiėmimai psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijai 5 – 7 8 kl. mokiniams ir tėvams; užsiėmimai psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijai 5 – 7 kl. mokinių tėvams;** stovyklos paaugliams (9 – 10 kl. vaikams); stovyklos šeimoms, skirta kurti tarpusavio ryšio (mamų + dukrų ir tėvų + sūnų (7 – 10 kl. mokinių); **mokymai specialistams, dirbantiems su jaunimu, psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo, depresijos, lytiškumo, smurto prevencijos temomis;** mokymai pedagogams, kaip kalbėti su tėvais apie psichoaktyviasias medžiagas; Lion Quest programa „Paauglystės kryžkelės“ pedagogams, kurie apmokyti dirbs su

vaikais psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos srityje; ~~jaunimui palankių paslaugų koordinatoriaus veikla~~. Planuojamos prevencinių priemonių, stiprinančių visuomenės sveikatą ir psichologinę gerovę, įgyvendinimas: stovyklos asmenims su negalia (dieninė ir su nakvyne) fizinio aktyvumo, socializacijos ir psichinės sveikatos stiprinimui; ~~psichikos sveikatos stiprinimui skirti tęstiniai užsiėmimai neįgaliesiems (įvairios terapinės veiklos)~~; mankštos baseine asmenims su negalia ir senyvo amžiaus žmonėms, **turintiems lėtinių ligų**; ~~užsiėmimų ciklas šokių užsiėmimai~~ senyvo amžiaus žmonėms, **turintiems lėtinių ligų** (fizinio aktyvumo, sveikos mitybos bei kt. užsiėmimai); ~~mamos ir vaiko (0–1 m.) fizinio aktyvumo užsiėmimas, pogimdyvinės depresijos prevencijai~~; ~~mamos ir vaiko (1–3 m.) edukaciniai užsiėmimai, tarpusavio ryšio kūrimui, psichinės sveikatos gerinimui~~; ~~vaiko (0–5 m.) burnos higienos mokymai tėvams~~; insulto prevencijos programa Fast Herojai (pradinių klasių mokiniams); ~~šėimos savaitgalis (Renginių ciklas skirtas vaikams, jaunimui ir šeimoms)~~; ~~patyriminės edukacijos vaikams (mokiniam)~~; ~~kūrybinės dirbtuvės vaikams (mokiniam)~~; psichikos sveikatos stiprinimo užsiėmimai, sergantiems lėtinėmis ligomis; **nutukimo prevenciją užtikrinančios gyvensenos korekcijos programa paaugliams**. ~~viešinio renginiai (konferencijos) bei šviečiamojo turinio kūrimas~~.

Panevėžio rajono savivaldybės planuojamo įgyvendinti projekto veiklos:

- Integruotų ir / ar nuotolinių visuomenės sveikatos priežiūros paslaugų teikimas tikslinėms grupėms lėtinių neinfekcinių ligų ir traumų prevencijai bei jų sveikatos stiprinimas. Planuojama vesti mokymus, seminarus ir praktinius užsiėmimus sveikos gyvensenos, lėtinių neinfekcinių ligų bei griuvimo prevencijos, pirmosios pagalbos susižeidus psichikos sveikatos stiprinimo, sveikatos ugdymo ir fizinio aktyvumo temomis. Veiklos orientuotos į senyvo amžiaus Panevėžio r. gyventojus;

- Vaikų, jaunimo ir jų aplinkos narių psichikos sveikatos stiprinimas ir priklausomybės ligų prevencijai. Planuojama vesti mokymus, seminarus ir praktinius užsiėmimus temomis: psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencija, alkoholio vartojimo prevencija, depresijos prevencija, savižudybių ir savižalos prevencija, patyčių prevencija, seksualinio smurto prevencija. Taip pat planuojama organizuoti jaunimo stovyklą. Veiklos orientuotos į vaikus, jaunimą ir jų aplinkos narius.

