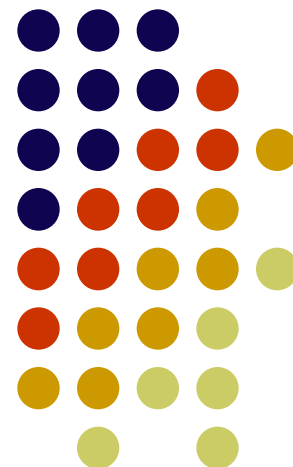


Jaunimo tabako ir alkoholio vartojimo paplitimas, priežastys ir prevencija

Dr. Aurelijus Veryga

**Kauno medicinos universitetas
Nacionalinė sveikatos taryba**

**Vilnius
2007 m. rugsėjo 12 d.**



Lietuvos sveikatos programa

(patvirtinta Lietuvos Respublikos Seimo 1998 m.)



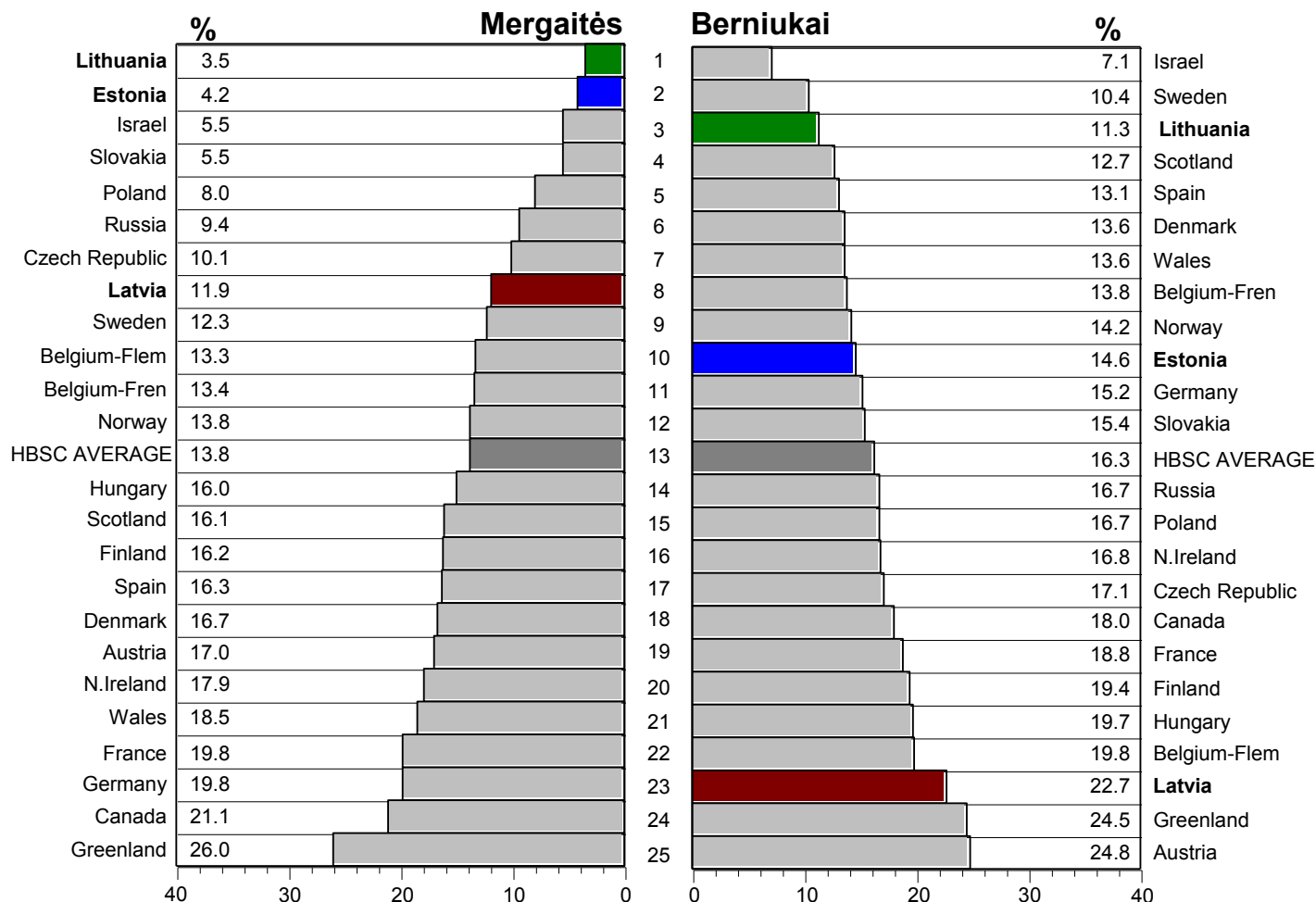
- Tikslas: iki 2005 m. sumažinti vyrų rūkymo paplitimą 5 proc. ir stabilizuoti moterų rūkymo plitimą; iki 2010 m. vyrų ir moterų rūkymo paplitimą sumažinti 10 proc.; iki 2010 m. sumažinti vaikų ir paauglių rūkymą 10 proc.



Rūkymo plitimas Lietuvoje (15-16 m.)

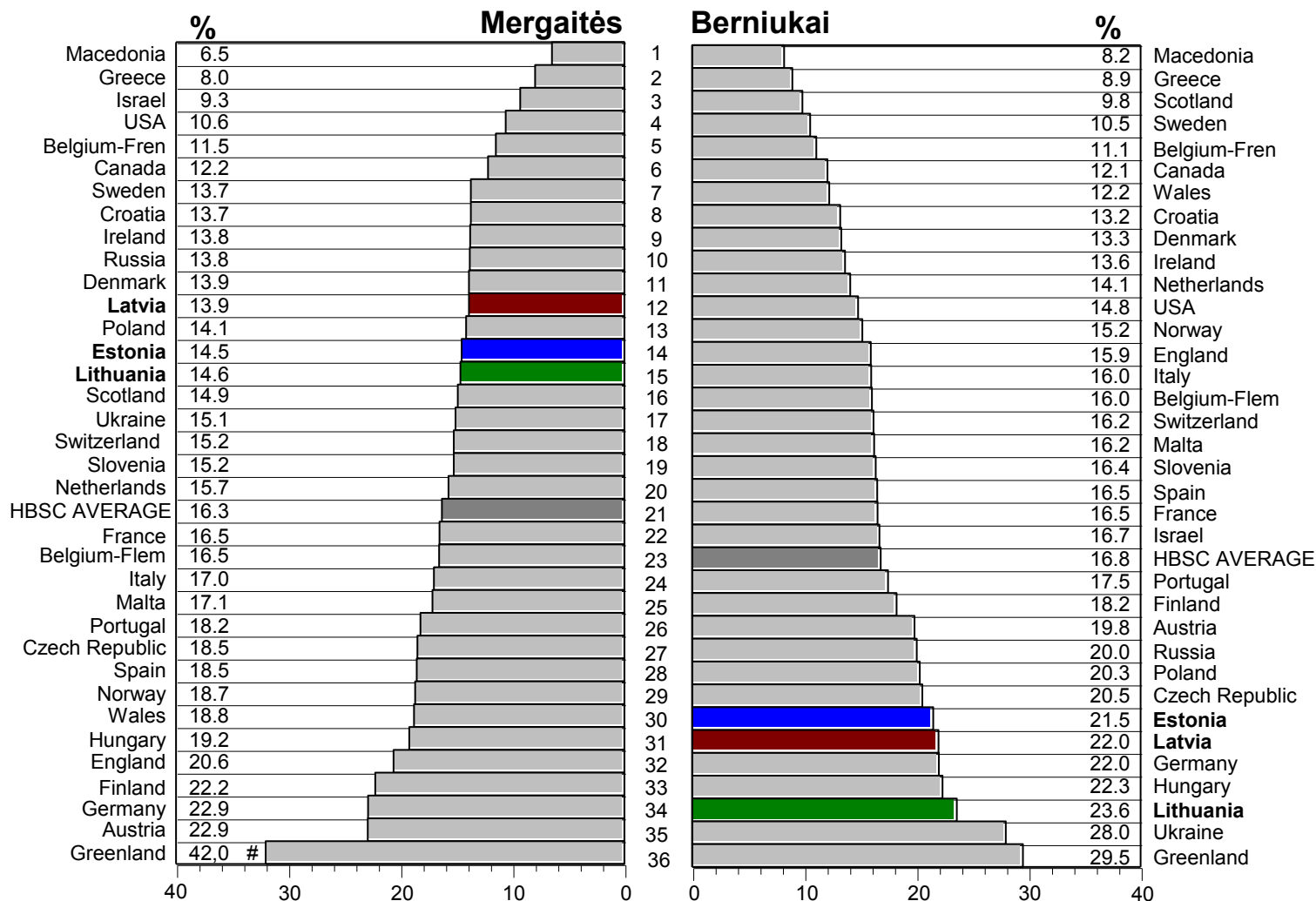
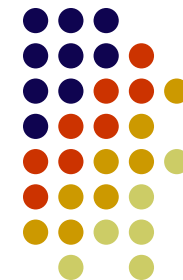
Tyrimas	40 ir daugiau kartų per gyvenimą			Rūkymas per paskutines 30 dienų		
	Berniukai	Mergaitės	Iš viso	Berniukai	Mergaitės	Iš viso
ESPAD 95	29,2	12,4	20,3	34,2	18,3	25,3
ESPAD 99	45.6	22.7	34.5	48.9	30.0	39.8
ESPAD 03	49,2	27,9	38,6	48,8	32,7	40,7

