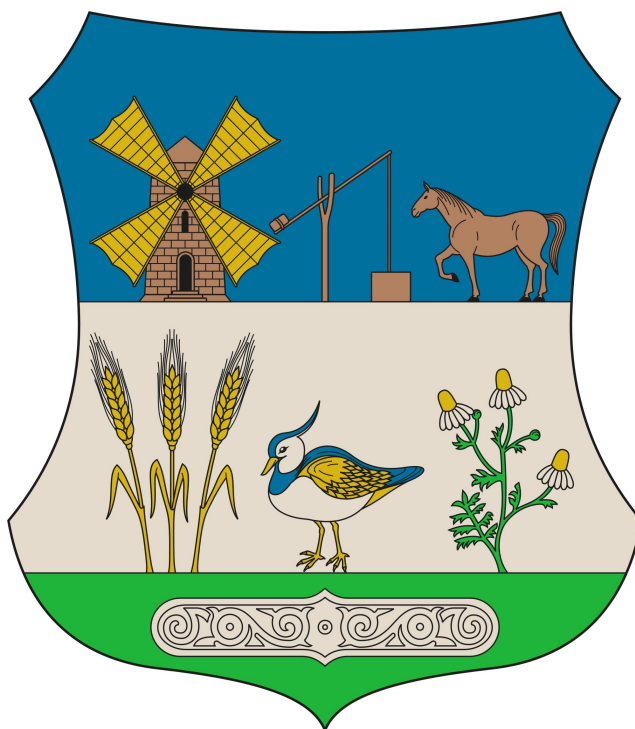


# SZÉKKUTAS KÖZSÉG EGÉSZSÉGTERVE 2012-2018.



2012.

***„Mindenkinnek joga van a testi és lelki egészséghez.”***

*- Magyarország Alaptörvénye, Szabadság és Felelősség XX. cikk (1) bekezdés -*

A települési egészségterv egy komplex programtervezet, amely a település lakossága életminőségének, életfeltételeinek javítását szolgálja, magában foglalva a kiinduló helyzet felmérését, a cselekvési terv kidolgozását.

Célja, a településen élők életminőségének, ezen belül is egészségi állapotuknak javítása, fejlesztése, közösségi erőforrások mozgósítása.

Az egészség az ember testi, lelki állapotának és szociális helyzetének egyensúlya.

## 1.) Általános bevezetés

Székkutas Község Önkormányzata nagy hangsúlyt fektet arra, hogy az egészségügyi ellátórendszer minél szélesebb körben hozzáférhetővé váljon a lakosság számára, és a népesség egészségi állapota is javuljon. Az Egészségterv hosszú távú célja, hogy emelkedjen a székkutasi lakosok egészségben eltöltött éveinek száma, és ezáltal életminősége. Ez egy hosszú folyamat, amelyben a lakosság egészségmagatartásának jelentős változáson kell átesnie ahhoz, hogy a XXI. század kihívásainak meg tudjon felelni.

## 2.) Székkutas község egészségképe, az állapotleírás

### 2.1.) A település bemutatása

Székkutas község Magyarország Dél-Alföld Régiójában, Csongrád megye középső részének keleti felén, Hódmezővásárhelyi Kistérségében fekszik. A kistérség a Körösök és a Maros folyó által lehatárolt Körös-Maros közti síkság területén helyezkedik el. A kistérség két kistáját, a Dél-Tisza völgyét és a Csongrádi-síkot érinti.

Székkutas területe: 12 398 ha. Népessége: 2355 fő. Tengerszint feletti magassága 80 és 101 méter közötti. Földjét a Körös, Maros és Tisza folyók áradmányai képezték. A határ felszíni talaját, az őskori növényvilág elkorhadt és folyton halmozódott iszapjával elegyedettnek találták. A kakasszéki és a Kútvölgyi-ér két oldala homokos természetű. A táj takarója viszonylag változatos. A határban van televény, de van szikes, agyagos és mésztartalmú rész is. A csernozjom talajtípusok a talajtakaró összfelületének nagyobb részét teszik ki. Ezen belül a legnagyobb területre agyagos vályog, vályog mechanikai összetételű, gyengén savanyú kémhatású, mélyben sós réti csernozjom talajok terjednek ki. A védett ártéren a humuszos öntéstalajok, a hullámtéri részen pedig nyers öntéstalajok a jellemzőek.

A falu területének éghajlata igen szeszélyes. A napi, illetve az évi hőmérsékleti értékek pozitív és negatív irányban is nagy kilengésűek. Az évi átlagos középhőmérséklet 18 °C. A vidéket korai tavaszodás, tartós forró nyár és hosszantartó meleg ősz jellemzi. A napsütéses órák száma megközelíti a 2100 órát, a legoptimálisabb napfényellátottságú területekhez tartozik. A terület csapadékellátottsága eléggé szűkös, a csapadék évi mennyisége 580 mm. A forró nyarakon vízhiány keletkezik, amelyet öntözéssel próbálnak enyhíteni. A tél enyhe, rövid, fagyos időszakok előfordulnak. Korai fagyok már októberben, késői fagyok még áprilisban is jelentkezhetnek. A téli napok száma kb. 28 nap. A falu területén a délnyugati-déli szelek a jellemzőek.

Székkutastól délkeletre földutakon járható be az egészen a kardoskúti rezervátumig elnyúló székkutasi vagy ficséri puszta. A pusztán, főleg a szikes foltokon terem – napjainkban is – a kamilla. Jelenleg is működik községünkben az ország egyik Herbária kirendeltsége, mely munkahelyteremtés szempontjából is igen fontos a helyieknek.

A község nevezetessége a Piroska-féle szélmalom, a Békéscsaba felé tartó vasútvonal túloldalán, az állomástól 750 méterre található, a 47-es főút mentén. Az 1920-as években, diák korában a faluban vendégeskedett Hugo Hartung (1902-1972), későbbi híres német író. Kutaspusztai élményeit örökítette meg az: *Ich denke oft an Pirotschka* (Gyakran gondolok Pirotskára) című regényében, amit 1954-ben írt meg. Mind a könyv, mind a belőle készült film világhírű lett. Hugo Hartung könyve az első és utolsó olyan mű a világirodalomban, amelynek története a kutasi pusztán és környékén játszódik.