Pasvalio rajono savivaldybėje planuojama organizuoti paskaitas, seminarus ir stovyklas, kurių metu tikslinės grupės nariai įgaus žinių apie psichinės sveikatos stiprinimą, sveiką mitybą, fizinės veiklos skatinimą, žalingų įpročių prevenciją, širdies kraujagyslių ligų ir cukrinio diabeto profilaktiką. Planuojama pateikti praktines ir edukacines priemones, skatinančias sveiką gyvenimo būdą, rengti specializuotus renginius, skirtus įvairioms tikslinėms grupėms, siekiant efektyviau atskleisti jų sveikatos poreikius ir teikti būtinąją pagalbą.

Rokiškio rajono savivaldybėje bus vykdomos prevencinių priemonių, stiprinančių visuomenės sveikatą bei psichologinę gerovę ir atsparumą, veiklos:

- Fizinio aktyvumo įpročių formavimo priemonių ir iniciatyvų (teorinių ir praktinių) vykdymas. Šių veiklų tikslas – padidinti vaikų ir jaunimo kasdienio fizinio aktyvumo apimtį, taip pagerinant jų fizinę ir psichosocialinę sveikatą, skatinti sveiką vyresnio amžiaus žmonių senėjimą, padidinti asmenų su negalia fizinį aktyvumą, socialinius gebėjimus, taip padedant jiems susidoroti su įvairiomis sveikatos problemomis;

- Sveikos mitybos įpročių formavimo priemonių ir iniciatyvų (teorinių ir praktinių) vykdymas. Šių veiklų tikslas – visapusiškai ir tvariai propaguoti sveiką mitybą darželiuose ir mokyklose, didinti gyventojų žinias apie maisto vartojimą, jį lemiančius veiksnius ir pasekmes, informuoti bei suteikti daugiau žinių gyventojams, ypač labiausiai nepalankioje padėtyje esančioms tikslinėms grupėms, kaip pirkti, gaminti ir laikyti sveiką maistą;

- Psichologinę gerovę ir atsparumą stiprinančių priemonių ir iniciatyvų (teorinių ir praktinių) vykdymas. Veiklų tikslas – stiprinti vaikų ir paauglių psichikos sveikatą, sukurti bendrą supratimą tarp tėvų, vaiko ir kitų svarbių asmenų vaiko gyvenime, teikti psichologinę pagalbą suaugusiems asmenims, turintiems psichosocialinių sutrikimų ir psichikos sveikatos problemų, skatinant juos pasveikti ir įgalinti, stiprinti įvairių rizikos grupių narių atsparumą ir mokyti juos skirtingų būdų, kaip įveikti sudėtingas gyvenimo situacijas, stiprinti socialinę gerovę;

- Rizikos sveikatai veiksnių, lemiančių lėtinių neinfekcinių, užkrečiamųjų ligų, profesinių ligų plitimą, bei naujai atsirandančių grėsmių ir iššūkių valdymo priemonių ir iniciatyvų (teorinių ir praktinių) vykdymas. Veiklų tikslas – kompleksinių priemonių pagalba vykdyti lėtinių neinfekcinių ligų, užkrečiamųjų ligų, profesinių ligų prevenciją bei naujai atsirandančių grėsmių ir iššūkių valdymą.

Taip pat bus vykdomas priklausomybės ligų prevencijos paslaugų prieinamumo didinimas ir įvairių iniciatyvų tikslinėse grupėse skatinimas:

- Priklausomybės ligų prevencijos priemonių vykdymas. Veiklos bus organizuojamos atsižvelgiant į tikslinių grupių (vaikai, jaunimas ir jų aplinkos nariai (šeima, mokykla, bendruomenė) poreikius. Veiklų tikslas – psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo mažinimas, pasitelkiant pirminės prevencijos ir ankstyvosios intervencijos eksperimentuojantiems ir rizikingai vartojantiems asmenims priemones, orientuotas į rizikos sveikatai veiksnių mažinimą. Numatoma, kad šiose veiklose apie 70 proc. dalyvaujančių asmenų bus vaikai, jaunimas ir apie 30 proc. dalyvaujančių asmenų bus vaikų, jaunimo aplinkos nariai (šėimos, mokyklos, bendruomenės nariai).