Mokinių rūkymas (1993-1994 m.)



1993-1994 m. HBSC lyginamieji duomenys. Tyrime dalyvavusios šalys išdėstytos atsakymų, jog rūkoma “kiekvieną dieną”, “mažiausiai kartą per savaitę, bet ne kiekvieną dieną” arba “rečiau nei kartą per savaitę” bendro procento didėjimo tvarka.
HBSC, A.Zaborskis

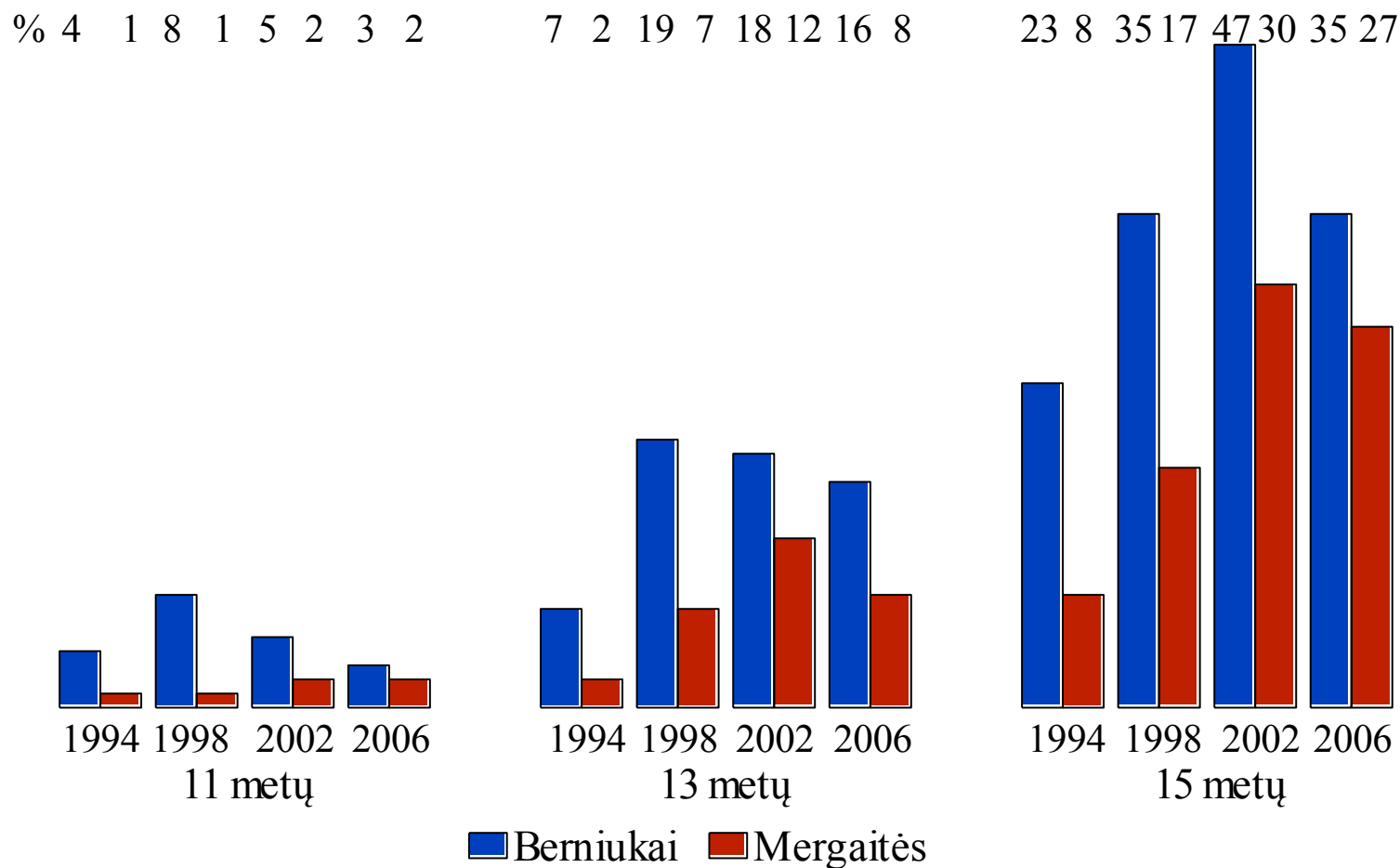
Mokinių rūkymas (2001 - 2002 m.)



1993-1994 m. HBSC lyginamieji duomenys. Tyrime dalyvavusios šalys išdėstytos atsakymų, jog rūkoma „kiekvieną dieną“, „mažiausiai kartą per savaitę, bet ne kiekvieną dieną“ arba „rečiau nei kartą per savaitę“ bendro procento didėjimo tvarka.
HBSC, A.Zaborskis



Mokinių rūkymas (1994 - 2006 m.)



**Moksleivių atsakymų “rūkau kiekvieną dieną”, “mažiausiai kartą per savaitę, bet ne kiekvieną dieną” arba “rečiau nei kartą per savaitę” bendras procentas*
HBSC (2006), A.Zaborskis

Pasaulio sveikatos organizacijos ir Pasaulio banko rekomenduojami veiksmingiausi tabako kontrolės būdai



- Sistemingas tabako kainų didinimas;
- Tabako reklamos ir rėmimo draudimas;
- Rūkymo ribojimas viešose vietose;
- Pagalba metantiems rūkyti;
- Efektyvi socialinė reklama;
- Griežta kontrabandos kontrolė;

Valstybės tabako kontrolės programoje numatyti uždaviniai ir jų įgyvendinimas (I)



- Rengti ir tobulinti teisinę bazę



- Lietuvai tapus Europos sąjungos nare nacionaliniai teisės aktai buvo suderinti su ES direktyvomis; 2004 m. buvo ratifikuota Pasaulio sveikatos organizacijos Tabako kontrolės pagrindų konvencija;
- Esminiai teisinės bazės pakeitimai:
 - Tiesioginės ir netiesioginės tabako gaminių reklamos uždraudimas;
 - Tabako gaminių sudėties reikalavimų pakeitimas;
 - Tabako gaminių ženklavimo pakeitimai;
 - Draudimas parduoti tabako gaminių imitacijas;
 - Draudimas tabako gamintojams remti renginius skirtus asmenims iki 18 metų;
 - Draudimas rūkyti ugdymo ir sveikatos priežiūros įstaigų teritorijose;
 - Draudimas rūkyti kavinėse, restoranuose, baruose ir kt. viešose uždaroje erdvėse;
 - Tabako gaminių akcizų pakeitimai.

