



НАЦИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР
ОБЩЕСТВЕННОГО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

ПОВЕДЕНИЕ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ОТНОШЕНИИ ЗДОРОВЬЯ HEALTH BEHAVIOR IN SCHOOL- AGED CHILDREN, HBSC РЕСПУБЛИКА КАЗАХСТАН 2018



В 2017-2018 учебном году Национальный Центр общественного здравоохранения при поддержке Министерства здравоохранения и Министерства образования и науки Республики Казахстан провел первое национальное исследование по изучению поведения школьников в отношении своего здоровья и благополучия с охватом всех регионов страны. Исследование основано на методологии международного исследования HBSC, проводимого в сотрудничестве с ВОЗ в 49 странах и регионах Европы и Северной Америки.

HBSC является источником информации о состоянии здоровья и благополучии, социальных условиях и поведении, способствующем здоровью, среди 11-, 13- и 15-летних мальчиков и девочек.

В Республике Казахстан в опросе приняли участие 6546 школьников из 110 общеобразовательных школ.

Целью исследования является изучение показателей здоровья и благополучия, образа жизни, форм поведения 11-, 13-, 15-летних подростков Республики Казахстан как основы для мониторинга и влияния на политику, программы и меры по укреплению здоровья и повышению знаний и навыков в отношении здоровья молодых людей.

ОСНОВНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

СЕМЬЯ И СВЕРСТНИКИ

- Казахстанским детям и подросткам легко общаться с матерью (93%) и отцом (81%), но к 15 годам качество общения с родителями ухудшается.
- Большинство мальчиков и девочек ощущают высокую поддержку со стороны семьи (81%) и сверстников (64%), с возрастом этот показатель снижается. Восприятие высокой поддержки со стороны семьи выше среди девочек.

ЭЛЕКТРОННЫЕ СРЕДСТВА КОММУНИКАЦИЙ

- 71% школьников являются умеренными пользователями электронных средств коммуникаций (далее - ЭСК), по мере взросления частота использования ЭСК возрастает.
- Среди девочек больше умеренных пользователей, а среди мальчиков больше интенсивных пользователей ЭСК.
- 7% детей и подростков являются проблемными пользователями социальных сетей. 33% школьников предпочитает общение онлайн личному общению лицом к лицу для раскрытия своих переживаний и чувств.

ШКОЛА

- Детям 11 лет очень нравится школа (55%), они чувствуют высокую поддержку со стороны учителей (82%) и одноклассников (70%).
- По мере взросления уменьшаются доли подростков, которым школа очень нравится (с 55% в 11 лет до 33% в 15 лет), которые отмечают высокую поддержку учителей (с 82% в 11 лет до 63% в 15 лет) и одноклассников (с 70% в 11 лет до 61% в 15 лет).

- Не более одной пятой детей чувствуют тяжесть школьной нагрузки, ее восприятие увеличивается среди девочек с возрастом.
- Мальчики в 11 лет в меньшей степени ощущают высокую поддержку со стороны учителей, по сравнению с девочками того же возраста.

ПОКАЗАТЕЛИ ЗДОРОВЬЯ

- 58% детей и подростков 11-15 лет считают свое здоровье отличным. По мере взросления данный показатель уменьшается с 65% в 11 лет до 49% к 15 годам. Девочки реже сообщают об отличном здоровье по сравнению с мальчиками.
- 90% школьников сообщают о высоком уровне удовлетворенности жизнью.
- 25% подростков сообщают о множественных жалобах на здоровье. Девочки 15 лет (32%) чаще сообщают о наличии жалоб на здоровье чаще одного раза в неделю по сравнению с мальчиками того же возраста (19%).
- 81% детей 11-15 лет имеет хорошее психическое здоровье/благополучие. Каждый пятый ребенок и подросток сообщает о симптомах депрессии, требующих дальнейшей диагностики.
- Распространенность травматизма выше среди мальчиков. Каждый третий мальчик и каждая пятая девочка получали не менее одной травмы, потребовавшей медицинской помощи, в течение последних 12 месяцев.
- Избыточный вес или ожирение выявлен у 16,3% мальчиков и 8,2% девочек 11 лет. С возрастом данный показатель снижается среди мальчиков к 15 годам. Распространенность избыточной массы тела и ожирения значимо выше среди мальчиков 11 лет по сравнению с девочками.

