

JAK PRACOVAT S TÉMATEM ZDRAVÍ V OBCI?

PODZIMNÍ ŠKOLA ZDRAVÝCH MĚST 2020, ONLINE

7. 10. 2020

Stanislav Wasserbauer

Státní zdravotní ústav, pracoviště v Jihlavě



ZDRAVÍ

nejen nepřítomnost
nemoci, ale i stav úplné
tělesné, duševní a
sociální pohody (WHO)

je určováno souhrnem
přírodních, životních
a pracovních podmínek
a způsobem života

Individuální

zdraví každého z nás

Veřejné

zdraví populace

Determinanty zdraví

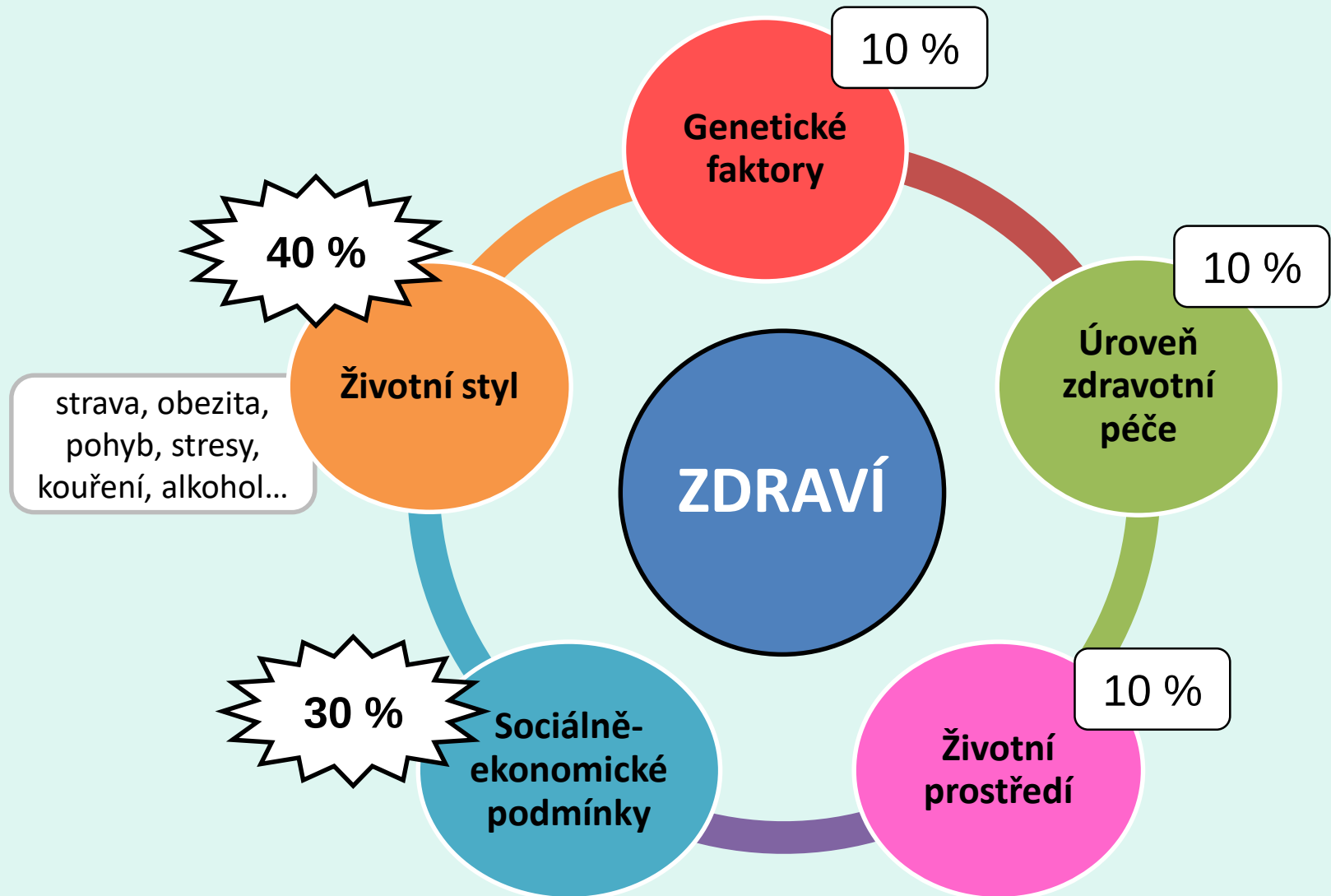
Rizikové

Neutrální

Protektivní

Determinanty zdraví: osobní, společenské a ekonomické faktory, faktory životního a pracovního prostředí a faktory životního stylu, které ovlivňují a určují zdravotní stav jedince, skupiny lidí nebo celé společnosti