Valstybės tabako kontrolės programoje numatyti uždaviniai ir jų įgyvendinimas (II)



- Įgyvendinti ekonomines rinkos kontrolės priemones



- Lietuva turėjo galimybę greitai padidinti tabako gaminių akcizą po stojimo į Europos sąjungą, tačiau šios galimybės neišnaudojo, išsiderėdama ilgiausią pereinamąjį laikotarpį akcizo didinimui (iki 2011 metų). Akcizą delsiama didinti ir dabar, motyvuojant infliacija, kuri gali sutrukdyti Lietuvai įsivesti eurą.

Valstybės tabako kontrolės programoje numatyti uždaviniai ir jų įgyvendinimas (III)



- Vykdyti rūkymo prevenciją



- Rūkymo prevencija įtraukta į Švietimo ir mokslo ministerijos žalingų įpročių prevencijos programą, Narkotikų kontrolės programą, finansuojami prevencijos projektai; Lietuvoje vyksta Europos komisijos projektas “HELP”; jau trečius metus vykdomas nacionalinis konkursas “Nerūkanti klasė”, leisti leidiniai, vaizdinė medžiaga, spausdinti užsakomieji straipsniai, rengtos laidos;
- **Rezultatas pasiektas, stebimos akivaizdžiai pasikeitusios visuomenės nuostatos (pvz. 75 proc. gyventojų palaikytas draudimas rūkyti kavinėse ir kt.).**

Valstybės tabako kontrolės programoje numatyti uždaviniai ir jų įgyvendinimas (IV)



- Skatinti rūkančiuosius mesti rūkyti ir teikti pagalbą metantiems



- Vykdomi konkursai, skatinantys metimą rūkyti “Mesk ir laimėsi” ir kt., įsteigta pagalbos metantiems rūkyti telefoninė linija, konsultacijos teikiamos ir nemokamu SAM telefonu, finansuoti pagalbos metantiems rūkyti projektai;
- Gydytojai dar nemotyvuoti teikti pagalbą ir retai pataria pacientams mesti rūkyti, sunkiai prieinamas kvalifikuotas priklausomybės gydymas, trūksta literatūros, gydymas brangus ir nekompensuojamas.

Valstybės tabako kontrolės programoje numatyti uždaviniai ir jų įgyvendinimas (V)

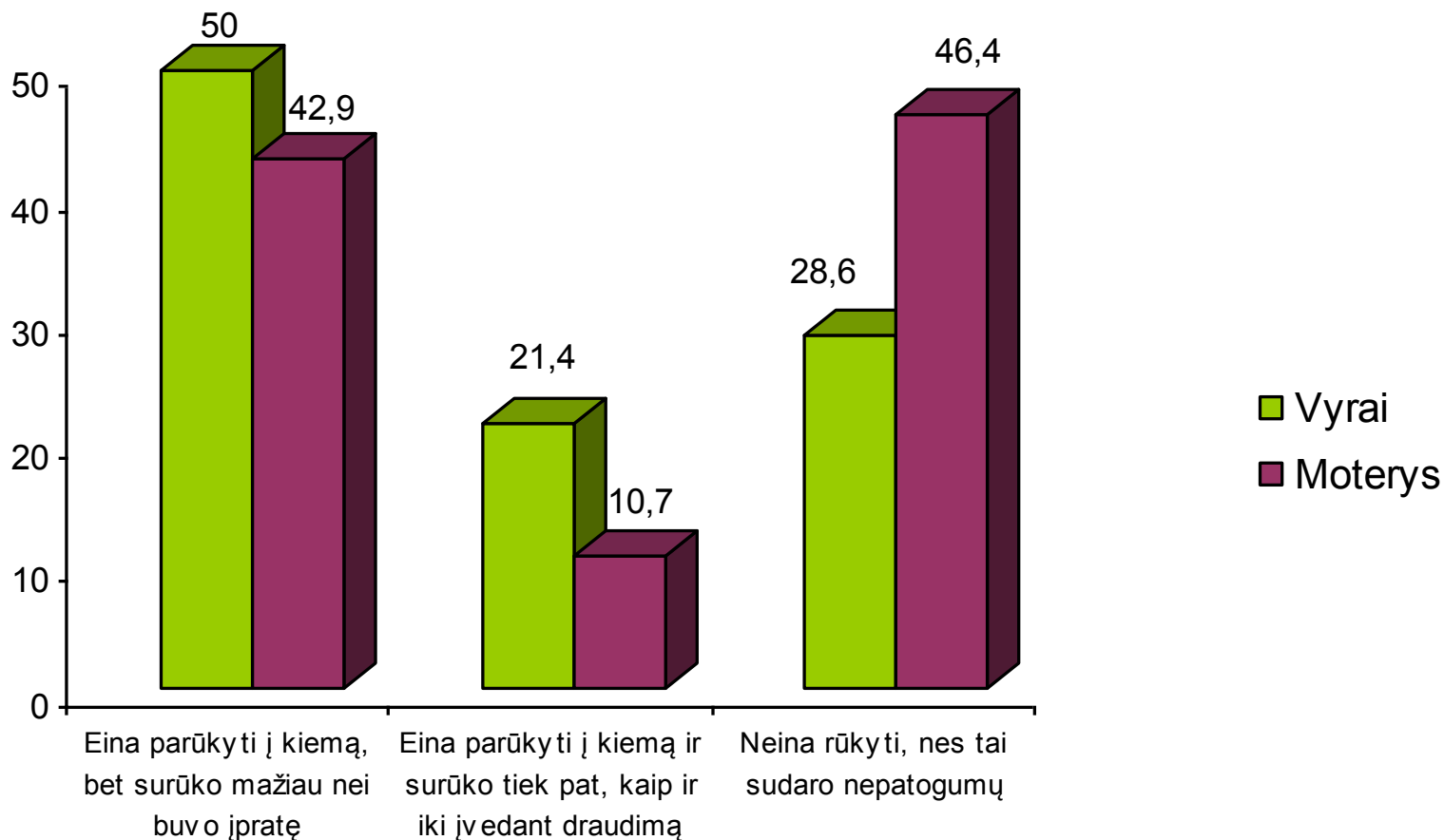
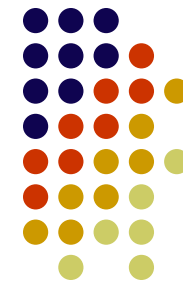


- Kurti sveiką darbo ir gyvenamąją aplinką



- Uždrausta rūkyti baruose, restoranuose, kavinėse, klubuose; patvirtinta higienos norma, reglamentuojanti rūkymo patalpų įrengimą; policijos pradėta šviečiamoji veikla dėl draudimo rūkyti bendro naudojimo patalpose.

Draudimo rūkyti viešojo maitinimo įstaigose įtaka lankytojų rūkymo įpročiams





Trūkumai

- Nepaisant to, kad dauguma uždavinių įgyvendinama, būtina įvardinti ir pagrindinius pastebėtus programos uždavinių įgyvendinimo trūkumus:
 - Nepasinaudota galimybe įgyvendinti efektyvią tabako gaminių akcizų politiką;
 - Nors ir nežymiai mažėjantis, išlieka didelis rūkančių vaikų procentas;
 - Nesukontroliuotas tabako gaminių pardavimas nepilnamečiams;
 - Tabako gaminiai išlieka populiariausia kontrabandine preke, kuri be kliūčių realizuojama šalyje;
 - Nesukurta priklausomybės nuo tabako gydymo sistema;
 - Netinkamai ruošiasi programos efektyvumo vertinimui.