A községtől hat kilométerre Orosháza felé található Kakasszék, mely közigazgatásilag Székkutas IV. kerülete. Az 1920-as években az akkor még mintegy 3 km hosszú kakasszéki Sziksóstó partjára üdülőházak és villák épültek.

Dr. Genersich Antal, kórházigazgató, főorvos felismerte és bebizonyította a víz gyógyhatását és a már meglévő bérelt ingatlanokban, elhelyezte a vásárhelyi Erzsébet kórház betegeit.

1930-1932-ben épült fel a kakasszéki szanatórium Szathmáry János tervei alapján.

A reuma- és mozgásszervi szanatórium jelenleg a Hódmezővásárhelyi Erzsébet Kórház reuma- és rehabilitációs osztályaként működik, a betegek nem csupán Hódmezővásárhelyről, hanem a környező városokból és falvakból is érkeznek.

Székkutas látnivalóinak részét képezi a neoromán Református templom, a neogótikus Római Katolikus templom, Kardoskúti-Fehér-tó, a Maczelka- és a Temesváry-kúria is.

## 2.2.) A település statisztikai adatai, elemzések

A rendelkezésre álló statisztikai adatok alapján megállapítható, hogy a hatvanas évek közepe óta Magyarország egészségi állapota romlik. Csongrád megye, ezen belül Székkutas lakosságának egészségi állapota kisebb eltérésekkel az országos helyzetet tükrözi.

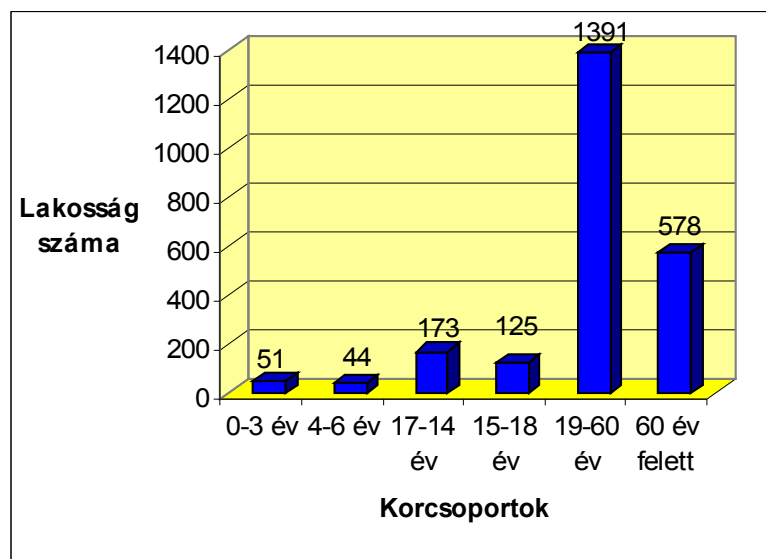
A **megbetegedési mutatók** az országos átlagnál rosszabbak a cukorbetegség, a magas vérnyomás, az ischaemiás szívbetegség, az asthma bronchiale, a hörgőrákos és a pszichiátriai megbetegedésekben. A **halálteki szerkezet** évek óta azonos, összességében a keringési rendszer és a daganatos megbetegedés dominanciája jellemző. Magas a dohányosok, az alkoholfüggők és az elhízottak száma. A születések száma stagnál, ezzel szemben magasabb az elhalálozások száma, így a település népessége – az országos és az európai mutatókhoz hasonlóan folyamatosan csökken.

Egészségtervünk megvalósításához, eredményeinek méréséhez halálozási, megbetegedési és egészségmagatartási adatok rendszerezett gyűjtése válik szükségessé települési szinten. Jelenleg ezek az adatok csak korlátozottan állnak rendelkezésre. Ebből adódóan, ha mérhető programot kívánunk működtetni, először a lakosság egészségi állapotát monitorozó rendszert kell kidolgozni, melynek főbb elemei: demográfiai, társadalmi, halandósági, megbetegedési és egészségmagatartási adatok, melyből elemzések készíthetők.

### 2.2.1) Demográfiai adatok

Székkutas népessége 2011. január 1-jén: 2.362 fő.

Megoszlását a következő diagram mutatja:



A népesség alakulását a természetes népmozgalom – az élve születések és halálozások – valamint az el- és bevándorlás befolyásolja. Az elvándorlás a fiatalabb korosztályra jellemző, melyet a munka és a megélhetés tesz szükségessé.

A településre való bevándorlás igen csekély mértékű.

A község demográfiai adottságai kedvezőtlenek, mind az élveszületési, mind a halálozási arányszámok tekintetében. A népesség kor összetételénél láthatjuk, hogy a gyermeklétszám csökken, az idősebb korosztály létszáma nő. Településünk az elöregedés felé tart.

#### A település lakónépességének korcsoport szerinti megoszlása:

KORCSOPORTOK	2006	2007	2008	2009	2010
0-3	64	53	48	53	51
4-6	64	66	60	51	44
7-14	211	189	185	175	173
15-18	143	144	137	175	125
19-60	1399	1401	1398	1400	1391
60 FELETT	609	610	609	607	578
ÖSSZESEN	2490	2463	2437	2461	2362

#### Születés és halálozás

	2006	2007	2008	2009	2010	Összesen
Születés (fő)	15	10	12	16	14	67
Halálozás (fő)	33	39	50	34	27	183

#### A lakosság iskolai végzettség szerinti megoszlása

Iskolai Végzettség	8 általánosnál kevesebb	Általános Iskola	Szakkun-kásképző	Gimnázium, Szakközépis-kola	Egyetem, Főiskola
Fő	12%	31%	26%	23%	8%

### 2.3.) Gazdasági környezet, foglalkoztatás, szociális helyzet

Székkutas mezőgazdasági jellegű település, ezen belül a növénytermesztés a jellemző, mely egyben a lakosság fő megélhetési formája. A mezőgazdasági őstermelők aránya magas. A Székkutasi Új Élet Mezőgazdasági Szövetkezet jelenleg 55 főnek ad munkát. A HERBÁRIA Gyógynövény Zrt. helyi üzemében 70 főt foglalkoztatnak. A harmadik legnagyobb munkáltató Székkutas Község Önkormányzata és intézményei. Településünkön az egyszemélyes vállalkozások a jellemzők, alkalmazottat igen kevesen foglalkoztatnak.