Determinanty zdraví



Příklady vlivu determinant zdraví na zdravotní nerovnosti

- Střední délka života mužů je (rok 2018)

v Ústeckém kraji:	74,2 let
v Hl. městě Praha:	78,3 let

rozdíl jsou 4 roky
- Incidence zhoubných nádorů: (průměr 2015-2017)

v Plzeňském kraji:	570,2
ve Středočeském kraji:	427,5

rozdíl je 33 %
- Průměrná délka života je u romské populace o 10 - 12 let kratší než u majoritní populace (odhad).

**Tak velké rozdíly nejsou biologicky odůvodněné,
nejsou nutné, nejsou spravedlivé.**

Význam podpory zdraví a prevence nemocí

- Vliv determinant zdraví (rizikových i protektivních) lze významně ovlivnit **ochranou a podporou zdraví a prevencí nemocí** (primární i sekundární).
- Je **prokázáno**, že vhodnou péčí o zdraví a efektivní podporou zdraví a prevencí nemocí lze zabránit rozvoji nebo významně oddálit:
 - ✓ **až 80 %** srdečně-cévních nemocí
 - ✓ **až 80 %** onemocnění cukrovkou 2. typu
 - ✓ **až 40 %** nádorových onemocnění.

Investicemi do péče o zdraví šetříme zdraví i výdaje za zdravotní péči

Je nesporné, že investicemi do péče o zdraví, tj. do podpory zdraví občanů a prevence nemocí, můžeme významně:

- **zlepšit zdraví obyvatel**
- **snížit nemocnost**
- **zlepšit kvalitu života**
- **i prodloužit délku života, a to nejen celkovou, ale zejména tu, kterou prožíváme ve zdraví, a ne v nemoci.**

ÚZIS: U právě narozených mužů je předpoklad, že stráví „v nemoci“ více jak 13 let, u žen pak téměř 18 let.

Prodlužování průměrné délky života je u nás dosaženo především díky zlepšující se zdravotní péči a spočívá tedy ve zvyšování počtu let prožitých „v nemoci“ a ne „ve zdraví“.

- A je nesporné, že **investicemi do péče o zdraví**, tj. do podpory zdraví občanů a prevence nemocí **významně šetříme výdaje za zdravotní péči**, ale i další výdaje spojené s nemocemi, úrazy apod.
- Bohužel, **jen 3 % z nákladů** na zdravotnictví jsou v ČR vynakládány **na prevenci**
(MZ, WHO, OECD).



Péče o zdraví

**životní styl, zdravotní gramotnost,
podmínky příznivé pro zdraví
a zvyšování kvality života...**

*(primárně je péče o zdraví
zodpovědností občanů,
významnou roli má i obec, město...)*



Zdravotní péče

**zajištění a rozvoj zdravotní péče
na území obce/města**

*(primárně zodpovídá stát, resp.
kraje, zdravotní pojišťovny
a smluvní poskytovatelé)*

Možnosti municipalit v péči o zdraví

Základem je **znalost zdravotního stavu obyvatel** dané lokality, analýza rizik, ev. vlastní studie, průzkumy.

Základem je kvalitně provedená **analýza, vyhodnocení a interpretace** zdravotního stavu.

To lze v současné době kvalitně provést **na úrovni ČR, krajů a ORP (měst).**

Nutno postupovat „odborně“

(špatné zkušenosti např. z auditů UR a MA21).

Analýzy a vyhodnocení zdravotního stavu obyvatel

Dávají souhrnný pohled na zdravotní stav obyvatel v daném místě a na faktory, které zdraví obyvatel ovlivňují.