Alkoholio kontrolė

Lietuvos sveikatos programa

(patvirtinta Lietuvos Respublikos Seimo 1998 m.)



- Tikslas: iki 2010 m. sumažinti alkoholio vartojimą 25 proc.

LR Alkoholio kontrolės įstatymas (1995 m., 2004 m.)



- Šio Įstatymo tikslas – *mažinti bendrąjį alkoholio suvartojimą, jo prieinamumą, ypač nepilnamečiams, piktnaudžiavimą alkoholiu, jo daromą žalą sveikatai ir ūkiui*, nustatyti teisės gaminti, parduoti, įvežti, importuoti ir eksportuoti šiame Įstatyme reglamentuojamus alkoholio produktus suteikimo ūkio subjektams teisinius pagrindus.

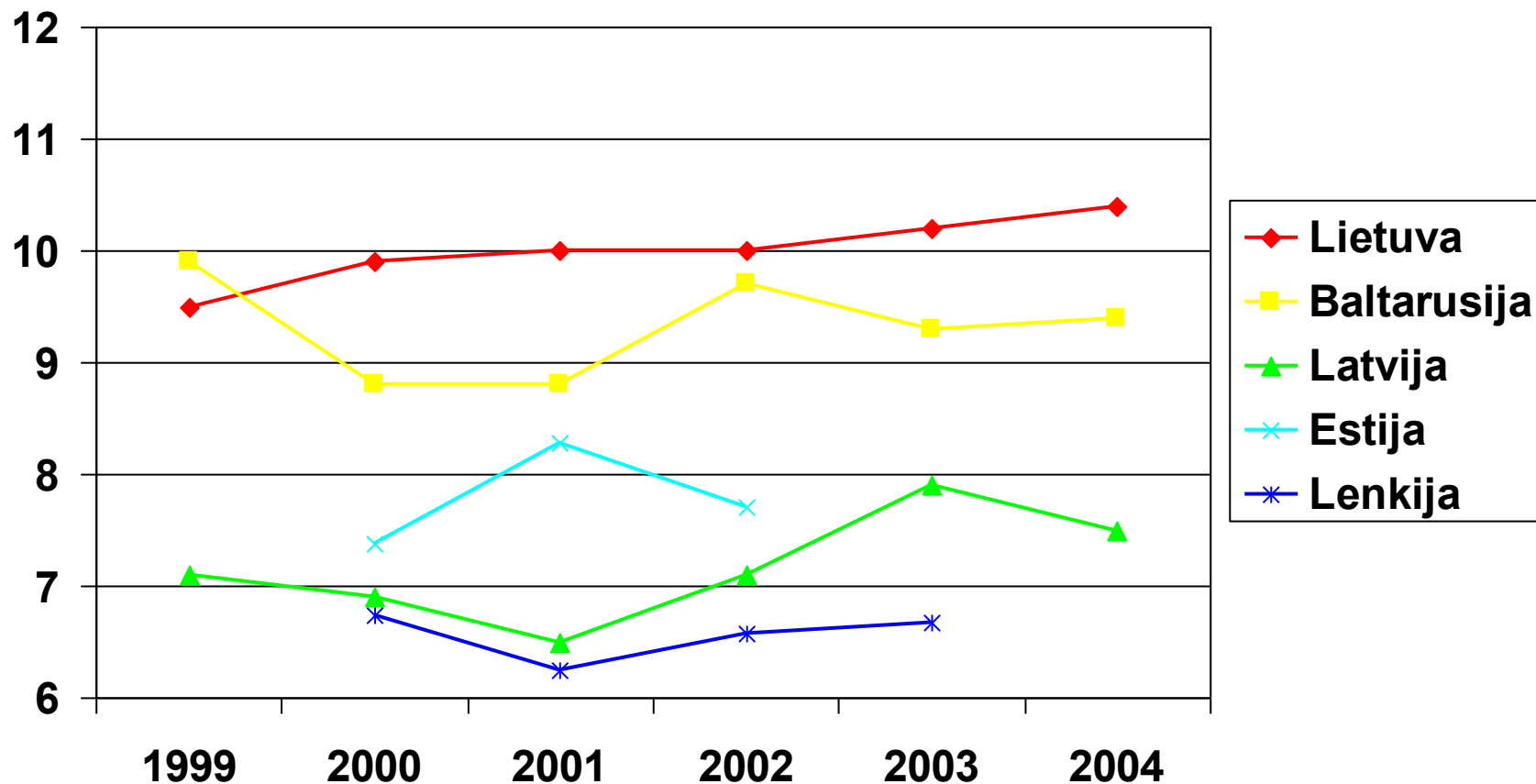
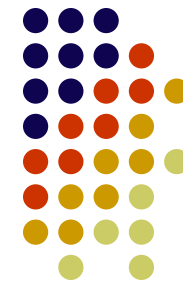
Prognozė



Strateginių rinkos tyrimų kompanija “Euromonitor International” prognozuoja, kad “*Lietuvos alkoholio rinka per artimiausius penkerius metus išaugs 35.5 proc.* Didėjančios vartotojų pajamos, palanki įstatyminė bazė bei sparčiai besivystanti mažmeninės prekybos rinka – pagrindiniai faktoriai, įtakoiantys kone visų alkoholio kategorijų augimą...”