ПИТАНИЕ И ГИГИЕНА ПОЛОСТИ РТА

- 63% школьников ежедневно завтракают. По мере взросления девочки чаще пропускают завтрак, частота ежедневного завтрака снижается среди них с 11 до 15 лет с 70% до 52%. К 15 годам доля мальчиков, которые завтракают каждый день, выше, чем доля девочек, не пропускающих завтраки.
- Только 38% детей и подростков ежедневно употребляют фрукты, и 43%- употребляют овощи на регулярной основе. К 15 годам уменьшается ежедневное употребление фруктов среди подростков (33%).
- Ежедневно употребляют газированные напитки, содержащие сахар, 17 % детей и подростков. Значимые гендерные различия в ежедневном употреблении данных напитков выявлены среди мальчиков 11 лет (18%) по сравнению с девочками-ровесниками (13%).
- Более половины респондентов (60%) еженедельно употребляют колу и другие напитки, содержащие сахар, при этом мальчики существенно чаще сообщают о еженедельном употреблении данных напитков.
- Ежедневное употребление конфет и шоколада наиболее распространено среди 13-летних подростков (30%).
- 93% детей и подростков ежедневно регулярно принимают пищу вместе с семьей.
- Только 49% школьников чистят зубы два и более раз в день, больше девочек (54%) по сравнению с мальчиками (45%).

ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ И МАЛОПОДВИЖНОЕ ПОВЕДЕНИЕ

- Рекомендованные уровни ежедневной физической активности выявлены среди 34% детей и подростков. Данный показатель снижается с возрастом, что особенно значимо для 15 девочек, среди которых только 27% ежедневно физически активны не менее 60 минут. В целом, мальчики ежедневно физически активнее.
- 52% мальчиков и значительно меньше девочек (36%) 4-6 раз в неделю занимаются физической активностью высокой интенсивности.
- Распространенность данного вида физической активности снижается от 11 лет к 15 годам среди девочек на 13%. Мальчики 15 лет более активны в отношении высокоинтенсивной физической нагрузки по сравнению с девочками.

- Два часа и более в будний день проводят перед телеэкранами 46% школьников, подобное малоподвижное поведение увеличивается с возрастом. Мальчики 11-13 лет чаще проводят время у телевизоров, а к 15 годам различия по полу сокращаются.
- Времяпровождение за компьютерными играми два часа и более в будний день наиболее популярно среди мальчиков (33%). Распространенность данного поведения увеличивается с возрастом, как среди мальчиков, так и среди девочек.
- Просмотр электронных устройств, таких как компьютеры, смартфоны, планшеты с целью выполнения домашнего задания, просмотра интернета и социальных сетей занимает два и более часа в будний день у 19% детей 11 лет и 41% детей 15 лет. У девочек к 15 годам подобное малоподвижное поведение существенно возрастает (44%).
- Ежедневная физическая активность не менее 60 минут для мальчиков и девочек, а также ограничение времени просмотра экранов телевизоров и других устройств среди девочек способствуют хорошему психическому благополучию подростков Казахстана.

РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ

- Когда-либо вступали в сексуальные отношения 14% мальчиков и 1% девочек 15 летнего возраста. 70 % мальчиков и 25% девочек сообщили об использовании презерватива во время последнего полового сношения.
- Об использовании противозачаточных таблеток во время последнего полового сношения сообщили 18% мальчиков и 25% девочек.

УПОТРЕБЛЕНИЕ ТАБАКА, АЛКОГОЛЯ И КОНОПЛИ

- Доля подростков, которые когда-либо курили сигареты на протяжении жизни, увеличивается в три раза с возрастом (с 11 лет к 15 годам) как среди мальчиков (с 3% до 10%), так и среди девочек (с 2% до 6%). Среди мальчиков частота курения сигарет выше в 13 и 15 летнем возрасте.
- Опыт недавнего курения сигарет, то есть курения за последние 30 дней 1-2 дня и более, увеличивается с возрастом, в частности, среди мальчиков увеличивается практически в три раза с 2% в 11 лет до 7% в 15 лет.
- Ежедневные курильщики табака среди 11 и 13 летних школьников составляют 2%. В 15 летнем возрасте 5% мальчиков и 1% девочек сообщают о ежедневном курении табака.
- По мере взросления, к 13 и 15 годам, значительно увеличивается доля подростков, употребляющих электронные сигареты. В 15 лет 14% мальчиков и 6% девочек сообщили, что употребляли электронные сигареты 1-2 дня и более на протяжении жизни.
- Недавнее употребление электронных сигарет (нынешние потребители) составило 7% среди мальчиков и 2% среди девочек в 15 лет.
- Уровень употребления алкогольных напитков среди респондентов увеличивается с возрастом. Употребляли алкоголь 1-2 дня и более в жизни 8% мальчиков и 7% девочек 15 лет, а о недавнем употреблении алкоголя сообщили 4% мальчиков и 3% девочек.
- В возрасте между 13 и 15 лет распространенность опыта опьянения значительно возрастает как среди мальчиков, так и среди девочек, достигая 6% среди мальчиков и 5% среди девочек к 15 годам (опыт опьянения на протяжении жизни). Среди мальчиков в возрасте 15 лет распространенность случаев недавнего опьянения несколько выше по сравнению с девочками.
- Хотя бы раз в жизни пробовали коноплю 2% подростков 15 лет, недавнее употребление отметили 1% подростков 15 лет. Мальчики чаще, чем девочки сообщают об употреблении конопли 1-2 дня и более на протяжении жизни.

