



» Home

» Aktualności

» Nadciśnienie tętnicze u dzieci i młodzieży

» PROGRAM wczesnej profilaktyki nadciśnienia tętniczego

» Informacje dla Szkolnego personelu medycznego

» Informacje dla Rodziców

» KONTAKT

» Linki

» Dokumenty do pobrania

» Materiały szkoleniowe

» Archiwum

## PROGRAM

### WCZESNA PROFILAKTYKA NADCIŚNIENIA TĘTNICZEGO ORAZ NADWAGI I OTYŁOŚCI U DZIECI I MŁODZIEŻY SZKOLNEJ W ŁODZI

Kierownik Projektu: dr n. med. Lidia Ostrowska - Nawarycz

Uniwersytet Medyczny w Łodzi

Zakładu Fizjologii Człowieka i Biofizyki

tel. : 6393310

e mail: [tednaw@achilles.wam.lodz.pl](mailto:tednaw@achilles.wam.lodz.pl)

[www.umed.lodz.pl/zdrowieucznia](http://www.umed.lodz.pl/zdrowieucznia)

#### 1. Nazwa programu

WCZESNA PROFILAKTYKA NADCIŚNIENIA TĘTNICZEGO ORAZ NADWAGI I OTYŁOŚCI U DZIECI I MŁODZIEŻY SZKOLNEJ W ŁODZI

#### 2. Autorzy i koordynatorzy programu:

1. dr n. med. Lidia Ostrowska-Nawarycz - Kierownik Projektu: adiunkt Zakładu Fizjologii Człowieka i Biofizyki UM w Łodzi; tel. : 6393310 ( tel. k.: 601 379 059 )
2. dr n. przyr. Tadeusz Nawarycz - Z-ca Kierownika Projektu: st. wyk. Zakładu Fizjologii Człowieka i Biofizyki UM w Łodzi; tel. 6393310 ( tel. k.: 601 379 097 )
3. Prof. dr hab. n. med. Jan Błaszczyk - Kierownik Zakładu Fizjologii Człowieka i Biofizyki UM w Łodzi
4. prof. dr hab. n. med. Danuta Chlebna-Sokol - Kierownik Kliniki Propedeutyki Pediatrii i Chorób Metabolicznych Kości U M w Łodzi
5. prof. dr hab. n. med. Jerzy Stańczyk - Kierownik Kliniki Kardiologii Dziecięcej UM w Łodzi
6. dr n. med. Paweł Fijałkowski - adiunkt Zakładu Fizjologii Człowieka i Biofizyki UM w Łodzi
7. dr n. med. Iwona Ligęza - adiunkt Kliniki Propedeutyki Pediatrii i Chorób Metabolicznych Kości U M w Łodzi
8. dr n. med. Agnieszka Błaszczak - adiunkt Kliniki Propedeutyki Pediatrii i Chorób Metabolicznych Kości U M w Łodzi
9. dr n. med. Beata Kierzkowska - adiunkt Kliniki Kardiologii Dziecięcej UM w Łodzi
10. mgr inż. Zdzisław Kajdos - informatyk. Dział Informacji i Promocji UM w Łodzi
11. mgr Anna Pieleśiek - specjalista ds. zdrowia publicznego. Dział Informacji i Promocji UM w Łodzi
12. mgr Aleksandra Zasadczyk - specjalista ds. zdrowia publicznego. Dział Informacji i Promocji UM w Łodzi.
13. inż. Agnieszka Gałżka - specjalista ds. zdrowia publicznego. Dział Informacji i Promocji UM w Łodzi.
14. Piel. dypl. Anna Warzecha - pielęgniarka śródowniskowa
15. Piel. dypl. Ewa Józwiak - pielęgniarka śródowniskowa

**Kierownik projektu, dr n. med. Lidia Ostrowska Nawarycz** - specjalista drugiego stopnia z zakresu pediatrii - specjalista chorób dzieci. Od wielu lat zajmuje się problematyką nadciśnienia tętniczego (NT) u dzieci i młodzieży w mieście Łódź. Doktorat pt. "Ocena niektórych parametrów hemodynamicznych u dzieci i młodzieży z nadciśnieniem tętniczym metodą reokardiografii" dotyczył wykrywania subklinicznych stadiów NT. Kontynuowane badania dotyczą oceny oraz znaczenia dysfunkcji układu autonomicznego w początkowych stadiach NT.

**3. Czas realizacji programu:** marzec 2005 - sierpień 2006 w dwóch etapach:

**ETAP I** - ORGANIZACYJNO - SZKOLENIOWY: (1.03 - 30.08. 2006)

**ETAP II** - WDROŻENIOWO - BADAWCZY: (1. 09 2005 - 30. 08. 2006)

#### 4. Diagnostyka wyjściowa

Choroby układu krążenia to główny i znany od lat problem zdrowotny mieszkańców Łodzi. Pomimo licznych inicjatyw i programów podejmowanych przez środowiska medyczne oraz Urząd Miasta, sytuacja niestety nie ulega zadawalającej poprawie a Łódź w odniesieniu do chorób układu krążenia ciągle dominuje w niekorzystnych na tle kraju statystykach. Przyczyn złego stanu zdrowia mieszkańców Łodzi upatruje się w uwarunkowaniach socjalno - bytowych, ekonomicznych, złym stanie środowiska jak również niedostatecznych nakładach na służbę zdrowia w tym szczególnie na profilaktykę.