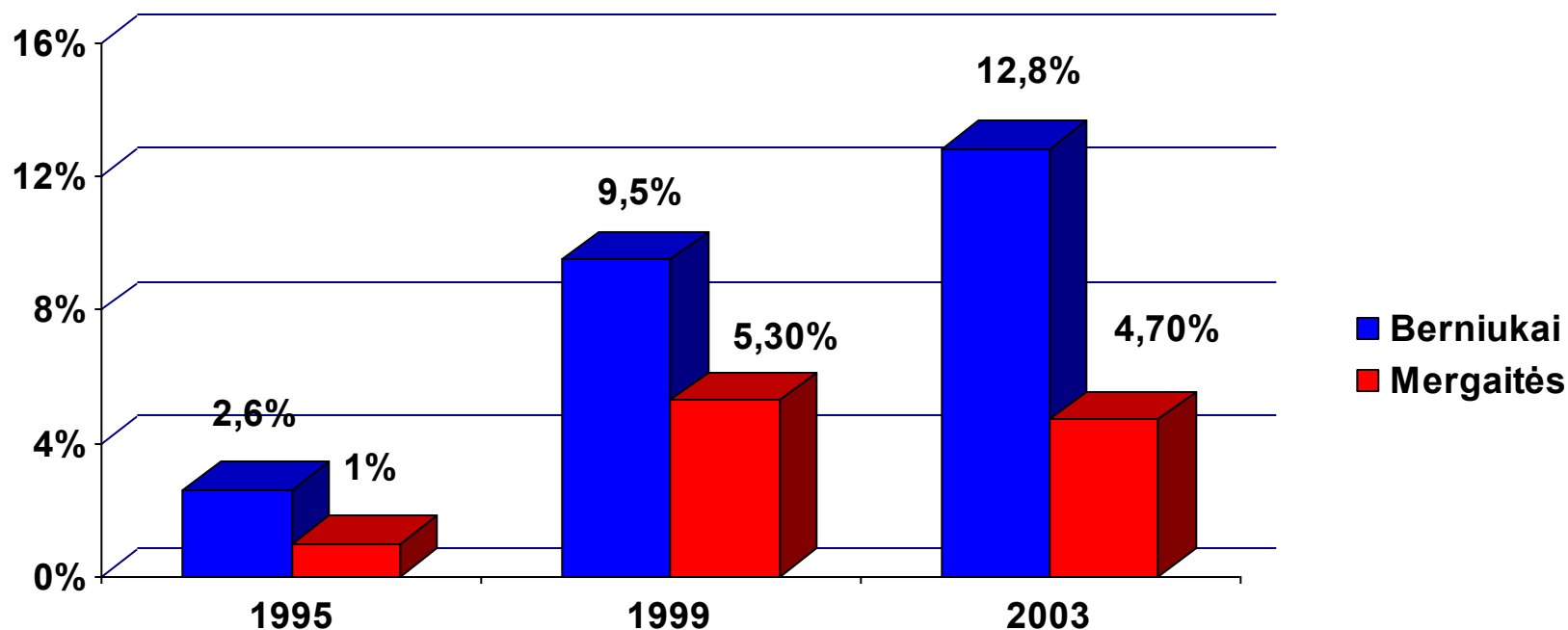
Gryno alkoholio suvartojimas

Litrai gryno alkoholio vienam gyventojui

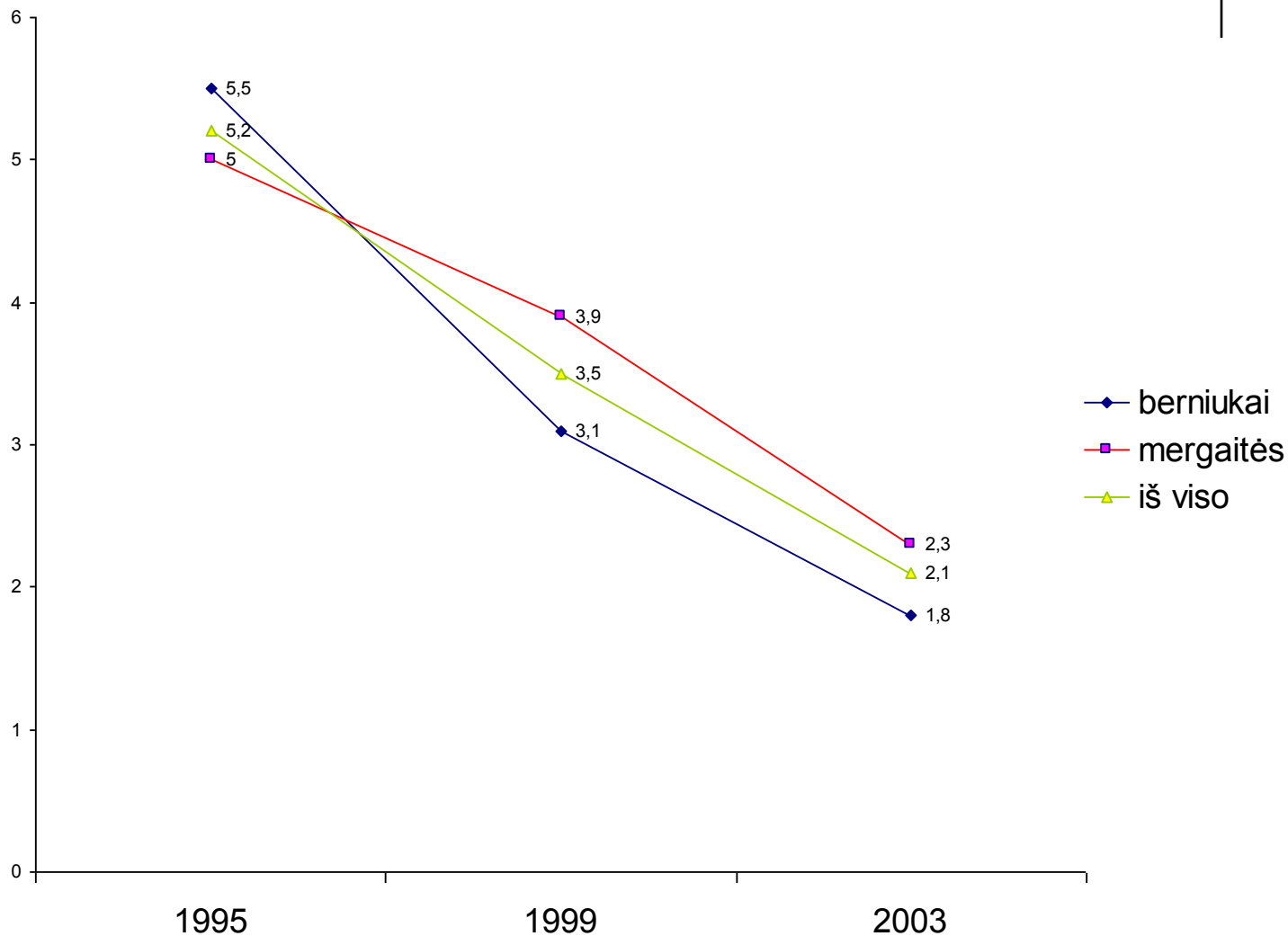
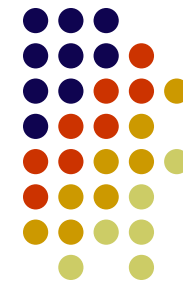


Alkoholio vartojimas tarp moksleivių

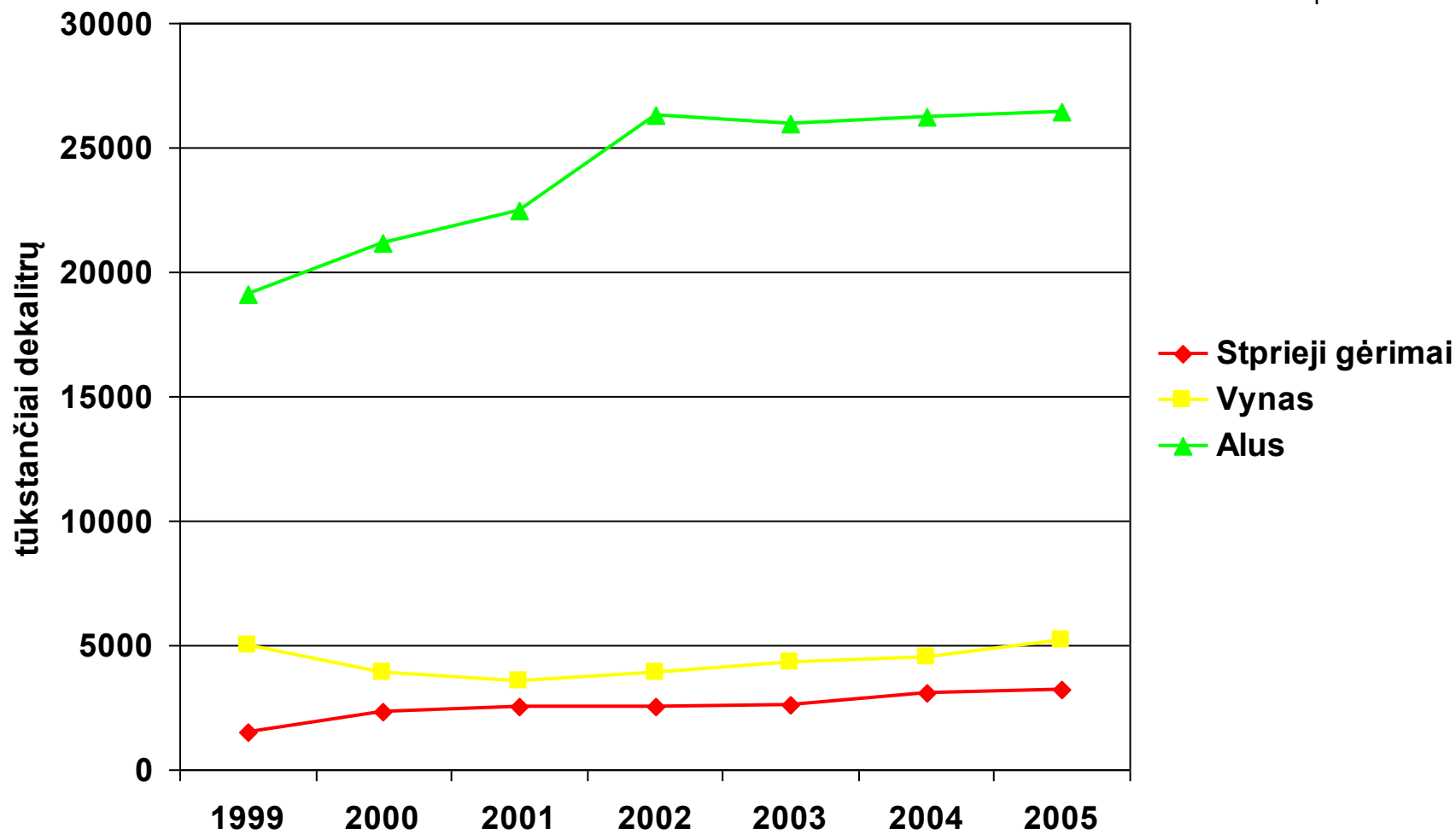
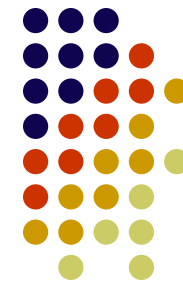
ESPAD tyrimo duomenys; 15–16 m. amžiaus moksleiviai, 10 ir daugiau kartų vartoję alkoholio per paskutines 30 dienų, procentais