Jsou mj. důležitým podkladem pro:

- **jednání pracovních skupin zdravého města**
- **koncipování Zdravotního plánu**
- **stanovení priorit ve Zdravotním plánu a pro zlepšení zdraví a kvality života obyvatel**
- **strategické a komunitní plánování**
- **grantovou politiku ...**

K nejčastějším (a nejdůležitějším) závěrům analýz zdravotního stavu obyvatel patří:

- **Populace významně stárne** (za posledních 15 let vzrostl počet seniorů 65+ o 45-50 % a seniorů 80+ o 40-70 %).
- Střední délka života se neustále prodlužuje, ale především díky **prodlužování délky života v nemoci**, naopak pro kvalitu života je důležitá délka života, kterou prožijeme ve zdraví.
- **Lidé „předčasně“ umírají** nejvíce na nemoci, kterým se dá většinou dobře předcházet – nejvíce na zhoubné nádory (každá druhá žena). Žen umírá předčasně 12 % a mužů dokonce 25 % z celkového počtu zemřelých.
- **Výskyt (incidence) zhoubných nádorů se stále mírně zvyšuje.**

Proč by měla obec využívat téma zdraví a pracovat s ním?

**Proč by se měla prosazovat
podpora zdraví a prevence nemocí
v prioritách politiky a ve Zdravotním plánu obce/města?**

**Proč jsou prevence a podpora zdraví
pro obec, město, kraj, jejich obyvatele
i politiky důležité?**

Odpovědí je samozřejmě mnoho...

Protože:

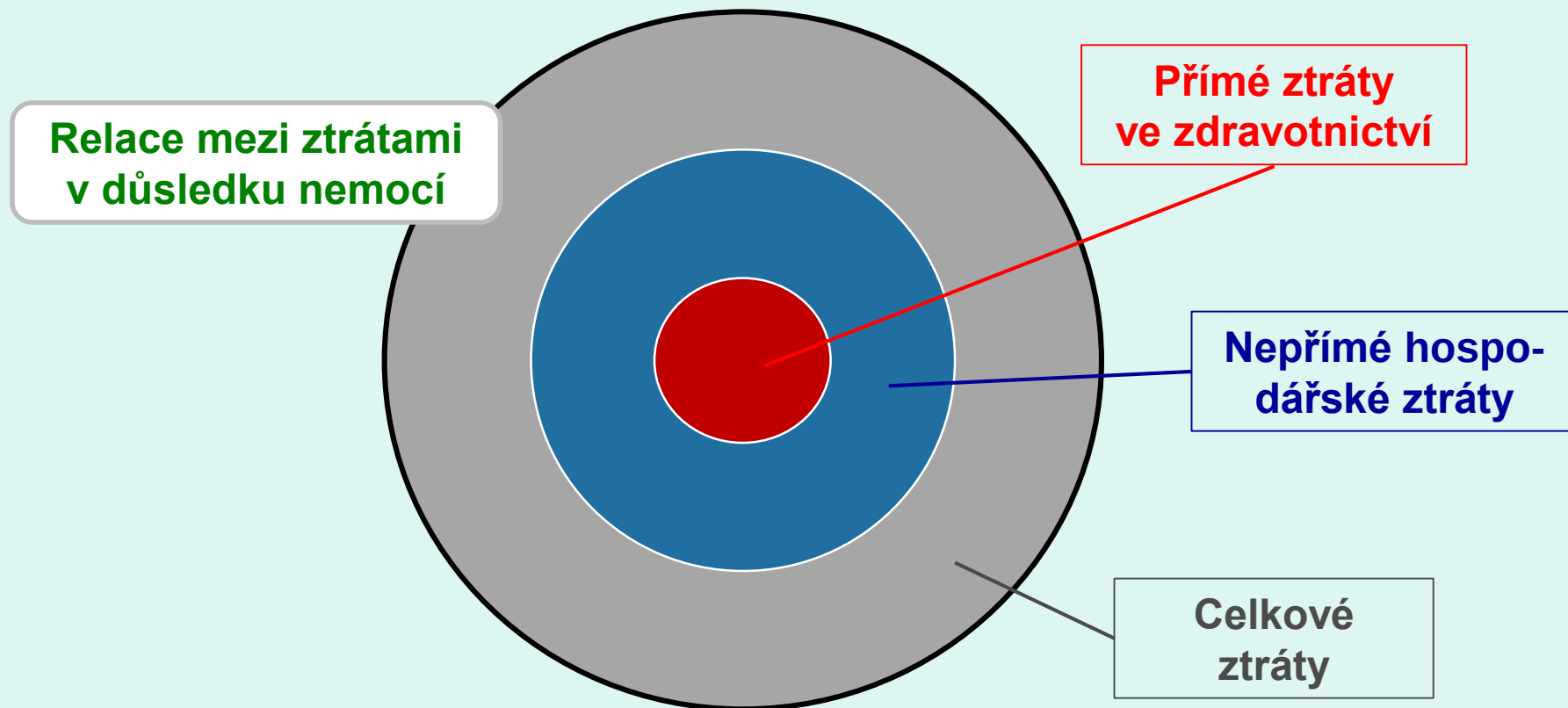
... **ZDRAVÍ** nevzniká v nemocnicích,
tam se pouze napravuje, ale **vzniká** v rodinách,
ve školách, na pracovištích, v prostředí obce i města,
prostě **tam, kde žijeme, pracujeme, odpočíváme, stárneme.**

