

Zpráva o realizaci preventivního programu onkologické prevence pro střední školy pod názvem programu „Zdravé koule“

Pořádající organizace:

Krajská hygienická stanice Pardubického kraje a Státní zdravotní ústav Praha ve spolupráci s Fakultou zdravotnických studií Univerzity Pardubice

Místo a čas realizace: Pardubice, 7. 9 - 9. 9. 2016

Zúčastněné školy: Střední průmyslová škola chemická, Střední škola potravinářská a služeb.

Cílová skupina: 126 chlapců a dívek ve věku 17 -19 let, z toho 65 dívek, 59 chlapců, 2 neuvedeno (hodnocení proběhlo formou dotazníku)

Třídenní program onkologické prevence, zaměřený na problematiku nádorů prsu a varlat, jsme zahájili seminářem pro budoucí lektory z řad studentů magisterského studijního programu Ošetřovatelství. Záměrem školení „peerů“ bylo zaučit studentky zdravotnického oboru pro zdravotně výchovnou edukaci způsobem, který budou moci jako zdravotníci dále využít ve své budoucí praxi. Kromě toho, že si studentky samy ještě lépe osvojily techniku samovyšetřování, byly pro mladší vrstevníky z řad studentů středních škol dobrým osobním příkladem.

Programový cíl byl mladé lidi informovat o výskytu nádorů, o jejich závažnosti, možnostech prevence a způsobech, jak čelit pozdnímu zachytu nádoru. Vždyť nádorové onemocnění se může týkat opravdu každého z nás! Přestože některé rizikové faktory neovlivníme, je velká šance, že při správné technice sebevyšetření odhalíme případné změny ve tkáni dřív než dojde k závažným důsledkům nádorového bujení. Stanovené priority programu byly přesvědčit co nejvíce mladých lidí o nutnosti samovyšetřování a možnosti nainstalovat si do mobilního telefonu připomínkač samovyšetření. K dispozici jsou mobilní aplikace pod názvy „Ruce na prsa“ a „Hlídač koulí“, které jsou ke stažení zdarma.

Dotazníkem, který vyplňovali účastníci programu bezprostředně před zahájením akce a po akci, jsme zjistili, že o mobilních aplikacích dosud nevědělo 94 % dívek a 87 % chlapců.

Neodmyslitelnou součástí programu však bylo připomenout dospívajícím také význam zdravého životního stylu s akcentem na prokázané příčinné souvislosti k danému typu onemocnění. Nejen proto byl edukační program doplněn o pohybovou aktivitu v prevenci obezity, prevenci stresu, nadměrného užívání návykových látek, atd.

Program probíhal na třech stanovištích po skupinách do 10 osob v časovém rozpětí dvou vyučovacích hodin. Po krátkém úvodu studenti vyplnili dotazník zaměřený na postoje a znalosti o nádorech prsu a varlat a rozřadili se do skupin. Na stanovištích se skupiny vzájemně vystřídaly. Do pohybových her s bumperbally se však zapojili jen ti, kdo chtěli.

Souhrnem z výsledků programu (vybraná část):

Pretest:

- 69 % dívek se samovyšetřením prsu nezabývá a 7 % z nich nebylo s problematikou nádoru prsu a technikou samovyšetření nikdy seznámeno
- 78 % chlapců samovyšetření varlat neprovádí a 27 % z nich o tom nikdy neslyšelo
- **pravidelné samovyšetřování provádí jen 2 % chlapců a 0 % dívek ve věku 17- 19 let**

Posttest:

- Po intervenci programem odpovědělo 30 % dívek, že se samovyšetřuje a **34 % dívek se samovyšetřováním určitě začne**
- Po intervenci odpovědělo 22 % chlapců, že se samovyšetřuje a **36 % chlapců se samovyšetřováním určitě začne.**
- **99 % dívek uvedlo, že se jim program líbil.** 8 % z nich se ale cítilo trapně a 31 % nebude o programu vyprávět
- 60 % dívek a 64 % chlapců by program doporučilo svým známým
- **Program se líbil 92 % chlapců,** trapně se však cítilo 12 % z nich a 16 % o tom nebude vyprávět.
- 1 dívce se program nelíbil, ale považuje jej za důležitý (1,5 % z dotazovaných.) a stejného názoru bylo i 9 % chlapců

Z dotazníků vyplněných 126 studenty po ukončení programu vyplývá, že se program celkově líbil a většina by jej doporučila svým známým. Přesto je nutné v programu udělat další opatření, aby se co nejméně chlapců a dívek cítilo nepříjemně či trapně. Přes vědomí citlivého tématu se budeme ještě lépe zamýšlet nad tím, co konkrétně studenty ve věku 17-19 let přivádí do rozpaků a proč. Vzhledem k tomu, že se jednalo o první uskutečněný program s evaluací bezprostředně po ukončení programu, jsou tyto informace pro nás zvláště cenné pro další plánované aktivity tohoto typu.

Program považuji za velmi přínosný z hlediska podaných informací velkému počtu mladých lidí v relativně krátkém čase. Je atraktivní pro svou jednoduchost a pro intervenci v malých skupinách osob. Umožňuje diskuzi, klást otázky a získat okamžitou odpověď. Při pohybové aktivitě se účastníci programu příjemně uvolnili a práce s nimi ve skupinách byla otevřenější. Pro 112 ze 126 studentů program znamenal zcela nové informace.

Za autorský tým projektu

Mgr. Jana Nedbalová, KHS Pardubice

Fotografie z programu „Zdravé koule“ – Pardubice, 8. a 9. 9. 2016



Zahájení programu v tělocvičně, přivítání a rozřazení se do tří skupin



Stanoviště – pohybová aktivita s bumperbally



Stanoviště – problematika CA prsu, dívky SŠ při vyplňování pretestu znalostí



Stanoviště – problematika CA prsu, lektorka při vysvětlování techniky samovyšetřování, kterého se účastnili i chlapci.



Stanoviště – problematika CA varlat



Na závěr programu žáci obdrželi tematické edukační materiály