Községünkben is egyre magasabb a munkanélküliségi ráta, a munkalehetőségek csökkennek, az életszínvonal romlik. Nő azon családok aránya, ahol egyik szülő sem rendelkezik rendszeres jövedelemmel. Mindezek negatív hatással vannak az érintettek egészségi és mentális állapotára is. Nő a szorongásos és depressziós betegségekre való hajlam.

### 2.4.) A természetes és épített környezet

Székkutas 1950-től közigazgatásilag is önálló település. Az 1963-ban jóváhagyott községrendezési terv biztosította a faluközpont kialakítását. Kultúrház, óvoda, iskola, egészségház, ABC Áruház és sorházak épültek. A legnagyobb számú magánház építkezés a 70-es, 80-as évekre tehető. Napjainkban kevés új lakás épül.

Településünk kiterjedt külterülettel rendelkezik, 7 tanyai körzetre tagozódik. A lakások száma 1080 db. Belterületi 761 db, külterületi 319 db.

Vezetékes gázellátásba bekapcsolt lakások száma 628 db. Vezetékes ivóvízzel ellátott lakások száma 667 db. Szennyvízcsatornába bekapcsolt lakások száma 103 db.

A község részben közművesített. A villanykiépítettség a belterületen 100 %, ivóvízhálózat 99 %, a földgázvezeték 90 %-os mértékű.

Településünk a 47-es számú főút két oldalán épült, mely jó forgalmi adottságokat biztosít, valamint kedvező kapcsolatokat teremt a környező városokkal és községekkel. Az önkormányzati utak hossza 15 km, ebből 9,4 km burkolt, kiépített. Sajnos az utak állapota egyre romlik, településünkön 6 utcában nincs szilárd burkolat.

A külterületi utak megterhelése igen nagy, esős időszakokban szinte járhatatlanok. A járdák állapota részben kielégítő, sok helyen javításra, felújításra szorulnak. Falunkban 1400 méter hosszú kerékpárút van kiépítve. Az Orosháza, illetve Hódmezővásárhely felé történő bővítésére közeljövőben kerül sor.

A vasúti és autóbusz közlekedés a környező településekre biztosított. A kommunális hulladék elszállítása heti rendszerességgel történik az Orosházi Városüzemeltetési és Szolgáltató Zrt. által. Székkutas levegőminősége tiszta, megfelelő mind a fűtési, illetve nem fűtési időszakban. Ipari jellegű levegőszennyezés nem jellemző.

Az ivóvíz fluortartalma kevés, arzéntartalma magas. Az ivóvíz minőségének javítása érdekében településünk csatlakozott a Dél-alföldi Régió Ivóvízminőség- javító Programhoz.

## **2. 5.) Közbiztonság**

Székkutas lakosságának a biztonságérzetét leginkább a területen ismertté vált bűncselekmények, és egyéb jogsértő cselekmények nagyságrendje, összetétele befolyásolja.

A település közbiztonsága hosszú évek óta jónak, kielégítőnek értékelhető. A Hódmezővásárhelyi Rendőrkapitányság 2010. évi beszámolójából kiderül, a bűnügyi fertőzöttség viszonylag alacsony. Az ismertté vált bűncselekmények száma – a 2009. évhez viszonyítva – 54%-kal emelkedett, összesen 2725 deliktum került regisztrálásra. Ebből Székkutas község közigazgatási területén 56 bűncselekmény került regisztrálásra. A vagyoni elleni bűncselekmények száma 17-ről 26-ra nőtt, ugyanakkor fontos megemlíteni, hogy a lopások száma nem változott (7), de a betöréses lopás 5 esettel gyakrabban fordult elő, mint egy évvel korábban. A közrend elleni bűncselekmények száma pedig 6-ról 21-re növekedett, melynek hátterében a garázdaságok, a visszaélés kábítószerrel és a visszaélés lőfegyverrel vagy lőszerrel bűncselekmények számában bekövetkezett növekedés áll.

Megállapítható, hogy a személy elleni bűncselekmények szám 2-ről 4-re emelkedett, míg a közlekedési (2) és a gazdasági bűncselekmények (3) száma nem változott.

Az Egészségterv kialakításához készített felmérésből kiderült, hogy a helyi diákok (4-8. osztályig) 55,69 %-ban elégedettek a közbiztonságot illetően, míg a felnőttek közül a megkérdezettek 32,35 %-a.

## **2.6.) Intézmények, kulturális szolgáltatások, civil szervezetek**

Székkutason 1947-48-tól működik a Napközi-otthonos Óvoda. 2009. január 1-től kezdte meg működését a „Kismackó” családi napközi, mely nagy segítséget jelent azoknak a családoknak, ahol a szülőknek a gyermek 3 éves kora előtt lehetősége van a munkába való visszatérésre, vagy akár alkalmi állást vállalni. Az óvodában négy terem áll rendelkezésre a gyermekek befogadásához. Ellátásukról 6 óvónő és 3 dajka gondoskodik.

A 6-14 éves korosztály a nemrégiben felújított, korszerűsített Gregus Máté Általános Iskolában, a Hódmezővásárhelyi Többcélú Kistérségi Társulás Klauzál Gábor Általános Iskola és

Óvoda fenntartásában kezdte meg tanulmányait 2011 szeptemberében. 1-8 osztályig évfolyamonként 1-1 osztállyal folyik az oktatás. A diákoknak a tanuláson kívül lehetőségük van szakkörökre, sportrendezvényekre, táncoktatásra járni.

A falu központjában található Művelődési Ház ad teret az ünnepségeknek, kiállításoknak, falugyűléseknek, rendezvényeknek. Itt található a több mint 15000 kötetes könyvtár, ahol a kölcsönzés, olvasás mellett az e-Magyarország.hu Internetes szolgáltatást is igénybe lehet venni.

A Polgári Törvénykönyv 1987-es és 1993-as módosítása, és az egyesülési jogról szóló 1989. évi II. törvény garantálják az egyesülési jogot, és biztosítják az egyesületek, alapítványok létrehozásának lehetőségét.

„Az egyesülési jog mindenkit megillető alapvető szabadságjog, amelyet a Magyar Köztársaság elismer, és biztosítja annak zavartalan gyakorlását.” (Az egyesülési jogról szóló 1989. évi II. törvény 1.§)

Az egyesületeknek nagy szerepe van a község fejlődésében, átalakulásában. Tagjaik rendezvényeket szerveznek, különböző országos és megyei versenyekre járnak, így öregbítve településünk hírnevét. Jelenleg 6 bejegyzett, civil szervezet működik a községben. Számukra a Területi Gondozási Központ biztosít lehetőséget a rendszeres összefövetelre.