- Iniciatyvų tikslinėse grupėse skatinimo priemonių vykdymas. Veiklų tikslas – tikslinėse grupėse skatinti įvairias iniciatyvas, kurios prisidėtų prie vaikų ir jaunimo psichoaktyviųjų medžiagų, rūkymo, alkoholio vartojimo prevencijos. Numatoma, kad šiose veiklose apie 70 proc. dalyvaujančių asmenų bus vaikai, jaunimas ir apie 30 proc. dalyvaujančių asmenų bus vaikų, jaunimo aplinkos nariai (šėimos, mokyklos, bendruomenės nariai).

Panevėžio regiono savivaldybėse bus įgyvendinamos abi regioninės pažangos priemonės Nr. 11-001-02-10-03 (RE) „Gerinti kokybiškų visuomenės sveikatos paslaugų prieinamumą regionuose“ finansavimo gairėse nurodytos remiamos veiklos. Planuojami mokymai, seminarai, įvairūs užsiėmimai, paskaitos, renginiai, stovyklos, dirbtuvės ir pan. sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo temomis apimant sveikos mitybos, fizinio aktyvumo skatinimo, psichikos sveikatos stiprinimo, psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo ir kitomis temomis. Projektais bus pagerintos sveikatinimosi sąlygos, padidintas kokybiškų visuomenės sveikatos paslaugų, priklausomybės ligų prevencijos paslaugų (psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo mažinimo) prieinamumas, padidintas sveikatos raštingumas, pagerinta visuomenės sveikatos paslaugų kokybė. Planuojamos tikslinės grupės, kurios yra tiesiogiai susijusios su sprendžiama problema ir jos priežastimi: socialiai pažeidžiami, socialinę riziką (atskirtį) patiriantys asmenys, asmenys su negalia, senyvo amžiaus asmenys, vaikai, jaunimas, rizikos sveikatai veiksnius patiriantys asmenys, asmenys, priskiriami pagrindinių lėtinių neinfekcinių ligų didelės rizikos grupėms, vaikų ir jaunimo aplinkos nariai (šeima, mokykla, bendruomenė).

Galimi projektų pareiškėjai – savivaldybių administracijos ir (arba) visuomenės sveikatos biurai.

Pagal Lietuvos Respublikos vietos savivaldos įstatymo 6 straipsnį, savarankiškosios savivaldybių funkcijos yra „pirminė asmens ir visuomenės sveikatos priežiūra (įstaigų steigimas, reorganizavimas, likvidavimas, biudžetinių įstaigų išlaikymas), išskyrus visuomenės sveikatos priežiūrą savivaldybės teritorijoje esančiose ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir profesinio mokymo įstaigose ugdomų mokinių pagal ikimokyklinio, priešmokyklinio, pradinio,

pagrindinio ir vidurinio ugdymo programas, visuomenės sveikatos stiprinimą ir visuomenės sveikatos stebėseną“ (17 p.) ir „savivaldybių sveikatinimo priemonių planavimas ir įgyvendinimas; parama savivaldybės gyventojų sveikatos priežiūrai“ (18 p.) Pagal Lietuvos Respublikos visuomenės sveikatos priežiūros įstatymo (toliau – VSPĮ) 6 straipsnį, savivaldybės: „vykdo valstybines (valstybės perduotas savivaldybėms) visuomenės sveikatos priežiūros funkcijas: visuomenės sveikatos priežiūrą savivaldybės teritorijoje esančiose ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir profesinio mokymo įstaigose ugdomų mokinių pagal ikimokyklinio, priešmokyklinio, pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo programas, visuomenės sveikatos stiprinimą, visuomenės sveikatos stebėseną“ (1 p.), „Savivaldybės visuomenės sveikatos priežiūros funkcijoms vykdyti steigia visuomenės sveikatos priežiūros biudžetines įstaigas – savivaldybių visuomenės sveikatos biurus. Savivaldybės visuomenės sveikatos biuras savivaldybių bendradarbiavimo sutarties pagrindu turi teisę teikti visuomenės sveikatos priežiūros paslaugas ir kitų savivaldybių gyventojams“ (2 p.).

Galimi projektų partneriai – savivaldybių administracijos ir (arba) visuomenės sveikatos biurai.

