

NEDOVOLJNA UHRANJENOST KAO ZDRAVSTVENI PROBLEM KOD SREDNJOŠKOLACA

Krstić Antonović O., Erhartić M., Todorčić D.
Dom Zdravlja «Vračar», Beograd

UVOD: Pravilna ishrana predstavlja jedan od najvažnijih faktora životne sredine i osnovni preduslov za pravilan rast i razvoj, psihofizičku kondiciju i odbrambenu sposobnost organizma.

Adolescentni period je prelaz od detinjstva ka odraslom dobu, koji uključuje nagli koštani rast, rast mišićne i telesne mase(TM), tako da je pravilna ishrana veoma bitna u ovom periodu.

CILJ: Da se na osnovu rezultata obavljenih sistematskih pregleda utvrdi stepen nedovoljne uhranjenosti kod učenika Srednje škole GSB.

MATERIJALI I METODI RADA: Retrospektivna analiza podataka dobijena je korišćenjem percentilnih krivulja telesne težine(TT) za određenu visinu i pol, pa smo decu ispod trećeg percentila (P3) izdvojili kao pothranjenu, i njihova TM je za deset i više procenata ispod očekivane (P50) za njihovu visinu i pol.

Neadekvatna ishrana dovodi do različitih patoloških stanja koja mogu biti:

- proteinsko-energetska pothranjenost
- gojaznost i
- specifične deficitarne bolesti

Procena stanja pothranjenosti se vrši korišćenjem anamneze, kliničkog pregleda, laboratorijskih ispitivanja i antropometrijskih tablica po Taneru. Distrofija može biti:

prvog stepena (gubitak TM za 10-20% od poželjne)

drugog stepena (gubitak TM za 20-30% od poželjne)

trećeg stepena (gubitak TM za više od 30% od poželjne)

REZULTATI: Sistematski pregled učenika I i III razreda Srednje škole GSB u toku školske 2004/2005 god obavljen . je kod 943/946(99,68%) učenika, uzrasta od 15-17 godina. Muških ispitanika bilo je 868, a ženskih 75. Nedovoljna uhranjenost uočena je kod 106/943(11,24%) učenika i to kod

101 učenika muškog i 5 ženskog pola: u III godini kod 39 učenika muškog pola, a u I godini kod 62 učenika muškog i 5 ženskog pola.

ZAKLJUČAK: Sistematski pregled učenika omogućava školskom lekaru da uoči prisustvo najčešćih poremećaja u njihovom rastu i razvoju. Faktori koji utiču na nedovoljnu uhranjenost kod srednjoškolaca su:

nepravilna ishrana, korišćenje brze hrane umesto kuvanih obroka, preskakanje obroka, restriktivne dijetе, loša materijalna situacija roditelja, zdravstveni problemi itd.

Uklanjanje ovih uzroka zahteva angažovanje na zdravstveno vaspitnom radu ne samo lekara, već i svih onih koji direktno ili indirektno učestvuju u vaspitavanju i obrazovanju srednjoškolaca.