## **2.7.) Egészségügyi és szociális intézmények**

Feljegyzések alapján a Székkutas község területén élő lakosok egészségügyi alapellátása már több mint 100 éve biztosított. Kezdetben halottkémlést, himlőoltást, az iskolák közegészségügyi ellenőrzését végezték, továbbá ellátták a hatósági szegénybetegek gyógyítását is. 1948-ban a külterületi tisztiorvost egy helyi, vezető körzeti orvos váltotta fel. A növekvő megbetegedések következtében 1952-ben megindult a betegellátás és az orvosi munkakörök megosztása, a területet kettő körzetre osztották. Ez a megosztottság napjainkig is megmaradt.

Székkutas központjában a főútvonaltól néhány méter távolságra a Bem utca 1. szám alatt található az **Egészségház** épülete. Az intézmény 1985-ben épült, felújítása 2004-ben történt. Az épületben helyet kaptak a korábban a község különböző pontjain elhelyezkedő rendelők és a gyógyszertár.

Az egészségház területe 654 m<sup>2</sup>. Az épületben különálló gyógyszertár található 5 helyiséggel, valamint járóbeteg-szakellátás helyiségei 4 rendelő, 2 váró, 2 kezelő, 2 vizsgáló, 1 laboratórium, 7 közlekedő, 20 szociális helyiség.

### **Gyógyszertár**

A településen 1933 augusztusa óta működik gyógyszertár. Területe 185,45 m<sup>2</sup>. Az igényesen felszerelt gyógyszertár jelenleg vállalkozásban üzemel. A szolgáltatás minden hétköznapi igénybe vehető, ügyeletes patika a környező városokban található.

### **Háziorvosi rendelő**

A falu polgárainak egészségügyi alapellátását 2 fő háziorvos biztosítja. Az egyikük vállalkozóként látja el a feladatát. Az orvosok munkáját egy-egy fő asszisztens segíti.

Külön bejárattal rendelkezik a két háziorvosi körzeti rendelő. Az egyik körzethez 1513 fő, míg a másikhoz 749 fő bejelentett beteg tartozik.

A lakosság egészségi állapota egyre inkább romlik. A legutóbbi felmérés alapján a lakosság csupán 5%-a nem jelentkezett az orvosi rendelőben. Az orvoshoz fordulás gyakorisága: napi forgalom 30-45 fő.

### **Labor**

A két orvosi rendelő között helyezkedik el a laboratórium helyisége. Itt hetente egy alkalommal helyben történik vérvétel orvosi asszisztens közreműködésével. Vizsgálatra a vért Oroszára szállítják, így a székkutasiaknak nem kell vidékre utazniuk a vizsgálatért.

### **Fogorvosi rendelő**

A fogorvosi rendelő a házi orvosok rendelőjével együtt a községi Egészségházban található. A szolgáltatást a fogorvos vállalkozásban látja el, munkáját egy fő asszisztens segíti. Rendelési idő hetente kétszer, hétfőn és csütörtökön, keddenként iskolafogászatot végeznek. A leggyakoribb ellátás a fogtömés és a gyökérkezelés, a legsűrűbben jelentkező fogpanaszok a fogínygyulladás és a fogszuvasodás.

### **Család és nővédelmi tanácsadó**

Külön bejárattal rendelkezik a család és nővédelmi tanácsadó, régebbi nevén anya- gyermekvédelem, vagy köznyelven szerint a védő. A község területén 1 fő védőnő teljesít szolgálatot. Feladata többek között a családtervezéssel kapcsolatos tanácsadás, az anyaságra való felkészülés segítése, a várandós anyák gondozása, a gyermekágyas időszakban segítségnyújtás és tanácsadás az életmóddal, szoptatással kapcsolatban. Ellátja a 0-6 éves korú gyermekek gondozását, elvégzi a helyi oktatási intézményben a védőnői feladatokat, szűrővizsgálatokat. A diákok számára egészségformáló, életmód-alakító, nevelő hatású előadásokat szervez.

### **Fizioterápiás kezelő**

Az ellátás szintén az Egészségház épületében működik. A reumatológus javaslatára főleg a 40-59 éves, és a 60 év feletti korosztály veszi igénybe ezt a szolgáltatást. Az 1 fő fizioterápiás asszisztens elsősorban mozgásszervi betegek gondozását végzi reumatológiai szakrendelések felírása alapján. A fizioterápia tárgykörébe eső minden kezelést ellátnak helyben a Balneo terápia kivételével.

### **Területi Szociális Gondozási Központ**

Az intézmény szociális alapellátásokat biztosít a községben élő idős polgárok, illetve a szociálisan rászorultak részére. A szakmai feladatokat 4 dolgozó látja el: 2 gondozónő a házi segítségnyújtásban, 2 a nappali ellátásban és étkeztetésben vesz részt.

2011. július 1. napjától új szakfeladattal bővült az intézményi ellátás, bevezetésre került a tanyagondnoki szolgálat, melynek célja a külterületen élők körülményeinek javítása, az alapellátásokhoz, orvosi ellátáshoz való hozzájutás elősegítése, az izoláció elkerülése. A tanyagondnoki szolgálatot 1 fő férfi dolgozó látja el.

## **3.) A problématerkép megjelenítése, a cselekvési terv**

### **3.1.) A lakosság életmódjának jellemzése**

A településen élő közösség fő jellemzője a mozgásszegény életmód, az egészségtelen táplálkozás és a hiányos egészségkultúra.

A lakosság körében a legelterjedtebb sportág a kerékpározás és a futás, de többen járnak át a környező városokba úszni és teniszezni is. Létszámuk a helyi polgárok csupán 37%-a, az aktív sportolók 6%-a mellett.

Az óvodában jelenleg egy 3 hetes egészségmód projekt zajlik, melynek a mozgás is fontos részét képezi. Az általános iskolában minden osztály számára naponta tartanak testnevelés órát. A községben a sportolási lehetőségek többségének az 1958-ban épített sportpálya ad helyet.