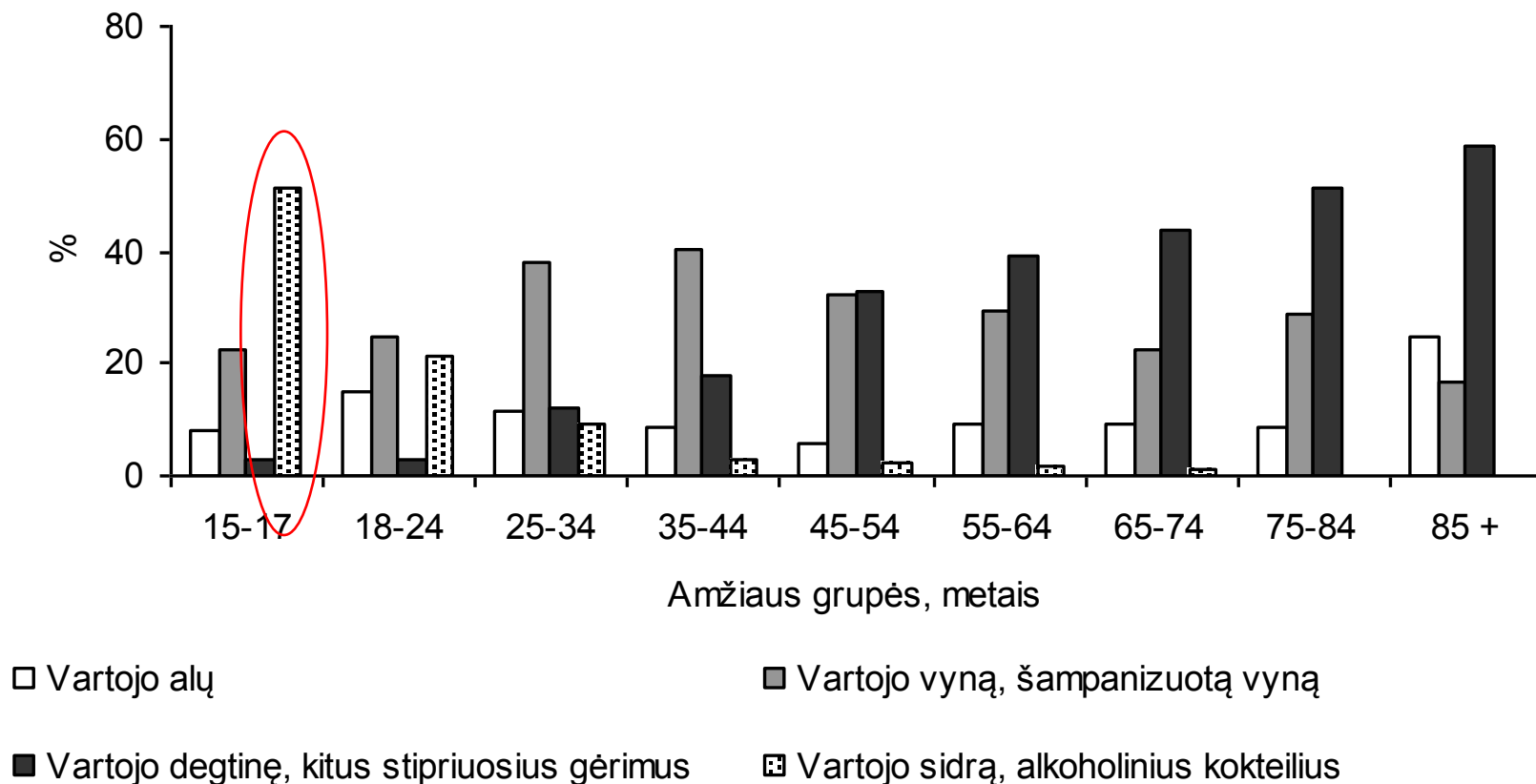
Alkoholio vartojimas Lietuvoje (15-16 m. abstinentų procentas)



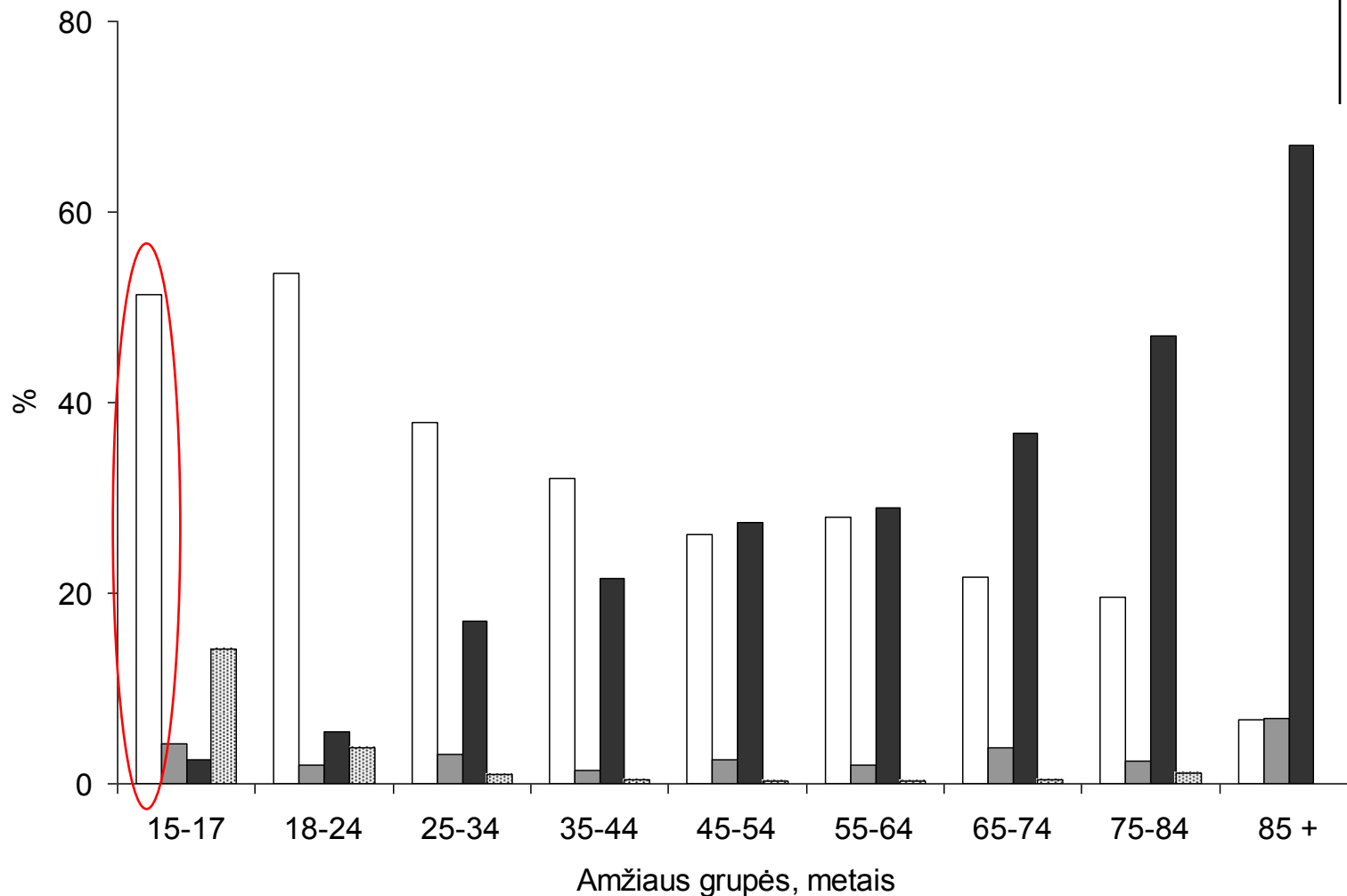
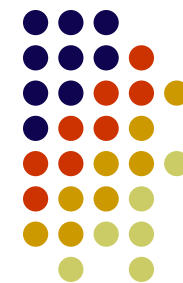
Alkoholinių gėrimų pardavimai