... ZDRAVÍ je základní součástí a současně
i **komplexním ukazatelem** kvality života
a udržitelného rozvoje v daném místě.

... se (i z politického pohledu) **jedná**
o významnou prioritu úspěšného místního rozvoje,
ale také o významnou prioritu úspěšného politika.

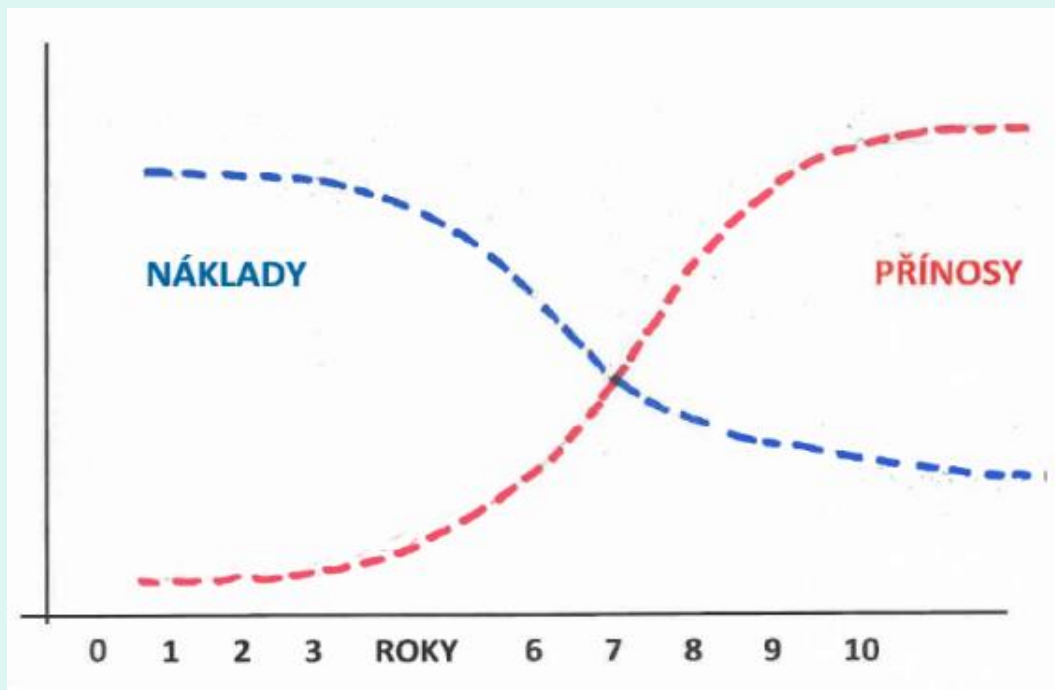
... **to je ekonomicky výhodné !**

Ekonomický pohled = argument o důležitosti prevence nemocí



Nepřímé ztráty bývají až trojnásobkem zdravotnických ztrát.

Přínosy podpory zdraví a primární prevence nemocí aneb proč je prevence důležitá



**Cost benefit
(přínos)
primární prevence
a podpory zdraví
bývá uváděn
v poměru 1:4 – 1:10.**

Přínosy prevence a podpory zdraví se většinou projevují až za delší (dlouhou) dobu, nejčastěji za 7 – 10 let, kdy i začnou převažovat nad náklady.