V SKYRIUS PAŽANGOS PRIEMONĖS PROJEKTŲ ATRANKA

Numatomas projektų planavimas Priemonei ir jos veiklai „Visuomenės sveikatos paslaugų gerinimas Panevėžio regione“. Visos pagal Priemonės finansavimo gaires finansuojamos veiklos yra visuomenės sveikatos stiprinimas (pagal VSPĮ 33 straipsnį, „Visuomenės sveikatos stiprinimas apima sveikatos mokymą, informacijos apie sveiką gyvenseną sklaidimą, sveikos gyvensenos propagavimą, formavimą ir nuo elgsenos priklausomų visuomenės sveikatos rizikos veiksnių mažinimą, kitas šio Įstatymo ir visuomenės sveikatos priežiūros teisės aktų numatytas priemones“). Tai atitinka Strateginio valdymo metodikos³¹ 135.2 papunkčio nuostatas – projektais numatoma prisidėti vykdant Vietos savivaldos įstatyme savivaldybių savarankiškąsias ir valstybės perduotas funkcijas.

VI SKYRIUS PAŽANGOS PRIEMONĖS PRISIDĖJIMAS PRIE HORIZONTALIŲJŲ PRINCIPŲ ĮGYVENDINIMO

Lentelė Nr. 1

Eil. Nr.	Horizontalieji principai (toliau – HP)	Informacija apie pažangos priemonės prisidėjimą prie HP
1.	Darnaus vystymosi	Įgyvendinant projektus regione pagal šią pažangos priemonę, t. y. įgyvendinant prevencines priemones, stiprinančias visuomenės sveikatą bei psichologinę gerovę ir atsparumą, didinant priklausomybės ligų prevencijos paslaugų prieinamumą bus prisidedama prie 3-

³¹ Patvirtinta Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2021 m. balandžio 28 d. nutarimu Nr. 292 „Dėl Lietuvos Respublikos strateginio valdymo įstatymo, Lietuvos Respublikos regioninės plėtros įstatymo 4 straipsnio 3 ir 5 dalių, 7 straipsnio 1 ir 4 dalių ir Lietuvos Respublikos biudžeto sandaros įstatymo 14-1 straipsnio 3 dalies įgyvendinimo“;

		ojo darnaus vystymosi tikslo „Užtikrinti sveiką gyvenimą ir skatinti visų amžiaus grupių gerovę“. Projektai turės atitikti finansavimo gairių 3 dalyje nustatytus horizontaliųjų principų laikymosi reikalavimus. Projekte negalės būti numatyti veiksmai, kurie turėtų neigiamą poveikį darnaus vystymosi principo įgyvendinimui.
2.	Inovatyvumo (kūrybingumo)	Netaikoma.
3.	Lygių galimybių visiems	2022–2030 metų plėtros programos valdytojos Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo plėtros programoje suplanuotoje pažangos priemonėje 11-001-02-10-03 (RE) „Gerinti kokybiškų visuomenės sveikatos paslaugų prieinamumą regionuose“ numatyta, jog bus prisidedama prie Lygių galimybių visiems horizontaliojo principo įgyvendinimo. Projektai turės atitikti finansavimo gairių 3 dalyje nustatytus horizontaliųjų principų laikymosi reikalavimus. Projekte negalės būti numatyti apribojimai, kurie turėtų neigiamą poveikį lygių galimybių ir nediskriminavimo dėl lyties, rasės, tautybės, pilietybės, kalbos, kilmės, socialinės padėties, tikėjimo, įsitikinimų ar pažiūrų, amžiaus, negalios, lytinės orientacijos, etninės priklausomybės, religijos ar kitais pagrindais principo įgyvendinimui.

VII SKYRIUS IŠANKSTINĖS SĄLYGOS

2022–2030 m. regionų plėtros programoje Sveikatos apsaugos ministerijos regioninei pažangos priemonei Nr. 11-001-02-10-03 (RE) „Gerinti kokybiškų visuomenės sveikatos paslaugų prieinamumą regionuose“ nustatyta išankstinė sąlyga – „Patvirtintose regionų plėtros planų pažangos priemonėse numatytos veiklos, skirtos kokybiškų visuomenės sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumui didinti, yra pagrįstos mokslo įrodymais, pripažinta gerąja praktika ir tarptautiniais standartais pagal Sveikatos apsaugos ministerijos pateiktas rekomendacijas (metodiką)“.

