МЕДИЦИНСКИ УНИВЕРСИТЕТ – СОФИЯ
ЦЕНТРАЛНА МЕДИЦИНСКА БИБЛИОТЕКА

ДЕТСКИ И ИНФЕКЦИОЗНИ БОЛЕСТИ

CHILD and INFECTIOUS DISEASES

Редакционна колегия
ДЕТСКИ БОЛЕСТИ
*Доц. д-р **А. Анадолийска**, дмн,* научен редактор
*Д-р **Р. Георгиева**, дм,* научен секретар
*Д-р **Д. Илиев**, дм, д-р **М. Гайдарова***

ИНФЕКЦИОЗНИ БОЛЕСТИ
*Проф. д-р **Р. Аргирова**, дмн,* научен редактор
*Доц. д-р **Р. Комитова**, дм,* научен секретар
*Доц. д-р **М. Тихолова**, дм, Доц. д-р **Р. Маркова**, дм,*
*Доц. д-р **Б. Маркова**, дм, Доц. д-р **Л. Андонова**, дм, Д-р **П. Рачев***

Оригинални статии, литературни обзори и реферати на чуждестранни научни медицински публикации в областта на: ДЕТСКИТЕ БОЛЕСТИ – алергология, ендокринология и болести на обмяната, кардиология, неврология и психиатрия, неонатология, нефрология, онкология, пневмология и фтизиатрия, ревматология, хематология и хирургия, ЕПИДЕМИОЛОГИЯ НА ИНФЕКЦИОЗНИТЕ БОЛЕСТИ, ИНФЕКЦИОЗНИ БОЛЕСТИ, ВИРУСОЛОГИЯ, МИКРОБИОЛОГИЯ, МЕДИЦИНСКА ПАРАЗИТОЛОГИЯ, HIV/СПИН

Списанието се обработва в БД
БЪЛГАРСКА МЕДИЦИНСКА ЛИТЕРАТУРА

Детски и инфекц. бол.
Detski i Infects. bol.

Год. VII **2015** **Брой 2**

С Ъ Д Ъ Р Ж А Н И Е

ДЕТСКИ БОЛЕСТИ

ОБЗОРИ

В. Дойчева, И. Попиванов, Ц. Дойчинова и Д. Шаламанов. Антиваксинални движения – зараждане и развитие 3

И. Нацов и Р. Трифонов. Соматоформни разстройства (необясними телесни симптоми) при деца и подрастващи 8

Р. Манафова, Кр. Петрова и Г. Цолова. Изследване на нивото на факторите на риска за здравето сред ученици на възраст 14-18 г. във Велико Търново 15

ИНФЕКЦИОЗНИ БОЛЕСТИ

ОБЗОРИ

В. Дойчева и Й. Митова-Минева. Епидемиологични характеристики и разпространение на вирусни хепатити тип В и С в Европа за периода 2009-2012 г. 21

Н. Янчева. Антиретровирусна терапия при HIV инфекция – механизъм на действие и токсичност 27

В. Велев. Кампилобактериоза 34

М. Баймакова. Субфебрилна температура и повтарящо се неясно фебрилно състояние 38

АВТОРСКИ СТАТИИ

Д. Илиева. Ендемични случаи на бяс в България 43

C O N T E N T S

CHILD DISEASES

REVIEWS

V. Doycheva, I. Popivanov, Tz. Doychinova and D. Shalamanov. Anti-vaccine movements: origin and development 3

I. Natsov and R. Triffonov. Somatoform disorders (medically unexplained symptoms) by children and adolescent 8

R. Manafova, Kr. Petrova and G. Tsolova. Examining the level of health rik factors among students aged 14-18 years in Veliko Tarnovo 15

INFECTIOUS DISEASES

REVIEWS

V. Doycheva and Y.Mitova-Mineva. Epidemiological characteristics and distribution of hepatitis types B and C in europe for the period 2009-2012 21