Moterų alkoholio vartojimo vieno epizodo metu vartota alkoholio rūšis (proc.) atsižvelgiant į amžių



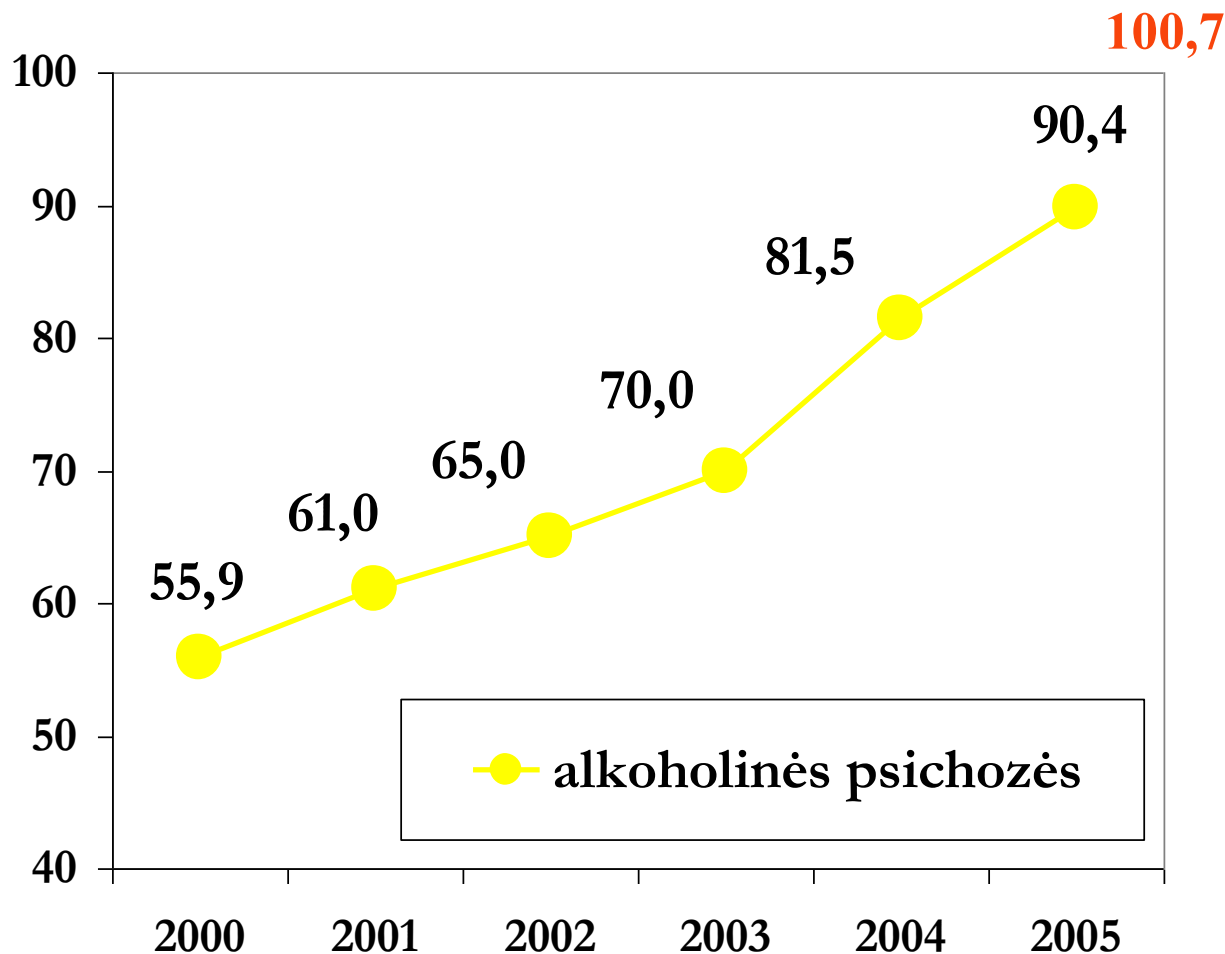
Vyrų alkoholio vartojimo vieno epizodo metu vartota alkoholio rūšis (proc.) atsižvelgiant į amžių



- Vartojo alų
- Vartojo degtinę, stiprius alkoholinius gėrimus
- Vartojo vyną, šampanizuotą vyną
- ▨ Vartojo sidrą, alkoholinius kokteilius



Psichikos ir elgesio sutrikimai vartojant alkoholį (skaičius 100 000 gyventojų)





- 2005 m., lyginant su 2000 m., mirusiųjų skaičius dėl išorinių priežasčių padidėjo beveik 9 procentais: daugiau žmonių sušalo (beveik 3 kartus), žuvo transporto įvykių metu (15,1 proc.), paskendo (7,7 proc.). *Pastebimai (apie 40 proc.) padaugėjo asmenų, mirusių dėl apsinuodijimo alkoholiu bei nuo alkoholio vartojimo sukeltų ligų.*



Mokslu pagrįstos kontrolės priemonės



Alkoholinių gėrimų kainos didinimas

Poveikio priemonė	Efektyvumas	Moksliniai įrodymai	Kultūriniai tyrimai	Kaina
Alkoholinių gėrimų mokesčiai	+++	+++	+++	Maža

Prieinamumo mažinimas



Poveikio priemonė	Efektyvumas	Moksliniai tyrimai	Kultūrinis tikrinimas	Kaina
Visiškas pardavimo draudimas	+++	+++	++	Didelė
Minimalaus amžiaus nustatymas	+++	+++	++	Maža
Valstybės pardavimo monopolis	+++	+++	++	Maža
Pardavimo laiko ribojimas	++	++	++	Maža
Pardavimo taškų ribojimas	++	+++	++	Maža
Skirtingo stiprumo gėrimų prieinamumo diferencijavimas	++	++	+	Maža

Švietimas



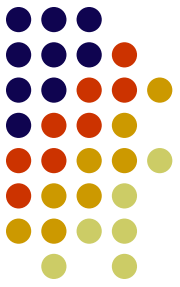
Poveikio priemonė	Efektyvumas	Moksliniai tyrimai	Kultūriniai tyrimai	Kaina
Mokymas mokyklose	O	+++	++	Didelė
Mokymas aukštosiose ir aukštesniosiose mokyklose	O	+	+	Didelė
Socialinė reklama	O	+++	++	Vidutinė
Įspėjamieji ženklai	O	+	+	Žema

Švietimas



- Būtinās sisteminis ir požiūris į jaunimo rizikingą elgseną ir sveikatos ugdymą, kuris turėtų tapti privaloma bendrojo lavinimo dalimi.