Plano priemonėje suplanuoti tik tie Panevėžio regiono projektai, kuriuose numatytos veiklos, skirtos kokybiškų visuomenės sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumui didinti, yra pagrįstos mokslo įrodymais, pripažinta gerąja praktika ar tarptautiniais standartais pagal Sveikatos apsaugos ministerijos pateiktas rekomendacijas (metodiką).

VIII SKYRIUS PAŽANGOS PRIEMONĖS STEBĖSENOS RODIKLIAI

Produkto ir rezultato rodikliai pažangos priemonei ir jos veiklai pasirinkti vadovaujantis regioninės pažangos priemonės Nr. 11-001-02-10-03 (RE) „Gerinti kokybiškų visuomenės sveikatos paslaugų prieinamumą regionuose“ finansavimo gairių 2.1 dalyje „Finansuojamos veiklos ir siekiami stebėsenos rodikliai“ pateikta informacija.

Lentelė Nr. 2

Pažangos priemonės veiklų produkto rodikliai							
Veiklos pavadinimas	Rodiklio kodas	Rodiklio pavadinimas, matavimo vienetas	Rodikliui pasiekti planuojama panaudoti pažangos lėšų suma, Eur		Siekimos rodiklio reikšmės		Siekimos rodiklio reikšmės nustatymo pagrindimas
			Iš viso	Iš jų ES, kitos tarptautinės finansinės paramos ir valstybės biudžeto lėšų suma	Tarpinė reikšmė (metai)	Galutinė reikšmė (metai)	
1	2	3	4	5	6	7	8
Visuomenės sveikatos paslaugų gerinimas Panevėžio regione	P.S.2.1519	Asmenys, dalyvavę sveikatos raštingumo didinimo veiklose, asmenys	2 471 096,10	2 100 431,68	5160 (2025)	10 863 11 613 (2029)	Reikšmė apskaičiuota remiantis numatomų įgyvendinti projektų (1.1.-1.6.) informacija apie tikslinės grupės asmenis, kurie dalyvaus remiamose sveikatos raštingumo didinimo veiklose.
	P.B.2.0518 (EECO018)	Paramą gavusių nacionalinio, regionų ar vietos lygmens viešojo administravi			4 (2025)	6 (2029)	Reikšmė apskaičiuota remiantis numatomų įgyvendinti projektų (1.1.-1.6.) informacija apie numatomų paramą gauti nacionalinio, regionų ar vietos lygmens viešojo administravimo ar viešąsias paslaugas teikiančių įstaigų skaičių.

		mo ar viešąsias paslaugas teikiančių įstaigų skaičius, subjektų skaičius					
--	--	--	--	--	--	--	--

Lentelė Nr. 3

Pažangos priemonės rezultato rodikliai							
Rodiklio kodas	Rodiklio pavadinimas, matavimo vienetas	Pradinė rodiklio reikšmė (metai)	Rodikliui pasiekti planuojama panaudoti pažangos lėšų suma, Eur		Siekimos rodiklio reikšmės		Siekimos rodiklio reikšmės nustatymo pagrindimas
			Iš viso	Iš jų ES, kitos tarptautinės finansinės paramos ir valstybės biudžeto lėšų suma	Tarpinė reikšmė (metai)	Galutinė reikšmė (metai)	
1	2	3	4	5	6	7	8
R.S.2.3523	Asmenų, kurie po dalyvavimo veiklose pagerino sveikatos raštingumo kompetenciją, dalis, procentai		2 471 096,10	2 100 431,68	77 (2025)	79 (2029)	Reikšmė, apskaičiuota remiantis numatomų įgyvendinti projektų informacija apie asmenis, kurie po dalyvavimo veiklose pagerins sveikatos raštingumo kompetenciją (1.1.-1.6.).
R.S.2.3526	Asmenų, palankiai vertinančių visuomenės sveikatos				77 (2025)	80 (2029)	Reikšmė, apskaičiuota remiantis numatomų įgyvendinti projektų informacija apie asmenis, kurie palankiai vertins visuomenės sveikatos priežiūros paslaugų kokybę (1.1.-1.6.).

	priežiūros paslaugų kokybę, dalis, procentai						
--	---	--	--	--	--	--	--

Panevėžio regiono plėtros tarybos
administracijos direktorė

(parašas)

Kristina Udrienė

(vardas, pavardė)