N. Yancheva. Antiretroviral therapy on HIV infection – mechanism of action and toxicity 27

V. Velev. Campylobacteriosis 34

M. Baymakova. Low-grade fever and recurrent fever of unknown origin 38

ORIGINAL ARTICLES

D. Ilieva. Endemic cases of rabies in Bulgaria 43

ДЕТСКИ И ИНФЕКЦИОЗНИ БОЛЕСТИ 2/2015
ISSN 1313-762X УДК 616-0.53.2; 616.9

Организационен секретар *Св. Цветанова*
Стилова редакция и корекция *Св. Цветанова*
Редакция на англ. резюмета *Д-р Цв. Спасов*
Страниране *О. Маркова*

Подписана за печат на 15.09.2015 г.

Централна медицинска библиотека
1431 София, ул. "Св. Г. Софийски" № 1
✆ 952 16 45, e-mail: sv.tsvetanova@gmail.com
Реклама В. Герчева ✆ 0888 282 422, e-mail: vania_gercheva@abv.bg

ИЗСЛЕДВАНЕ НА НИВОТО НА ФАКТОРИТЕ НА РИСКА ЗА ЗДРАВЕТО СРЕД УЧЕНИЦИ НА ВЪЗРАСТ 14-18 Г. ВЪВ ВЕЛИКО ТЪРНОВО

Р. Манафова[1], Кр. Петрова[1] и Г. Цолова[2]

[1]Регионална здравна инспекция – Велико Търново
[2]Национален център по обществено здраве и анализи

EXAMINING THE LEVEL OF HEALTH RIK FACTORS AMONG STUDENTS AGED 14-18 YEARS IN VELIKO TARNOVO

R. Manafova[1], Kr. Petrova[1] and G. Tsolova[2]

[1]Regional Health Inspectorate – Veliko Tarnovo
[2]National Center of Public Health and Analyses

Резюме. Изследването е проведено през 2014 г., в рамките на програмата "Здрави деца в здрави семейства" – детски компонент на СИНДИ, и има за цел да проучи разпространението на някои от основните фактори на риска за здравето на учениците и нивото на техните знания, умения и нагласи за здравословен начин на живот. Обхванати са 706 ученици, на възраст 14-18 години, от 4 училища в община Велико Търново. Проведено е индивидуално интервю по стандартизиран за мрежата на СИНДИ въпросник. Извършено е измерване на артериалното налягане, теглото и ръста на учениците. Резултатите от изследването показват, че всеки шести от изследваните е редовен пушач; ежедневна е консумацията на алкохол при 5.1% от тях; храненето не е здравословно; всеки 3-ти е с ниска двигателна активност. С повишени стойности на артериалното налягане са 9.8% от момчетата и 5.6% от момичетата, с наднормена телесна маса и затлъстяване – съответно 14.2% и 7.2% от тях. Тези резултати налагат продължаването на дейностите за промоция на здравето, профилактика на болестите и осигуряване на среда, утвърждаваща здраве на подрастващите в общината.

Ключови думи: ученици, тютюнопушене, консумация на алкохол, нездравословно хранене, ниска двигателна активност, повишено артериално налягане, затлъстяване

Summary. The study was conducted in 2014 within the programme „Healthy Children in Healthy Families" – children's component of CINDI, and aims to investigate the distribution of some of the major health risk factors for pupils and to examine the level of their knowledge, skills and attitudes on healthy lifestyle. The study includes 706 pupils, aged 14-18 years from four schools in the municipality of Veliko Tarnovo. Individual interviews were carried out under the standartized CINDI questionnaire. Blood pressure, weight and height of pupils were measured. The study results show that every sixth interviewee is a regular smoker, alcohol consumption is on a daily basis for 5.1% of them; nutrition is not healthy; and every third person has reported low physical activity. Increased levels of blood pressure are evident for 9.8% of the boys and 5.6% of the girls, while overweight and obese are evident for 14.2% and 7.2% respectively. These results impose continuation of activities on health promotion, disease prevention and provision of an environment, which validates the health of adolescents in the municipality.