Itt található a labdarúgó-, és kézilabdapálya, strandröplabda-pálya, tekepálya, salakpálya, a benti helyiségek között fellelhető egy kisebb tornaterem, valamint egy konditerem is.

A téli időszakban a diákok a Művelődési házban sportoltak gazdasági szempontok miatt. A sportpálya átalakítása, felújítása a községi önkormányzat legfőbb céljai között szerepel.

A felmérésből kiderült, hogy a fiatalok többsége görkorcsolyázni, kerékpározni, kézilabdázni, és focizni szeret, de kedvelik az iskola által szervezett sporttevékenységeket is, például az úszást.

Rohanó világunkban a közösségi rendezvényeknek még nagyobb a szerepük. A helyi lakosok – a civil szervezeteknek köszönhetően – többféle program között is választhatnak. A megkérdezettek a Mezi fesztivált, a Lovasnapot, a karácsonyi ünnepséget és a nemzeti ünnepekről való megemlékezéseket részesítik előnyben. Többen szorgalmaznák a színházi előadásokat, a mozit, valamint a sportágválasztó rendezvényt, mely nagy sikernek örvend a környező városokban (Hódmezővásárhely, Makó).

A kérdőívben a helyi szolgáltatások minőségére is kitértünk. A lakosok több mint 80%-a elégedett a Posta és a helyi takarékszövetkezet szolgáltatásaival, valamint az óvodai és iskolai ellátással. A tömegközlekedés és az élelmiszervásárlási lehetőségek esetében megoszlanak az arányok, és többen hiányolnak egy igényes, kulturált vendéglátó egységet is (cukrászda, étterem).

### **3.2.) A lakosság egészségi állapotát befolyásoló kockázati tényezők**

A lakosság egészségi állapotát, a születéskor és a további életkorokban várható átlagos élettartam hosszát, alapvetően befolyásolja az életmód, az életvitel. Egyes betegcsoportokban a betegségek kialakulásában az életmódnak, az ehhez kötődő kockázati tényezőknek meghatározó jelentősége van mind a halálozásban, mind a népességet érintő egészségkárosodásban. A rizikófaktorok közül a dohányzásnak kiemelkedő szerepe van a rosszindulatú daganatok, szív-koszorúér betegségek, tüdőbetegségek, valamint az érlelmeszesedés kialakulásában.

A **dohányzás** a legjelentősebb népegészségügyi súlyú életmódi tényező, ez okozza a legtöbb megbetegedést, halálesetet. Az életmódot befolyásoló elemek közül nincs még egy, amely önmagában ilyen nagy hatással lenne a halálozás és megbetegedés alakulására. A daganatok 25-30%-ának kialakulásában a dohányzás játszik szerepet. A dohányzó egyéneknél háromszor nagyobb valószínűséggel jelentkezik daganatos kórkép, mint a nem dohányzók esetén. A dohányzás a férfiak születéskor várható élettartamát 7,5, az alkohol 3 évvel rövidíti meg.

Az **alkoholfogyasztásnak** kiemelkedő szerepe van az idült májbetegségek, balesetek, öngyilkosságok, mentális és viselkedészavarok kialakulásában. A kritikus 35-64 éves férfinepesség körében a dohányzásnak a halálozásban 35%-ban, az alkoholfogyasztásnak 27%-ban van szerepe.

Az **elhízás** nemcsak a mozgásszervi, szív- és érrendszeri, hanem bizonyos daganatos megbetegedések keletkezésének valószínűségét is növeli.

Az elhízás, a mozgásszegény életmód, a dohányzás, és az alkoholfogyasztás együttes jelenléte növeli a kockázatát a vezető halálokok valamelyikének vagy halmozott kialakulásának.

A kérdőívekből kitűnt, hogy a diákok 26,58%-a már kipróbálta a cigarettát, 59,49%-uk pedig már fogyasztott alkoholt.

A megkérdezett felnőtt lakosok 29,4%-a dohányzik, és 50%-uk segítséggel le is szokna a „káros szenvedélyről”, ezért is lennének fontosak a községben a dohányzást megelőző, leszoktató programok.

### **3.3.) A lakosság általános egészségügyi helyzetképe**

Az elsődleges forrásból származó információk azok, amelyek az egészségterv elkészítéséhez

elsősorban hozzájárulnak, mivel felszínre kerülnek a közösséget érintő egészségügyi problémák, melyek főként a helytelen táplálkozással, és a mozgáshiánnyal kapcsolatosak.

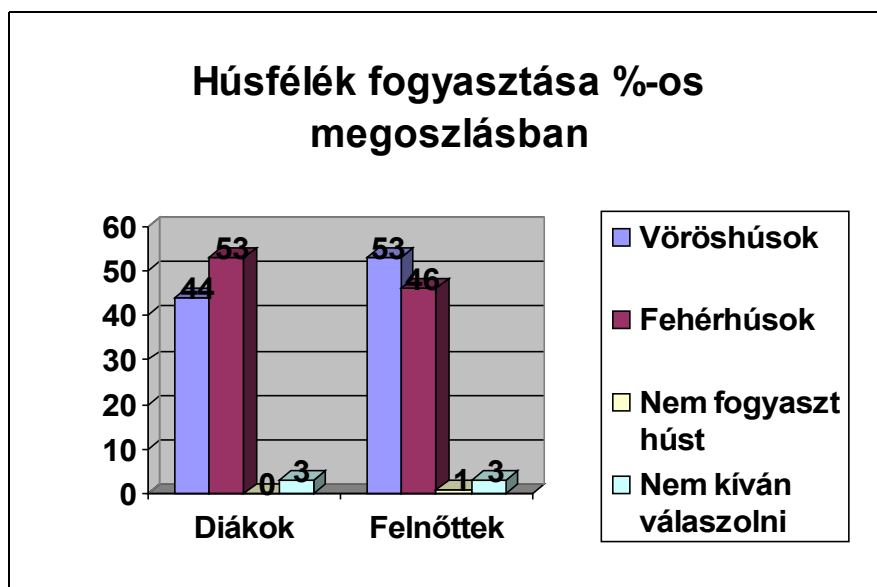
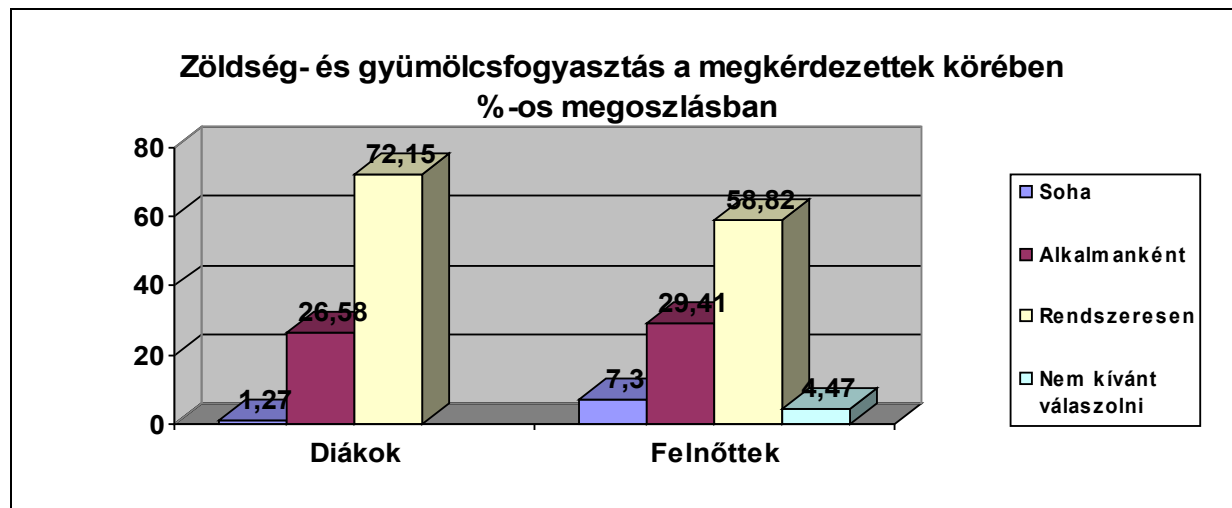
Az Egészségterv elkészítése során az a feladat, hogy megoldást találjunk a települést érintő aktuális egészséggel összefüggő problémákra.