ДРАКИ, БУЛЛИНГ И КИБЕРБУЛЛИНГ

- Участвовали в драках три и более раз 13% мальчиков и 3% девочек. Более чем треть мальчиков и каждая десятая девочка имеют опыт участия в драках, по крайней мере, один раз. При этом наибольшая частота драк отмечается среди мальчиков в 13 лет с некоторым снижением к 15 годам. Мальчики во всех возрастных группах чаще участвуют в драках.

- Жертвами буллинга в школе, по крайней мере, один раз и более становились каждый пятый подросток в 11 и 13 лет, каждый десятый подросток в 15 лет. Среди мальчиков данный показатель статистически значимо снижается к 15 годам (14%).
- Участвовали в буллинге других людей в школе не менее 2-3 раз в месяц за последние 2 месяца 8,3% детей и подростков. Подобное поведение больше характерно среди 11-летних мальчиков (13%) с тенденцией к уменьшению по мере взросления.
- По крайней мере один раз участвовали в буллинге других людей 20% подростков, этот показатель выше среди мальчиков 11 и 13 лет по сравнению с девочками.
- Кибербуллинг менее распространен, чем буллинг. В целом, 5% подростков являлись жертвами кибербуллинга или сами принимали участие в кибербуллинге других людей 2-3 раза и более в месяц. Данный показатель встречается чаще среди мальчиков по мере взросления. Хотя бы один раз подвергались кибербуллингу 12% подростков.

ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ-МИГРАНТОВ

- Дети-мигранты и дети, родившиеся в Казахстане, имеют одинаково высокую удовлетворенность жизнью, схожие показатели имеются по жалобам на здоровье и по самооценке здоровья. Однако среди школьников-мигрантов первого поколения выше распространенность употребления электронных сигарет и алкоголя, хуже показатели психического здоровья, буллинга и кибербуллинга по сравнению с подростками мигрантами второго поколения и неиммигрантами.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Результаты исследования выявляют национальные гендерные и возрастные различия в показателях здоровья и благополучия подростков.

При разработке мероприятий по охране здоровья подростков необходимо обращать внимание на работу в плане улучшения коммуникаций в семье по мере взросления, укрепления благоприятной школьной среды, обучения важности гигиены полости рта, особенно среди мальчиков и важности ежедневных завтраков среди девочек, формированию навыков здорового питания.

Следует обратить внимание на привлечение девочек к ежедневным физическим нагрузкам и в целом стимулировать физически активную деятельность и занятия спортом как фактора, укрепляющего соматическое и психическое здоровье.

Необходимы оздоровительные мероприятия по сокращению приобщения подростков к курению и употреблению электронных сигарет, потреблению конопли с акцентом на мальчиков, а также по профилактике употребления алкоголя, как среди мальчиков, так и девочек.

Требуется улучшить обучение и консультирование подростков по вопросам сексуального и репродуктивного здоровья.

Стратегии по улучшению психического здоровья, психологического климата и адаптации в семье, школе и сообществе необходимы для сокращения рискованного поведения, буллинга и кибербуллинга среди подростков.

Таким образом, разрабатываемые в Казахстане стратегии и вмешательства в отношении здоровья и благополучия детей и подростков должны учитывать разные возрастные группы, гендер, социальное взаимодействие и семейную, школьную и культурную среду обитания.

Абдрахманова Ш.З., Адаева А.А., Слажнева Т.И. Факторы, формирующие здоровье и благополучие детей и подростков Казахстана. Основные результаты исследования «Поведение детей школьного возраста в отношении здоровья» в Республике Казахстан, 2018. Национальный центр общественного здравоохранения МЗ РК, 2019г.

Тиражирование осуществлено при финансовой поддержке Европейского регионального бюро Всемирной организации здравоохранения