Key words: pupils, tobacco smoke, alcohol consumption, unhealthy diet, low physical activity, increased blood pressure, obesity

Въведение

Хроничните незаразни болести са основна причина за смъртността и инвалидността в света и у нас [5]. Доказано е, че за развитието им основен принос имат няколко общи за тях фактора на риска за здравето, като тютюнопушене, нездравословно хранене, ниска физическа активност, консумация на алкохол, а също повишено артериално налягане, наднормена телесна маса и затлъстяване [4].

През последните десетилетия в нашата страна се установява задълбочаване на негативните тенденции в здравното състояние на населението, като е налице "подмладяване" в носителството на рискови фактори за здравето [1]. Разпростра-

нението им в детска възраст води до възникване на тези болести през следващите години от живота, което изисква от своя страна планиране и реализиране на дейности, насочени към здравословни промени в начина на живот и осигуряване на среда, утвърждаваща здраве [2]. Ограничаването им може да се постигне чрез развитието на тези дейности в рамките на профилактични програми, с участието на всички обществени структури и организации и най-вече на самите деца и семействата, в които живеят [2, 4].

Материал и методика

Изследването е проведено през 2014 г., в рамките на програмата "Здрави деца в здрави семейства" – детски компонент на СИНДИ, и има за цел да проучи разпространението на някои от основните фактори на риска за здравето на учениците и нивото на техните знания, умения и нагласи за здравословен начин на живот. Обхванати са 706 ученици, на възраст 14-18 години, от 4 училища в община Велико Търново. Проведено е индивидуално интервю по стандартизиран за мрежата на СИНДИ въпросник. Извършени са измервания на артериалното налягане, теглото и ръста на учениците, определен е ИТМ. За обработка на информацията е използван специализираният пакет SPSS for Windows.

Резултати и обсъждане

Резултатите относно режима на хранене на анкетираните показват, че над 60.0% от учениците закусват ежедневно, по-често момчетата. Никога не закусват 4.5% от тях (3.3% от момчетата и 5.7% от момичетата); останалите закусват 1-5 дни седмично. Над 2/3 от изследваните обядват всеки ден, никога – 1.6% от тях, като консумираната храна е топла при 45.3% от учениците. Само 29.0% от анкетираните ежедневно закусват следобед, 20.3% – никога. Вечерят редовно почти всички ученици (83.4%), като храната е топла при 64.9% от тях. Спазват диетичен режим по собствено желание 27.8% от учениците, по-често момичетата (съответно 31.1% срещу 24.1%). Само 2.8% от анкетираните спазват диета по здравословни причини.

Честотата на консумация на хранителни продукти и напитки показва, че ежедневно консумират прясно мляко 23.5% от учениците; веднъж седмично и по-рядко – 66.6% от тях; никога – 9.3%. Честотата на консумация на кисело мляко е малко по-висока (съответно 35.4%; 58.9%; 5.2%). Половината от децата консумират ежедневно млечни продукти, рядко или никога – 1/3 от тях, предимно момичетата.

Месото е включено в менюто на учениците предимно веднъж в седмицата, като предпочитано е пилешкото месо. Около 1/4 от изследваните го консумират ежедневно, 17.4% – рядко или никога, като не се установява съществена разлика по пол. Честотата на консумация на свинско месо е съответно: 13.6% – ежедневно, 44.2% – 1 път седмично, и 41.6% – рядко или никога. Едва 4.5% от учениците консумират телешко месо ежедневно, 20.3% – 1 път седмично, рядко или никога – 3/4 от тях.

Висока е честотата на консумация на месни продукти. По отношение консумацията на риба, резултатите са тревожни – повече от половината анкетирани (56.5%) не консумират или рядко консумират риба, около 1/3 я консумират 1 път седмично и само 6.7% – ежедневно.