A helyi állapotfelmérés adataira, sajátosságaira, vizsgálati összesítésekre, tanulmányokra, a statisztikára, illetve a székkutasi általános iskolásokra (4-8. osztály), azok családjára és a közösségi intézmények dolgozóira építve határoztuk meg a települési szinten elérendő célokat, és az azok elérése érdekében szükséges tennivalókat.

A **kérdőíves felmérés** során (147 darab) arra kaptunk választ, hogy milyen a községben élők egészségi állapota táplálkozás-, és mozgáskultúrájukat tekintve. Ennek megismerésével könnyebben felmérhető, illetve tervezhető a beavatkozási terv is.

### 3.3.1.) Táplálkozási szokások a kérdőívek alapján

A helytelen táplálkozás, a mozgáshiányos életmód káros hatásai nagyban hozzájárulnak a betegségek kialakulásához, a korai halálhoz. A lakosság egészségi állapotát meghatározó tényezőknek, a táplálkozási szokások és testmozgás felmérésének eredményeit mutatják be a következő ábrák:

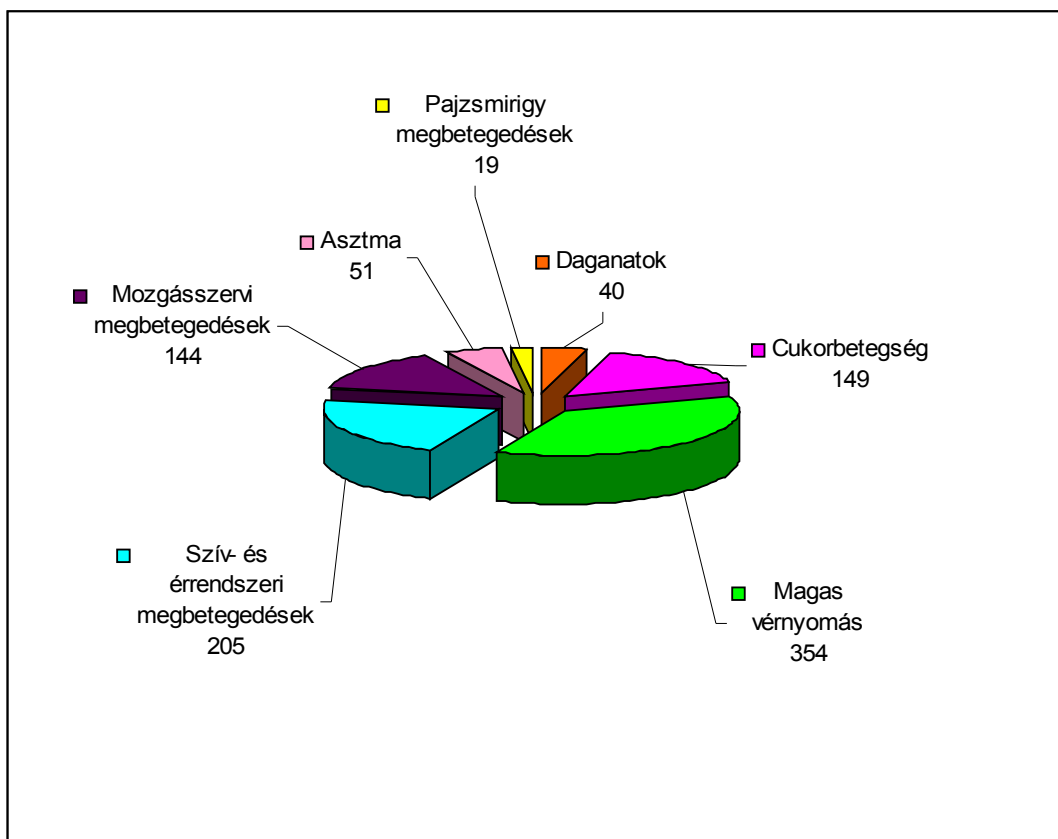


Megállapítható, hogy a kérdőívet kitöltő diákok 72,15%-a, a felnőttek 58,82%-a fogyaszt rendszeresen zöldséget, gyümölcsöt. Az eredménynek 100%-os értéket kellene mutatnia, így határozottan fontosnak mondható a rendszeres, napi szintű zöldség és gyümölcs fogyasztására való felhívás. A zöldségek mellett legalább olyan egészséges a hal, melyet a megkérdezettek alkalmanként fogyasztanak, és 1,9% azok csoportja, akik szinte soha. A vöröshúsokat (sertés, marha, birka stb.) még mindig többen választják, mint a fehéreket (csirke, pulyka). Több vizsgálati eredmény is alátámasztja, hogy a mediterrán étrend a helyes, ami sok zöldség, gyümölcs, fehérhús és növényi magvak fogyasztását jelenti. A vöröshúsok bőséges fogyasztásával egészségünkkel is fizethetünk.