Postup pro využití tématu zdraví v obcích a městech

- **Analýza a vyhodnocení zdravotního stavu a rizik**
- **Ustavení a fungování pracovní skupiny, komise...**
- **Nastavení spolupráce s institucemi (NNO, školy, SZÚ, KHS...)**
- **Nastavení priorit (ve spolupráci s politiky, odborníky, veřejností...)**
- **Zpracování strategických dokumentů, plánů, vč. ZP...**
- **Nastavení dotační politiky a dotačních programů**
- **Realizace investičních i neinvestičních akcí ve prospěch zdraví**
- **Realizace a podpora programů, projektů, aktivit, vč. zvyšování zdravotní gramotnosti...**

Postupy
„Evidence
Based“

Péče o zdraví – možnosti municipalit

- **Možnosti municipalit jsou neomezené ☺**
- **Často ale korespondují s reálnými podmínkami, záleží na mnoha faktorech – financích, vůli zvolených politiků, starostovi ... lidech na úřadě ... na počtu a kvalitě spolupracujících institucí ...**
- **Postup podle místních podmínek**

Péče o zdraví – možnosti municipalit

Životní styl

- **Projekty, programy:** často dlouhodobé, většinou realizované spolupracujícími subjekty s podporou municipality
- **Osvěta:** veřejnost, školy, domovy seniorů, dotace, média, besedy...
- **Kampaně:** Týdny mobility, Den zdraví, Den bez tabáku, Světlo pro AIDS, Den bez úrazů...
- **Pozitivní vzory:** ocenění, motivační akce...

Péče o zdraví – možnosti municipalit

Péče o prostředí obce a občanů

- **Reakce na demografické změny:** sociální a zdravotní služby, motivační programy pro rodiny a děti, pro preseniorskou kategorii 50+, pro seniory...
- **Podmínky pro aktivní mobilitu:** pro chůzi, cyklodopravu, veřejnou dopravu...
- **Adaptace na klimatické změny:** hospodaření s vodou, vodní prvky, povrchy, komunikace...
- **Bezpečné prostředí:** snižování kriminality, rizik úrazů, omezení návykového chování
- ... a mnoho dalších

Zdravotní plán města (ZP)

- ZP není analýzou zdravotního stavu, měl by však z ní vycházet.
- ZP by měl stanovit priority pro nejbližší období.
- ZP by měl u jednotlivých priorit, ev. oblastí stanovit cíle, opatření, aktivity, termíny, garanta, předpokládané náklady, zdroj financování a indikátory plnění.
- Mělo by se pravidelně provádět hodnocení plnění ZP.



**Vše potřebné lze
najít v Manuálu**

Dotační program „Zdravé město a MA21“

statutární město Jihlava – rok 2019

(12 projektů / 400 tis. Kč)

**Příklady ze života
zdravého města**

Žadatel	Podpořené projekty
Děti a stromy, z.s.	Lesní slavnost
Nebojte se policie, z.s.	Šestý ročník Policejní akademie pro seniory
Nebojte se policie, z.s.	S bílým kruhem do bezpečí
TJ Sokol Jihlava	Noc Sokoloven
Libor Kuchyňa	Zachraň život s městem Jihlava
Zdravá Vysočina, z.s.	Seniorem v pohodě
Zdravá Vysočina, z.s.	Společně proti nadváze a obezitě
Komunitní zahrada František	Komunitní zahrada František
EKOINFOCENTRUM ZO ČSOP	Jihlavský biojarmark
Oblastní charita Jihlava	Podpora mobility a psychické pohody nejen u imobilních a dalších zdravotně handicapovaných občanů
Ing. Ivana Pólová	Spolu chutně a jednoduše, aneb svačiny trochu jinak
Elitavers	S městem Jihlava plave spolu celá rodina

Projekt „Seniorem v pohodě“

- projekt podporovaný Městem Jihlava, realizovaný již několik let
- **pravidelná každotýdenní setkání se seniory:** přednášky, besedy, cvičení (tělocvična, park, bazén), vyšetřování, návštěva bazénu...
- akce i v zařízeních s péčí o seniory
- 30 – 35 pravidelných účastníků

