**ŠIAULIŲ LOPŠELIO – DARŽELIO „GINTARĖLIS“**

**VAIKŲ SVEIKATOS BŪKLĖS ANAZILĖ 2017/2018 METAIS**

Šiais mokslo metais lopšelį – darželį „Gintarėlis“ lanko 169 ugdytiniai, iš jų 71 berniukas ir 98 mergaitės. Iš 169 vaikų sveikų yra 55 vaikai: 21 berniukas ir 34 mergaitės. Priešmokyklinio amžiaus grupes lanko 26 vaikai, iš jų 9 berniukai ir 17 mergaičių. Visi vaikai yra priskiriami prie pagrindinės fizinio išsivystymo grupės.

Darželį lankančių vaikų ligų sutrikimai buvo nustatyti šie: ▪ Širdies-kraujagyslių sistemos sutrikimai nustatyti 27 vaikams, iš jų 19 mergaitėms; ▪ Kvėpavimo sistemos sutrikimai nustatyti 21 vaikui, iš jų 13 berniukų ir 8 mergaitėms: iš jų bronchinės astmos atvejų fiksuota 11 vaikų, 8 berniukams ir 3 mergaitėms; ▪ Regos sutrikimai fiksuoti 78 vaikams, iš jų 35 berniukams ir 43 mergaitėms; ▪ Virškinimo sistemos susirgimų fiksuota 6 vaikams, iš jų 3 berniukams ir 3 mergaitėms; ▪ Nervų sistemos sutrikimų fiksuota 53 vaikams, iš jų 28 berniukams ir 25 mergaitėms: iš jų 2 epilepsijos atvejai, 1 berniukui ir 1 mergaitei. Iš jų 44 kalbos raidos sutrikimai, 23 berniukams ir 21 mergaitei. Iš jų 2 atvejai mišraus raidos sutrikimo nustatyti 2 berniukams; ▪ Endokrininės sist., medž. ap., mitybos sutrikimai fiksuoti 8 vaikams, iš jų 4 berniukams ir 4 mergaitėms: iš jų 1 atvejis cukrinio diabeto 1 mergaitei; Iš jų 1 atvejis antsvorio 1 mergaitei; Iš jų 5 atvejai sumažėjusio svorio, 4 berniukams ir 1 mergaitei; ▪ Urogenitalinės sistemos sutrikimai fiksuoti 1 vaikui, 1 mergaitei; ▪ Skeleto-raumenų sistemos sutrikimai nustatyti 13 vaikų, iš jų 4 berniukams ir 9 mergaitėms: iš jų 3 netaisyklingos laikysenos atvejai, 2 berniukams ir 1 mergaitei; Iš jų 3 plokščiapėdystės atvejai, 2 berniukams ir 1 mergaitei; ▪ Alerginiai susirgimai nustatyti 13 vaikų, iš jų 8 berniukams ir 5 mergaitėms. Dantukai yra patikrinti 162 ugdytiniams, 67 berniukams ir 94 mergaitėms. Visiškai sveikus dantis turi 95 vaikai, iš jų 39 berniukai ir 56 mergaitės. Vaikams, kuriems nustatytas kariesas – 47 vaikai, iš jų 21 berniukui ir 26 mergaitėms. Vaikams, kuriems plombuoti dantys – 25 vaikai, iš jų 113 berniukų ir 12 mergaičių. Vaikams, kuriems ištraukti dantys – 11 darželio ugdytinių, iš jų 3 berniukams ir 8 mergaitėms. Sąkandžio patologija nustatyta – 8 ugdytiniams, iš jų 4 berniukams ir 4 mergaitėms, iš jų 3 atvejai pavienių dantų, 1 berniukui ir 2 mergaitėms; Iš jų 5 atvejai žandikaulių, 3 berniukams ir 2 mergaitėms. Šiais mokslo metais į naujas lopšelio grupes atvyko sveikesni ugdytiniai nei ankstesniais metais su mažesnėmis ligų patologijomis.

Rekomenduoju stiprinti ir saugoti ugdytinių regėjimą šiais būdais: - Visaverte mityba. Vaikas, kurio organizmas sparčiai vystosi, turi gauti visą spektrą vitaminų, mineralų ir kitų reikalingų maistinių medžiagų. - Tinkamu apšvietimu. Akims vienodai kenkia ir šviesos trūkumas, ir jos perteklius. Tad esantys šviestuvai neturi nei versti akis įsitempti, nei akinti. - Akių mankšta. Akys ne taip greit pavargs, nepraras ryškumo ir spindesio, jei surasite laiko akių mankštoms atlikti. 2-3 minutes žiūrėkite pro langą, į tolį, pamirksėkite. Tokie pratimai naudingi ne tik tiems, kurie turi regėjimo sutrikimų, bet ir tiems kurių akys yra sveikos. - Poilsis. Būtina akis pailsinti, daugiau laiko praleisti lauke. Buvimas lauke, dienos šviesoje ir žiūrėjimas į tolį ypatingai stiprina regėjimą ir atitolina arba padeda išvengti akių ligų.

Siekiant išvengti karieso rekomenduoju: - Pasirūpinti valgiaraščiu. Vaiko racione turėtų būti kuo daugiau produktų, kurių sudėtyje yra kalcio, magnio, vitamino D. Tad varškė, kefyras, sūris, rūgpienis yra būtina raciono dalis. - Apriboti saldumynų vartojimą. - Laikytis higienos rutinos: valyti dantis, skalauti burną. - Reguliariai lankytis pas odontologą, kuris padės įveikti visas iškilusias dantukų problemas ir patars, į ką atkreipti dėmesį.

Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė Darina Klimaitienė, el. paštas [darina.klimaitiene@sveikatos-biuras.lt](mailto:darina.klimaitiene@sveikatos-biuras.lt), mob. +37067684749