Яйцата не присъстват често в менюто на учениците. Подобна е ситуацията и с ядките. Варива се консумират предимно един път седмично, ежедневно от 14.6% от анкетираните, рядко и никога – от 25.2% от тях. Ориз и макаронени изделия се консумират ежедневно от 12.5% от децата. Повече от половината анкетирани включват в менюто си варени и печени картофи 1 път седмично; 22.7% – ежедневно, и 18.1% – рядко или никога. Пържени картофи и чипс консумират ежедневно 12.6% от тях.

Дневната консумация на бял хляб е съответно: 1-4 филии хляб консумират 37.1% от учениците; 5 и повече филии – 37.5% от тях, по-често момчетата. Резултатите относно консумацията на друг вид хляб се доближават до тази на белия хляб, като 5 и повече филии консумират 11.6% от анкетираните. Не консумират друг вид хляб над половината от тях.

Ежедневна е консумацията на пресни плодове при почти 3/4 от учениците, на пресни зеленчуци – при 2/3 от тях, по-често при момичетата. Един път седмично консумират пресни плодове и зеленчуци, съответно 18.6% и 21.0% от изследваните, а по-рядко – 8.0% и 9.0% от тях. Консумацията на консервирани плодове (компоти, сокове и други) и консервирани зеленчуци е предимно рядко или никога и при двата пола.

Над половината от анкетираните ежедневно консумират бисквити, вафли, шоколад и други, в т.ч. повече от 1 път на ден – 17.8%, по-често

момичетата. Един път в седмицата консумират сладкарски изделия 1/4 от учениците; рядко – 18.4%; никога – 3.1%. Мед, конфитюр и др. не са сред предпочитаните продукти и при двата пола. Половината от учениците веднъж и по-често на ден пият чай, кафе и други топли напитки, с 1 – 4 чаени лъжици захар дневно 34.7% от анкетираните, а с 5 и повече – 29.3% от тях.

Честа е консумацията на тестени изделия (банички, сандвичи и др.). Тя е веднъж и по-често на ден при 39.3% от изследваните; един път седмично – 28.0%; рядко – 25.2%, и никога – 7.2%.

Повече от половината ученици упражняват спорт или друг вид *физическа дейност през свободното време*, като делът на момчетата е значително по-висок от този на момичетата (75.9% срещу 47.6%). Понякога спортуват 27.1% от анкетираните, по-често момичетата (съответно 36.2% и 17.0%). Не извършват физическа активност извън училище 11.9% от учениците, по-често момичетата (16.2% срещу 7.1%).

Близо половината (44.2%) от анкетираните извършват физически упражнения почти всеки ден, като делът на момчетата е почти два пъти по-голям от дела на момичетата (58.3% срещу 31.4%); всеки трети спортува 2-3 пъти седмично (29.2%), а 13.5% – 1 път седмично, като делът на момичетата надвишава значително дела на момчетата (съответно 19.2% и 7.1%). Рядко (2-3 пъти месечно) упражняват физическа активност 9.9% от анкетираните, а никога – 3.1% (в т.ч. 0.4% поради заболяване и инвалидност), като делът на момичетата е значително по-висок от този на момичетата.

Повече от една трета от учениците (37.8%) спортуват 1 час дневно; 27.5% – 2 часа, и 19.8% – по 30 минути. Повече от 2 часа дневно извършват физически упражнения 10.8% от анкетираните, като момчетата преобладават (съответно 14.9% срещу 7.0%), а 4.1% – не спортуват, предимно момичета (5.6% срещу 2.4%). Или момчетата спортуват по-често и по-продължително време от момичетата.

По-голяма част от изследваните (70.1%) съобщават, че са изложени на *тютюнев дим* вкъщи или на обществени места. Повече от 2 часа дневно прекарват на място, където се пуши, 30.3% от анкетираните; по-малко от 1 час и между 1-2 часа, съответно 22.1% и 17.7% от тях; почти никога – около 29.6%. Разпределението по пол показва, че момичетата престояват по-дълго в задимена среда от момчетата (73.3% срещу 66.7%).