Alkoholio kontrolės įstatyme ir Valstybės alkoholio kontrolės programoje įvardinti kontrolės principai



- Riboti alkoholinių gėrimų pardavimo ir vartojimo skatinimą; remti laisvos nuo alkoholio gyvenamosios aplinkos planavimą; skatinti socialinės aplinkos be alkoholio kūrimą;



- Leista prekiauti alkoholiniais gėrimais 24 valandas per parą, leista prekyba degalinėse, sanatorijose, gyvenamuosiuose namuose.

Alkoholio kontrolės įstatyme ir Valstybės alkoholio kontrolės programoje įvardinti kontrolės principai



- Drausti priemones, skatinančias jaunimą pirkti ir vartoti alkoholinius gėrimus;



- Lietuvoje alkoholio reklamai išleidžiamos įspūdingos sumos – 363,6 mln. litų. Alus – viena dažniausiai reklamuojamų prekių.
- 75 proc. nepilnamečių nurodo, kad jie neturi problemų įsigydami alkoholį; nuolat pažeidinėjamos įstatymo nuostatos, reglamentuojančios reklamą; sidro ir alkoholinių kokteilių rinkodara orientuota į jaunimą; sąmoningai piktnaudžiaujama įstatymo spragomis:

“...reklama nelaikomi alkoholinius gėrimus gaminančių arba jais prekiaujančių įmonių registruoti pavadinimai (jei alkoholinių gėrimų gamintojo pavadinimas yra sudedamoji šių įmonių registruoto pavadinimo dalis)...”

Seimo kontrolieriaus tyrimas

(PAŽYMA DĖL SEIMO KONTROLIERIAUS INICIATYVA PRADĖTO TYRIMO 2007-01-09 Nr. 4D-2006/01-1070)



- **“Pagrindiniai alkoholio kontrolės politikos principai**, pavyzdžiui, mokesčiais mažinti alkoholinių gėrimų prieinamumą, riboti alkoholinių gėrimų pardavimo ir vartojimo skatinimą, drausti priemonės, skatinančias jaunimą pirkti ir vartoti alkoholinius gėrimus, **nėra įgyvendinami.**”
- “Alkoholio kontrolės įstatymo tikslas – mažinti bendrąjį alkoholio suvartojimą, jo prieinamumą, ypač nepilnamečiams, piktnaudžiavimą alkoholiu, jo daromą žalą sveikatai ir ūkiui. Tačiau Seimo kontrolierius daro išvadą, kad nors **alkoholio kontrolės įstatymas koreguojamas labai dažnai, tačiau ne į gerąją pusę: alkoholio reklama ir pardavimai tampa vis liberalesni, alkoholio vartojama vis daugiau, o neigiamos viso to pasekmės visuomenei - vis skaudesnės.** Ar tokioje aplinkoje žmogus gali jaustis saugus, o juk **Visuotinėje žmogaus teisių deklaracijoje nurodyta, kad kiekvienas turime teisę į gyvybę, laisvę ir asmens saugumą.** Seimo kontrolieriaus nuomone, įstatymas neveikia ta kryptimi, kuria turėtų. Reikalingi radikalūs sprendimai bei politinė valia, kadangi nesiėmę skubių priemonių, o galvodami tik apie ekonominį interesą, galime pažeisti ir taip trapų respublikos genofondą.”

Ar problema vaikuose?



- Ar vaikai susikūrė sau sąlygas, kuomet nuo jau mokykloje yra priversti gyventi nuolatinėje konkurencijoje ir dėl vis didėjančių krūvių tiesiog nebeturi laiko būti vaikais?
- Ar vaikai patys gamina, reklamuoja ir vieni kitiems pardavinėja alkoholį?
- Gal jie tiesiog mėgdžioja tėvų ir kitų suaugusiųjų elgesį kuomet nuolatinė įtampa, nuoširdaus bendravimo stoka, miego sutrikimai ir kitos problemos yra sprendžiamos svaiginantis.



***Kas šiuo metu yra norma?
Gerti ar negerti?***

Tradicijos

- Gerti visur, visada ir bet kokia proga

02/11/2006 0144

*Linkime
smagių ir skalsių
šv. Velykų!*
UAB
„Lietuviškas midus“


www.midus.lt

Per Velykas pavaisinkite savo draugus ir artimuosius gardžiais kiaulienos muštiniais su midaus ir greipfrutų padažu

• Muštiniai: 500 g kiaulienos nugarinės, 2 česnako skiltelių, 2 šaukštų aliejaus, maltų juodųjų pipirų, druskos.
• Padažai: 500 g greipfrutų, aitriosios paprikos, 5 šaukštų citrinų sulčių, 2 šaukštų vandens, 2 šaukštų sojų padažo, 3 šaukštų „Stakliškių“ midaus, 2 šaukštų žemės riešutų, metų. Puošti: salotų lapu, metų.

• Paruoškite visas sudedamąsias dalis.
Kiaulieną nuplaukite, supjaustykite ir pamuškite. Česnako skilteles sugrūskite. Muštinius pasudykite, pagardinkite juodaisiais pipirais ir česnakų gabalėliais. Aitriąją papriką suraišykite siaurais griežinėliais. Greipfrutus nuplaukite, padalinkite skiltelemis, kurias peržėkite pusiau. Metų lapelius sukapokite. Žemės riešutus sausai pakepinkite.

• Dabar imkitės kepimo.
Kiaulieną dėkite į karštą aliejų ir paskrudinkite iš abiejų pusių. Paskui mėsa išimkite iš keptuvės ir sumažinkite ugnį. Į tą patį aliejų suberkite aitriosios paprikos griežinėlius, minutę patroskinę nukelkite nuo ugnies ir sumaišykite su citrinų sultimis, vandeniu, sojų padažu ir midumi.
Keptuvę glazduokite ant ugnies. Į ją sudėkite greipfrutų skiltelių puseles, muštinius, paskaninkite šaukštu kapotų metų lapelių, riešutų ir rimaišykite. Minutę pakaitinkite, paskui, uždenę dangčiu, palikite dar truputį pastovėti.

• Patiekite ant šventinio stalo.
Lekštes išdokite salotų lapais, ant kurių sudėkite kiaulienos muštinius. Užpilkite midaus ir greipfrutų padažu, paruoškite metų šakelėmis.

Receptai šventiniam stalo kure
Darbštuolė



Tradīcijas



- Gamintis stiprų alkoholį
- Gerti tam, kad prisigerti (o vaikai geria tam, kad nusigerti)
- Gėrėtis tais, kurie gali išgerti daug alkoholio (išaugusi tolerancija alkoholiui)



- Mokyti gerti vaikus



Rugsėjo 1-oji be alkoholio

- "Dirbu ne pirmus metus. Galiu pasakyti, kad efektas didžiulis. Nėra ko lyginti su savaitgalio režimu, jau nekalbant apie ankstesnes Mokslo ir žinių šventes. Trūkdavo medikų, jie nespėdavo vykti į iškvietimus", - LŽ sakė Vilniaus GMP stoties pamainos vyresnioji gydytoja Irena Luneckienė.

Ačiū už dėmesį!

