

шение на тютюнопушенето. Увеличена е средната възраст на пропушване от 12.4 години на 13.4 години. Намален е дялът на пушачите с 9.3%, а на редовните пушачи – с 6.4%. Установява се намаление на дела на умерените и свръхинтензивни пушачи за сметка на интензивните пушачи. Нараснал е с 4% дялът на учениците, които искат да се откажат от тютюнопушенето.

**Консумация на алкохол.** Нараснала е слабо средната възраст на първи прием на алкохол от 11.4 години на 12.7 години. Намален е относителният дял на учениците, консумиращи алкохол с 9.4% и с 3.2% на тези, които го употребяват всеки ден. Намалено е средното количество алкохол, консумирано на отделен случай съответно: от 2.4 бутилки бира на 1.7; от 238.8 мл вино на 142.8 мл; от 166.6 мл концентрат на 116.3 мл. Намален е с 4.9% относителният дял на учениците, злоупотребили с алкохола над 10 пъти годишно.

**Ниво на артериалното налягане и ИТМ.** С 9.5% е намален дялът на учениците с високо нормално артериално налягане, а също и на тези с хипертонични стойности на артериалното налягане (съответно с 13% при момчетата и с 2.9% при момичетата). С 8.8% е нараснал дялът на учениците с наднормена телесна маса и затлъстяване, по-значимо при момичетата в сравнение с момчетата (съответно 10.2% срещу 7.5%).

**Здравни знания, умения и навици за здравословен начин на живот.** Нараснал е с 4.6% дялът на анкетираните, които смятат, че вкусът на храната не е по-важен от последиците ѝ върху здравето, а също и на тези, които отричат наследствеността, като главна причина за затлъстяването. Запазва се високият относителен дял на учениците, които смятат, че нашият народ консумира твърде много мазнини, тестени и захарни изделия; чрез здравословно хранене може да бъдат предотвратени редица болести; физическите упражнения укрепват здравето, а тютюнопушенето и консумацията на алкохол му вредят. Нездравословният начин на живот продължава да се посочва от анкетираните, като основна причина за заболяванията, а здравословното хранене заема първо място сред факторите, укрепващи здравето.

**Самооценка на здравето.** Запазен е дялът на учениците, оценили здравето си като много добро, добро, задоволително и лошо. Намален е дялът на учениците с ежедневни оплаквания от главоболие, раздразнителност, болки в гърба и лесна умора. Леко нарастване има на показателите, свързани с оплаквания от: безсъние, световъртеж, сърцебиене, недостиг на въздух. С 11.5% е намален дялът на анкетираните, които смятат, че се хранят нездравословно, а също и на тези, които определят физическата си активност като ниска. Запазват се показателите за самооценка на нивото на артериалното

налягане. Нарастване с 4.3% се установява в преценката на учениците по отношение на наднорменото тегло.

Може да се твърди, че са настъпили *положителни промени* в режима на хранене и честотата на консумация на хранителни продукти и напитки. Нараснал е дялът на учениците, които ежедневно се занимават със спорт или друга физическа дейност, увеличена е продължителността на тяхното извършване. Намалено е тютюнопушенето, а също и броят на изпушваните цигари. Намалена е употребата на алкохол, независимо от вида му, а също и на средното количество, приемано на отделен случай, намалена е злоупотребата с алкохол.

По отношение на биологичните фактори на риска за здравето се отчита подобряване на показателите за ниво на артериално налягане на учениците – намален е дялът на децата с високо нормално и повишено артериално налягане.

Тревожен остава проблемът обаче, с наднормената телесна маса и затлъстяването както при момчетата, така и при момичетата. Техният дял е нараснал през годините, което налага активиране на дейностите за промоция и профилактика в тази насока през следващия 5-годишен етап от развитието на програмата.

### Заклучение

Успешното развитие на програмата “Здрави деца в здрави семейства” доказва, че политиката и стратегиите на СИНДИ в областта на профилактиката на хроничните незаразни болести при децата са правилни и дават резултат. Намаляването на нивото на факторите на риска за здравето сред тях ще намали риска от развитие на тези болести в по-зряла възраст. Трябва да се отбележи, че тези резултати са постигнати в трудни условия на недостиг на средства и ресурси. Постигнати са благодарение на опита, високия професионализъм и всеотдайност на екипите на СИНДИ, подкрепата на общините и общинските съвети, обществените коалиции за здраве и партньорите, и разбира най-вече на самите деца и техните семейства.

### Библиография

1. Цолова Г., Н. Василевски, П. Димитров, А. Манолова. Изследване на факторите на риска за хронични неинфекциозни болести сред ученици в зоните на СИНДИ, Бълг. сп. за обществено здраве, т. 2, 3(2), 2010.
2. Сравнителен анализ на резултатите от изследванията за носителство на основните фактори на риска за здравето на учениците на възраст 14-18 години във В. Търново. Достъпно на: <http://www.riokoz-vt.com/>
3. Цолова Г., М. Николова. Анализ на данните от изследването за носителство на фактори на риска за здравето сред ученици на възраст 14-18 г. Здрави деца в здрави семейства, програма СИНДИ, 2013.

### Автори

доц. д-р Г. Цолова, проф. д-р Пламен Димитров, НЦОЗА, София, тел: 8056 201, e-mail: gal@ncpha.government.bg  
Н. Василевски



### Почина д-р Иван Герджиков на 70 години

Иван Иванов Герджиков е роден на 15 май 1945 г. в София. Завършва ВМИ София през 1969 г. Работи последователно като психиатър в Междоокръжната психиатрична болница в Карлуково, Центъра за профилактика и лечение на алкохолизъм и наркомании в Суходол, Четвърта клиника на Катедрата по психиатрия на Медицинската академия в София, Студентската поликлиника в София, Психиатричния диспансер в Добрич и психиатричната болница в Карвуна, директор на Държавната

психиатрична болница „Св. Иван Рилски“ в Нови Искър (1993- 2009). Експерт е по психично здраве към МЗ, един от основателите на Българската психиатрична асоциация, участва в реорганизацията на стационарната психиатрична помощ, разработването на стандарта по психиатрия, програмата „Защитени жилища“ и други документи по психиатричното здравеопазване. Колегите, работили с д-р Иван Герджиков, ще го запомнят с ангажираността му към развитието на професията, със заразяващото чувство за хумор, оптимизъм и готовност за подкрепа.

**Почивай в мир, Иване!**

от Редколегията на сп. “Социална медицина”

### IN MEMORIAM