Над половината от учениците са пушили цигари през живота си (54.2% от момчетата и 62.7% от момичетата). Почти 1/3 от тях са запалили първата си цигара във възрастта 14-17 години, като делът на момичетата е по-висок в сравнение с този на момчетата (35.9% срещу 23.5%). Между 11 и 13 години са пропушили 17.0% от учениците, без съществена разлика по пол; между 8 и 10 години – 3.7% от анкетираните, по-често момчетата; под 8 години са пропушили – 7.1% от момчетата и 4.3% от момичетата.

Към настоящия момент пушат 39.5% от учениците – съответно 35.1% от момчетата и 43.5% от момичетата. Редовни пушачи (които пушат всеки ден) са 17.9% от анкетираните, епизодични пушачи са 11.3%. Разпределението по възраст показва, че тютюнопушенето е най-разпространено сред 17-годишните (33.3% от момчетата и 52.1% от момичетата), а най-малко – сред 14-годишните – 13.1%, със съществена разлика по пол (21.3% момичета срещу 3.8% момчета). Момичетата преобладават във всички възрасти, с изключение на 18-годишните.

Почти 2/3 от учениците, които пушат, са умерени пушачи (пушат 1-10 цигари дневно), като момичетата са малко повече от момчетата. Интензивните пушачи (11 - 20 цигари дневно) са 18.8%, като момчетата са повече от момичетата (съответно 23.1% и 16.3%). Свръхинтензивни пушачи (повече от 20 цигари дневно) са едва 1.0%, само момчета. С най-висок относителен дял сред умерените пушачи са момчетата на 16 години (84.6%) и момичетата на 17 години (77.6%); сред интензивните пушачи – момчетата на 18 години (38.5%), а сред свръхинтензивните – момчетата на 14 години (50.0%).

Близо половината от анкетираните, които пушат, имат желание да спрат цигарите, малко повече момичетата (48.7% срещу 45.3%); 34.9% не могат да преценят, а 16.0% са заявили, че не желаят да ги спират. Над половината от пушачите смятат, че ще пушат и след пет години, като делът на момичетата е по-висок. Нямат нужда от помощ при отказване от тютюнопушенето 3/4 от учениците; 13.1% – не могат да преценят, нуждаят се от помощ – 10.2% от тях.

Почти всички ученици са опитвали някога през живота си *алкохол* (95.2%), като не се установява съществена разлика по пол. Сред тях с най-голям относителен дял са 14-17-годишните, по-чес-

то момичетата (съответно 38.9% срещу 33.3%), следвани от тези на 11-13 год. и 8-10 год. (съответно 32.0% и 11.4%), като делът на момчетата е значително по-висок от този на момичетата. Под 8-годишна възраст са опитали алкохол 5.1% от учениците (6.5% от момчетата и 3.5% от момичетата).

Над 70% от анкетираните употребяват алкохол, като редовна е консумацията му при 5.1% от тях (9.2% от момчетата и 1.3% от момичетата), понякога – 67.0%. Разпределението по възраст показва, че най-малко пиещи има сред 14-годишните (49.1%), а най-много – сред 17- и 18-годишните (съответно 80.4% и 80.8%). Не употребяват алкохол 27.2% от учениците.

Бирата е предпочитаното питие от учениците, консумират я 2/3 от тях, със следната честота: няколко пъти годишно – 23.9%; всеки месец – 14.3%; всяка седмица – 20.7%. Ежедневна е консумацията ѝ при 4.0% от изследваните (съответно 6.6% от момчетата и 1.6% от момичетата). Не консумират бира 14.6% от учениците, повече момичетата. *Вино* консумират 61.0% от анкетираните. С най-голям дял са тези, които го консумират няколко пъти годишно (34.1%), следвани от консумиращите по няколко пъти месечно (16.1%) и ежеседмично (8.8%). Всеки ден пият вино 2.0% от изследваните. Съществени различия по пол не се установяват. Не консумират вино 39.0% от анкетираните. *Концентрати* (ракия, водка, уиски и др.) употребяват 53.9% от учениците, като 43.8% го правят рядко (26.5% – няколко пъти годишно, и 17.3% – всеки месец). Всяка седмица консумират концентрати 8.1% от анкетираните, а всеки ден – 2.0% от тях (само момчета).