A megfelelő táplálkozás mellett a mozgás is nagyon fontos. Míg a diákok rendszeresen (testnevelés órák keretében), úgy a kérdőívet kitöltő felnőttek 63,2%-a alkalmanként sportol. A legtöbben kerékpároznak, sétálnak, vagy aerobik foglalkozásokra járnak. A válaszadó lakosok a sportolási lehetőségek közül főként a teniszt, az úszást, a lovaglást és a röplabdázást hiányolják a településről.

A megbetegedési elemzések mutatói a háziiorvosi praxisok által gyűjtött adatokból állnak rendelkezésre. A monitorozás során pontos tájékoztatást kell kapnunk az új megbetegedésekről, melyek segítségével lehetőségünk van a lakosság egészségi állapotában bekövetkező változásokra mihamarabb reagálni, esetleg a tervet módosítani, vagy a megelőzés és gyógyítás prioritásait megváltoztatni.

A települést ellátó háziiorvosok statisztikai adatai alapján a leggyakoribb megbetegedések aránya a következő diagramon látható. (2011. évi statisztikai adatok)



A kérdőíves felmérés alapján megállapítható, hogy a lakosok közvetlen környezetében előforduló leggyakoribb megbetegedés a szív- és érrendszeri, majd a daganatos megbetegedés, illetve a cukorbetegség.

## A betegség környezeti okai

## Megoldási lehetőség

Cukorbetegség, szív- és érrendszeri-, mozgás szervi megbetegedések	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Egészségtelen táplálkozás, elhízás</li> <li>- A lakosság nagy része saját nevelésű háztáji állattartásból biztosítja a család részére a húst. Ebből adódóan elsősorban a főzéshez olaj helyett állati eredetű zsírt használnak, ehhez a táplálkozási szokáshoz a fiatalok és idősök egyaránt keveset mozognak, sportolnak.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tudatformálás, felvilágosítás</li> <li>- Egészséges táplálkozási lehetőségek megismertetése</li> <li>- Rendszeres sportolási lehetőség biztosítása</li> </ul>
Allergiás és légzőszervi betegségek	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Az egészséges ivóvíz hiánya, a csatornázottság alacsony mértéke.</li> <li>- A levegő minimális szennyezettsége, különösen téli időszakban, fűtési szezonban. Előfordul, hogy a hulladékokat a házi káczánokban, kályhákban égetik el.</li> <li>- Dohányzás</li> <li>- Vírusok, bakteriális fertőzések</li> <li>- Depresszió</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fokozottabb gazdálkodás</li> <li>- Csatornázás</li> <li>- Esetenként fűtőkorszerűsítés.</li> <li>- Felvilágosítás, tudatformálás</li> <li>- Dohányzást megelőző, és dohányzásról való leszoktatást támogató programok megvalósítása</li> </ul>
Magas vérnyomás	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Stressz</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Stresszkezelő, lelki egészség megőrzésére irányuló egészségfejlesztési programok</li> </ul>

Az egészség védelme, a betegségek megelőzése, a felvilágosítás és az egészségtudatos magatartás fejlesztése elengedhetetlen a székkutasi polgárok egészségi állapotának megőrzése és javítása érdekében. Azért, hogy az egészségnek, mint megőrzendő értéknek a jelentősége az emberek életében nőjön, prioritást kapjon, minden életkorban kiemelt figyelmet kell szentelni. Ezen célok végett került kidolgozásra Székkutas község „**Egészségterve**”, amely a felvilágosításra, a betegségek megelőzésére, az egészség megőrzésére és az egészséges életmód ösztönzésére helyezi a hangsúlyt a következő öt évben. A programok elemei között fellelhetők azok a már korábban elindított akciók, melyek a kitűzött célokat külön-külön is támogatják.

### 3.4.) Cselekvési terv

#### 3.4.1.) Szervezett oktatásban résztvevő gyermekek

Célcsoport: családi napközis, óvodás és általános iskolás gyermekek

A program jellege és időtartama: folyamatos és kampányszerű

Feladatok végrehajtásában részt vesznek: házi orvosok, testnevelő tanárok, fogorvos, védőnő

Feladatok: szűrések, oktatások, állandó és kampányszerű programszervezések

- A „Mindennapos testnevelés” és kapcsolódó programok folytatása
- Felmérések végzése annak érdekében, hogy teljesebb képet kaphassunk gyermekeink egészségi állapotáról
- Kiszűrt problémákról a szülők személyre szóló értesítést kapnak
- A további orvosi vizsgálatok szükségességének személyre szóló meghatározása és biztosítása
- A túlsúlyos gyermekek kezelése. Az elhízással kapcsolatos felvilágosítás mellett hangsúlyt kapna az egészséges táplálkozás és életmód témaköre, valamint a mindennapos testnevelés program mellett a különböző tömegsportok támogatása.
- A nem kötelező védőoltások népszerűsítése. Főként a HPV (Human Papilloma Virus) elleni oltás a 7. osztályos lányok körében, hiszen bizonyos esetekben az immunitás nem elég erős ahhoz, hogy megvédje őket. A méhnyakrák elleni oltóanyag stimulálja az immunrendszert, ezáltal biztosítva védelmet a HPV fertőzéssel szemben. Ahogyan a legtöbb védőoltás, ez is arra törekszik, hogy védettséget adjon a fertőzéssel szemben anélkül, hogy át kellene esni a betegségben, illetve annak tünetén.
- Tudatformáló, felvilágosító rendezvények, előadások, kiadványok, szóróanyagok a gyermekek részére. (mentálhigiénés foglalkozások, beszélgetések szervezése, egészségtudatos magatartás kialakítását célzó programok beindítása, serdülőkorúak számára felvilágosító előadások szervezése, tini klub szervezése, tini ambulancia)
- Baleset, dohányzás és drogrevenió folyamatos és kampányszerű szervezése

Cél:

- egészséges életmódra való nevelés elősegítése,
- egészséggel kapcsolatos attitűdök pozitív irányba történő változtatása,
- a gyermekek egészségi állapotának javítása
- az elhízott gyermekek számának csökkentése,
- dohányzó fiatalok számának csökkentése,
- alkoholt rendszeresen fogyasztó fiatalok számának csökkentése

**3.4.2.) A legnagyobb arányban előforduló betegségek megelőzése, visszaszorítása érdekében szervezett programok a lakosság körében, a 2012-2018. közötti időszakban**

**Az egészségmagatartást fejlesztő programok**

- egészségállapot felmérések
- egészségmagatartást fejlesztő tájékoztató programok

Célcsoport: teljes lakosság, korcsoportos formában

A program jellege és időtartama: folyamatos és kampányszerű

A feladatban részt vesznek: háziorvosok, szakorvos, gyógytornász

### **A mozgásszervi betegségek megelőzése, visszaszorítása**

A program célja:

- A mozgásszervi betegségek megelőzése.
- A mozgásszervi preventív szemlélet erősítése.
- A mozgásszervi betegségben szenvedők életminőségének javítása.

Programjavaslat:

- A gerincbetegségek, ízületi és porckopások ismeretátadása, népszerűsítése.
- A rendszeres mozgás szükségességének széleskörű terjesztése, tájékoztatással.
- A szabadidős sportolási lehetőségek elérhetőségének segítése, támogatása.

Kapcsolódó programok:

- az egészséges táplálkozás népszerűsítése, aktív testmozgást segítő programok

### **A mentális megbetegedésben szenvedőknek szóló program**

Célcsoport: mentális megbetegedésben szenvedők

A program jellege és időtartama: folyamatos és kampányszerű

A feladatban részt vesznek: háziorvosok, szakorvos, pszichológus

Programjavaslat:

- Mentális betegségekkel kapcsolatos előadások
- Mentálhigiénés tanácsadás szervezése

Cél:

- A mentális betegségek korai kiszűrése
- A mentális betegségekkel kapcsolatos sztereotípiák, előítéletek leépítése a köz-tudatban
- A mentális megbetegedésben szenvedők életminőségének javítása, szégyenér-zetének csökkentése

## **A daganatos betegségek megelőzésére, visszaszorítására szóló program**

### A program célja:

- A betegség okainak, tüneteinek széleskörű megismertetése.

### Programjavaslat:

- Előadások, szórólapok, plakátok, tájékoztató kiadványok a betegség megelőzéséről, korai felismeréséről, szűrővizsgálati lehetőségekről.
- A betegség elsődleges megelőzése az egészséges életmódra ösztönzéssel.

### Kapcsolódó programok:

- az egészséges táplálkozás népszerűsítése, a dohányzás, alkoholfogyasztás csökkentése, az egészséges környezet kialakítása

## **A lelki egészség védelmére, megőrzésére irányuló egészségfejlesztési és megelőző programok**

### A program célja:

- A lakosság számára használható ismeretek átadása a lelki egészség megőrzéséhez, megfelelő kapcsolatok kialakításához és a hatékony stresszkezeléshez.
- Az életvezetési kompetenciák, az öngondoskodás képességének fejlesztése.
- Lelki (mentális) betegségek megelőzése, a lakosság lelki egészségi állapotának, és életminőségének javítása, az egészségtudat fejlesztése, a lelki egészségnek, mint értéknek a felmutatása.
- A nem megfelelő légkör, mint stressz faktor megszüntetése, az ezt kiváltó konfliktusok és egyéb problémák orvoslása.

### Programjavaslat:

- A lakosság érzékenységének fokozása a mentális, pszichiátriai problémák korai felismerésében. (demonstrációs előadások, kiscsoportos foglalkozások tanácsadó vezetésével, szituációs gyakorlatok, kiselőadások)
- Az egészségfejlesztési programok integrált része a lelki egészség megőrzése, a betegség korai felismerése.
- jóga
- meditáció stb.

## **Nőknek szóló programok**

Célcsoport: nők

A program jellege és időtartama: kampányszerű

Feladatok végrehajtásában részt vesznek: háziorvosok, szakorvosok, védőnő

Programjavaslat:

- Szűrések, előadások, állandó és kampányszerű programszervezések.
- Egészségtudatos magatartásra nevelő rendezvények szervezése.
- Témakörök: egészséges táplálkozás, egészségtudatos magatartás, dohányzás, alkoholfogyasztás, baleset-megelőzés.

A hölgyeknek szóló egészségszűrés elemei:

- méhnyak szűrés
- emlőrák szűrés

Cél: szűrővizsgálatokon való részvétel növelése, igény szerint a szűrővizsgálatok kiterjesztése.

## **Férfiaknak szóló programok**

Célcsoport: férfiak

A program jellege és időtartama: kampányszerű

Feladatok végrehajtásában részt vesznek: háziorvosok, szakorvosok

Programjavaslat:

- Szűrések, előadások, állandó és kampányszerű programszervezések.
- Egészségtudatos magatartásra nevelő rendezvények szervezése.  
Témakörök: egészséges táplálkozás, egészségtudatos magatartás, dohányzás, alkoholfogyasztás, baleset-megelőzés.

A férfiaknak szóló egészségszűrés elemei:

- szív-, érrendszeri rendszeri betegségek szűrése
- anyagcsere betegségek szűrése



Cél: szűrővizsgálatokon való részvétel növelése, igény szerint a szűrővizsgálatok kiterjesztése.

### **Nyugdíjas korosztályt érintő programok**

Célcsoport: a nyugdíjasok

A program jellege és időtartama: folyamatos és kampányszerű

Feladatok végrehajtásában részt vesznek: házi orvosok, Területi Gondozási Központ, olvasókör, nyugdíjasklub

Programjavaslatok: Szűrések, előadások, állandó és kampányszerű programszervezések.

A program elemei:

– az időskori elmagányosodás, depressziót megelőző programok szervezése

Cél:

– egészségnevelés, különös tekintettel az időskori mentális zavarokra, táplálkozásra, mozgásra és a közösségi életbe való beilleszkedésre

– az időskori mentális zavarok előfordulásának csökkentése

– az időskorú lakosság egészségtudatos életmódjának elősegítése

– egészségügyi kulturáltság növelése

Székkutas, 2012. március 2.

Szél István  
polgármester