Příklady ze života
zdravého města



Parky v pohybu

Příklady ze života
zdravého města

- Pravidelná **letní cvičení** za každého počasí v parku s lektorkou pro seniory i širokou veřejnost
- účast 20 – 30 osob, převážně seniorů



Projekt „Společně proti nadváze a obezitě“

- projekt podporovaný Městem Jihlava, realizovaný již několik let
- cílem vytvářet správné postoje, motivovat rodiny ke zdravému životnímu stylu a pohybu
- **Poradna zdraví** (vyšetřování, změna stravovacích návyků...)
- pravidelná **setkání dětí se cvičením**
- **workshopy** pro učitele MŠ a ZŠ
- ročně cca 70 dětí s rodiči v poradně, cca 20 dětí na cvičení, cca 20 – 25 učitelek a družinářek na workshopu

Příklady ze života
zdravého města



Prevence HIV/AIDS a nález přenášenyých pohlavním stykem

Příklady ze života
zdravého města

- **Světlo pro AIDS a Světový den proti AIDS**
každoroční akce v Jihlavě s podporou města, součástí i besedy s HIV pozitivními lektory pro žáky škol ve městě
- Interaktivní akce „**Hrou proti AIDS**“ (pro žáky ZŠ a SŠ)
- **Poradna AIDS** – jediná poradna v kraji, testování HIV protilátek (anonymní a bezplatné) + poradenství



Dny zdraví, veletrhy zdraví a podobné akce

Příklady ze života
zdravého města

- každoročně **Jihlavský den zdraví** na hlavním jihlavském náměstí
- další města i nemocnice
- **Veletrhy zdraví** na ZŠ
- **Krajské Diabetologické dny** (XII.)

vyšetřování a měření ukazatelů
zdraví, poradenské a konzultační
služby, nácviky 1. pomoci,
nabídka ZVM, doprovodné akce...



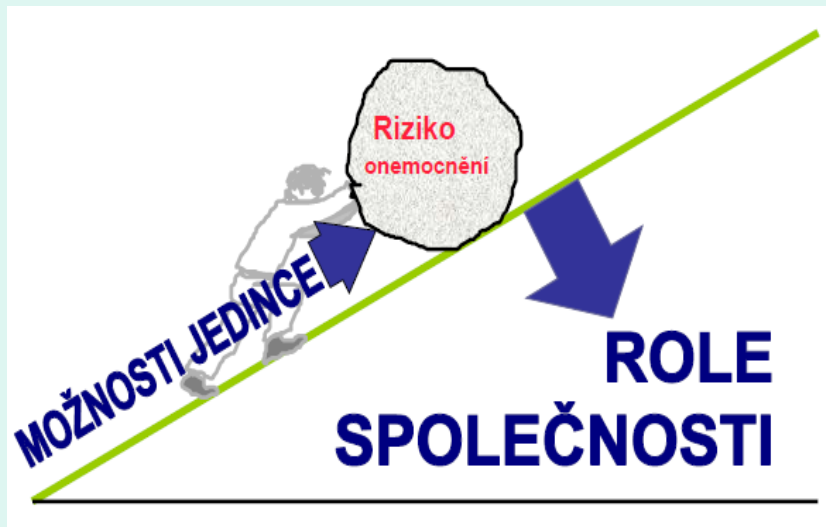
Pro zdraví a kvalitu života je nutná spolupráce i osobní a společenská odpovědnost

- **Odpovědnost osobní**

„Nikdo se nemůže o své zdraví postarat lépe než my sami“

- **Odpovědnost společnosti**

„Vytvořme takové prostředí, ve kterém je zdravá volba tou nejjednodušší“



**V podpoře zdraví v obcích
i městech je nezbytná
spolupráce širokého spektra
partnerů:
obce, školy, NNO, SZÚ,
Policie, KHS, firmy ...**

ZDRAVÍ nevzniká v nemocnicích, tam se pouze napravuje,
ale **vzniká** v rodinách, ve školách, na pracovištích,
v prostředí obcí i měst, prostě tam,
kde žijeme, pracujeme, odpočíváme, stárneme.

**Zdravý občan žijící v obci kvalitní život bez nemocí
je spokojeným občanem.**

Děkuji za pozornost

MUDr. Stanislav Wasserbauer

Státní zdravotní ústav, pracoviště Jihlava

stanislav.wasserbauer@szu.cz