Сред консумиращите ежедневно алкохол преобладават 17-годишните, съответно – бира (6.5%), вино (3.2%) и концентрат (2.7%), предимно момчетата. До една бира на един случай изпиват 30.3% от учениците; по две бири – 12.8%; по три бири – 5.0%; повече от три – 5.2%. Една четвърт от анкетираните изпиват до 100 ml вино на един случай; 9.1% – до 200 ml; 7.8% – до 400 ml, и 10.6% – над 400 ml. И при трите вида алкохол момичетата преобладават, когато се отнася до малко количество употребен алкохол, докато с нарастване на количествата на изпития алкохол съотношението се променя в полза на момчетата. Изследването отчита несъответствие между данните за честота и количество на изпивания алкохол, което може да се обясни с високия относителен дял (повече от една пета) на учениците, които са отказали да отговорят на всички въпроси за употребата на алкохол.

Не са злоупотребявали с алкохола през последната година 1/4 от учениците; 19.6% са се напивали 2-3 пъти и 15.9% – един път. От 4 до 10 пъти са се напивали 7.1% от анкетираните, повече от 10 пъти – 9.8% от тях (съответно 14.6% от момчетата и 5.4% от момичетата).

Резултатите от измерването на *артериалното налягане* на учениците показват, че средното систолно артериално налягане (САН) при момчетата е 118.6 mm Hg, а средното диастолно налягане (ДАН) – 75.3 mm Hg. При момичетата стойностите са малко по-ниски – съответно 109.4 mm Hg и 70.2 mm Hg. С повишени стойности на артериалното налягане (над 140/90 mm Hg) са 7.6% от изследваните ученици, като делът на момчетата е почти два пъти по-голям от този на момичетата (съответно 9.8% и 5.6%).

Близо 2/3 от учениците са с оптимално (до 120 mm Hg) систолно артериално налягане, с нормално САН (от 120 до 129 mm Hg) са 23.7% от тях. С високо нормално систолно налягане (от 130 до 139 mm Hg) са 6.9% от изследваните (съответно 8.3% от момчетата и 5.7% от момичетата), с повишени стойности на САН (над 140 mm Hg) са 5.1% от тях (съответно 6.8% от момчетата и 3.5% от момичетата). Разпределението по възраст показва, че сред изследваните с високо нормално систолно налягане 10.6% от момчетата са на 15 години и 9.8% от момичетата – на 18 години, сред тези с повишени стойности на САН 13.0% от момчетата са на 18 години и 7.0% от момичетата са на 15 години.

С оптимално (до 80 mm Hg) диастолно артериално налягане са 71.0% от учениците; с нормално ДАН (от 80 до 84 mm Hg) – 20.5% от тях. С високо нормално диастолно налягане (от 85 до 89 mm Hg) са 2.7% от анкетираните (4.2% от момчетата и 1.4% от момичетата). С повишени стойности (над 90 mm Hg) на ДАН са 5.8%, като делът на момчетата е почти два пъти по-голям от този на момичетата (съответно 7.4% от момчетата и 4.3% от момичетата). Най-неблагоприятни са данните за ДАН при момчетата на 16 и 17 години – почти всеки седми е с повишени стойности на ДАН, както и при момичетата на 15 години, чийто дял е 7.0%.

По данни от извършените измервания на ръст и тегло на учениците е изчислен индексът на телесната им маса, който е един от показателите за оценка на телесното тегло. Данните показват, че

с нормално телесно тегло са над 70% от изследваните. С тегло под нормата са 2.0% от тях, като делът на момичетата е по-голям от този на момчетата (съответно 2.2% и 1.8%). С наднормено телесно тегло са 14.2% от учениците, като делът на момчетата е по-висок от този на момичетата (16.7% срещу 11.9%). Със затлъстяване са 7.2% от изследваните, без съществена разлика по пол (съответно 7.4% от момчетата и 7.0% от момичетата). Разпределението по възраст показва, че сред учениците с наднормено тегло с най-висок относителен дял са момчетата на 14 и 16 години (съответно 22.6% и 19.0%) и момичетата на 14 и 15 години (съответно 19.7% и 19.3%), а от тези със затлъстяване – момчетата на 14 години (17.0%) и момичетата на 18 години (9.8%).

Данните по отношение на самооценката на учениците показват, че по-голямата част от тях оценяват здравето си като добро и много добро; 10.1% – като задоволително, и 1.4% – като лошо. Момчетата дават по-често добра оценка на здравето си, отколкото момичетата.

Над 40% от анкетираните смятат, че се хранят здравословно, 18.0% – нездравословно, 36.0% не могат да преценят. Делът на момчетата, които оценяват храненето си като здравословно е по-голям от този на момичетата – съответно 50.9% срещу 41.1%. Половината от учениците определят физическата си активност като средна; 1/3 – като висока, и 15.0% – като ниска. С равен дял (по 1.4 %) са тези, които отричат да извършват физическа активност или които не могат да преценят. Момчетата по-често определят физическата си активност като висока в сравнение с момичетата (съответно 44.1% срещу 17.0%), обратно е съотношението за определената от тях средна и ниска физическа активност.

Повече от половината ученици определят артериалното си налягане като нормално; 16.7% – като ниско (7.1% от момчетата и 25.4% от момичетата); 2.7% – като високо (3.5% от момчетата и 1.9% от момичетата). Не могат да преценят 17.7% от анкетираните, без съществена разлика по пол. Като нормално определят теглото си 2/3 от учениците; 10.5% – като поднормено (13.4% от момчетата и 7.8% от момичетата); 15.9% – като наднормено (11.3% от момчетата и 20.0% от момичетата); 6.5% – не могат да преценят.

Според оплакванията и лекарствата, приемани в тази връзка през последния месец, с най-висок дял са тези за главоболие (37.5%), следвани от тези за настинка (33.7%), болки в корема (32.0%) и кашлица (28.1%). Момичетата преобладават, като най-съществена е разликата при симптома болки в корема (съответно 50.8% срещу 11.3%).

Резултатите по отношение на знанията и нагласите на учениците за здравословен начин на живот показват, че те все още не са на необходимото ниво. Всеки трети смята, че нездравословният начин на живот не е най-важната причина за заболяванията. Почти 1/3 от анкетираните считат, че вкусът на храната е по-важен от последиците ѝ върху здравето, а наследствеността е главна причина за затлъстяването.

По-голямата част от учениците са на мнение, че здравословното хранене може да предпази хората от повечето болести (83.0%), а също и че нашият народ консумира твърде много мазнини, тестени и захарни храни (80.2%). Почти всички са съгласни с твърденията, че физическите упражнения укрепват здравето, а тютюнопушенето и злоупотребата с алкохол му вредят, но има и такива, които отричат това или не могат да преценят.

Трите най-важни фактора, укрепващи здравето, според анкетираните ученици са: здравословното хранене, физическата активност и спорта и създаването на навици за здравословен начин на живот. Следват ги добрият психологичен климат в семейството, добрата медицинска помощ, доброто финансово благосъстояние на семейството. С най-нисък относителен дял са учениците, посочили като фактор, укрепващ здравето, добрият психологичен климат в училището.

Над 70.0% от анкетираните са на мнение, че в училището трябва да се предлага информация за здравословния начин на живот. Всеки десети ученик обаче смята, че това не е необходимо, а всеки седми не може да прецени. Предпочитат да я получават предимно от лекар, психолог или от информационни материали. Повече от половината от учениците имат желание в училище да има час, посветен на здравето.

Изводи

● Режимът на хранене и хранителният прием при учениците все още не отговарят на препоръките и изискванията за здравословно хранене: почти всеки трети не закусва редовно сутрин и не обядва всеки ден; недостатъчна е консумацията на мляко, млечни продукти и месо; консумация-

та на зърнени продукти е предимно за сметка на хляба, като доминира тази на белия хляб; честа е употребата на тестени и сладки храни и недостатъчна – на плодовете и зеленчуците.

● Почти всеки трети анкетиран спортува рядко или не се занимава въобще със спорт през свободното време, предимно момичетата и по-големите ученици. Средната продължителност на едно физическо занимание при повече от 1/3 от спортуващите е около 1 час, при всеки пети тя е около 30 минути, по-често при момичетата.

● Близо 40% от учениците пушат цигари, като редовни пушачи сред тях са 17.9%, по-често момичетата и по-големите ученици. Почти 2/3 са умерени пушачи, 8.8% – интензивни; 1.0% – свръхинтензивни. Почти половината от тях имат желание да спрат цигарите, но всеки шести не желае.

● Над 70.0% от анкетираните консумират алкохол, като ежедневно го употребяват 9.2% от момчетата и 1.3% от момичетата, предимно на 17- и 18-годишна възраст. Ежедневна е консумацията на бира при 4.0% от учениците, на вино и концентрат – при 2.0% от тях. Повече от 10 пъти през годината са се напивали 9.8% от анкетираните, по-често момчетата.

● С високо нормално САН са 8.3% от момчетата и 5.7% от момичетата; с хипертонични стойности са съответно 6.8% и 3.5% от тях. С високо нормално ДАН и хипертония са 2.7% от изследваните. С наднормена телесна маса е всяко шесто момче и всяко осмо момиче; със затлъстяване – съответно 7.4% и 7.0% от тях.

● Над 80% от учениците оценяват здравето си като добро или много добро; като задоволително – всеки девети от тях; като лошо – 1.4%. Момчетата по-често оценяват здравето си като много добро и добро, а момичетата – като задоволително и лошо. Около половината от учениците смятат, че се хранят здравословно, физическата им активност е средна, артериалното им налягане е нормално. Смятат, че теглото им е нормално, 2/3 от анкетираните.

● Знанията по отношение на здравословния начин на живот не са на необходимото ниво. Повечето ученици са информирани по въпросите на здравословното хранене, приемат, че физическите упражнения укрепват здравето, а тютюнопушенето и употребата на алкохол му вредят, но има и такива, които не са съгласни с тези твърдения или не могат да преценят.

● Над 70.0% от учениците смятат, че в училището трябва да се предлага информация за здравословен начин на живот, като предпочитат това да бъде от лекар, психолог или под формата на информационни материали. Над половината от учениците подкрепят идеята да има час, посветен на здравето.

Резултатите, постигнати в рамките на детския компонент на СИНДИ „Здрави деца в здрави семейства“, са още една стъпка напред за постигане основната цел на програмата „Намаляване нивото на главните фактори на риска за здравето: поведенчески, биологични, фактори на околната среда и др., чрез здравословни промени в начина на живот на децата и техните семейства“.

Дейностите за промоция на здравето, профилактика на болестите и осигуряване на среда, утвърждаваща здраве на подрастващите, трябва да продължат, за да се постигне още по-добро здраве на децата в общината.

Библиография

1. Състояние на здравето на гражданите през 2012 г. и изпълнение на Националната здравна стратегия. Годишен доклад на МЗ, 2013.
2. Currie, C. et al. Yung people's health in context. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2001-2002 survey. Copenhagen, WHO regional Office for Europe, 2004.
3. European Network of Health Promoting Schools. Copenhagen, WHO regional Office for Europe, 2004.
4. Global status report on noncommunicable diseases 2010. World Health Organization 2011.
5. The European Health Report 2005. Public health action for healthier children and populations. WHO, 2005.

✉ *Адрес за кореспонденция:*
Доц. д-р Г. Цолова
Национален център по общественото здраве и анализи
бул. Акад. Ив. Гешов № 15
1606 София
✆ 8056 201
e-mail: gal@ncpha.government.bg