Poprawa stanu zdrowia mieszkańców Łodzi w zakresie chorób układu krążenia, to problem złożony, wymagający systemowych długofalowych przedsięwzięć obejmujących usprawnienie funkcjonowania samej służby zdrowia jak również szeroko rozumianej wczesnej profilaktyki zdrowotnej.

Nadciśnienie tętnicze krwi (NT) u dzieci i młodzieży oraz często towarzysząca nadwaga lub otyłość (N-O) to dwa dominujące czynniki ryzyka o udowodnionym rokowniczym znaczeniu w późniejszym rozwoju chorób układu krążenia.

Doświadczenia i obserwacje własne autorów projektu, jak również doniesienia literaturowe, wskazują na istotne braki (nie tylko w Łodzi) w zakresie wczesnej profilaktyki NT i N-O wśród dzieci i młodzieży szkolnej. Wynikają one z trzech zasadniczych przyczyn:

- 1/ braku kompleksowych programów w zakresie profilaktyki NT i N-O przeznaczonych dla uczniów szkół łódzkich,
- 2 / niewystarczającej wiedzy szkolnego personelu medycznego w zakresie najnowszych zasad wczesnego rozpoznawania oraz profilaktyki NT i N-O (wynikających z braku dostępu do aktualnych norm ciśnienia tętniczego oraz rozwoju fizycznego),
- 3/ niedostatecznej profilaktyki zdrowotnej ukierunkowanej na uczniów.

Realizacja prezentowanego projektu wczesnej profilaktyki NT i N-O wśród uczniów szkół łódzkich w długofalowym wymiarze przyczyni się do poprawy stanu zdrowia mieszkańców naszego miasta.

#### Szczegółowe - merytoryczne - uzasadnienie potrzeby realizacji programu

Problematyka NT i N-O u dzieci i młodzieży jest przedmiotem rosnącego zainteresowania ze względu na istotne ryzyko utrwalenia choroby nadciśnieniowej oraz powikłań w życiu dorosłym. Od wielu lat, do widzących organizacji podejmujących problematykę NT u dzieci i młodzieży należy amerykańska wydzielona Grupa Robocza ( Working Group on High Blood Pressure in Children and Adolescents ) działająca w ramach Narodowego Programu Edukacji ( National High Blood Pressure Education Programm - NHBPEP ). Opracowywane i aktualizowane przez w/w grupę od 1977 roku kolejne raporty stanowią kompleksowe, modelowe wzorce postępowania diagnostycznego i terapeutycznego w wielu krajach zalecane również i w Polsce.

Ostatnie wytyczne i zalecenia zawarte w 4 Raporcie (2004 r) zawierają istotne różnice w stosunku do poprzednich opracowań. Najważniejsze z nich to : nowe klasyfikacje i algorytmy postępowania diagnostycznego i terapeutycznego oparte o najnowsze osiągnięcia naukowe, spójne - jak podkreślają autorzy Raportu - z opracowanym w 2003 roku siódmym raportem JNC7 (Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation and Treatment on Hight Blood Pressure ).

Podstawowym elementem rozpoznania NT u dzieci i młodzieży są właściwie przeprowadzone pomiary ciśnienia jak również ich poprawna interpretacja oparta o adekwatne siatki centylowe rozkładu ciśnienia tętniczego unormowane względem płci, wieku jak również poziomu centylowego wysokości ciała (uwzględniające indywidualny rozwój dziecka).

W praktyce, wobec braku aktualnych, charakterystycznych dla danej populacji, norm zarówno rozwoju fizycznego (siatki centylowe wysokości i masy ciała) oraz ciśnienia tętniczego (siatki centylowe rozkładu ciśnienia tętniczego), interpretacja pomiarów ciśnienia narzuca wiele problemów i jest przyczyną licznych błędów. Opieranie się na oryginalnych siatkach amerykańskich budzi również wiele kontrowersji w gronie pediatrów - naukowców, antropologów oraz aukspologów.

W/w spostrzeżenia świadczą o tym, że kompleksowa profilaktyka NT i N-O wśród dzieci i młodzieży szkolnej wymaga pilnego rozwiązania i dotyczy nie tylko uczniów miasta Łodzi.

Własne, pilotażowe badania w zakresie profilaktyki NT i N-O wśród łódzkiej młodzieży szkolnej upoważniają do następujących wniosków:

- 1/ stwierdzono stosunkowo wysoką częstość występowania podwyższonego ciśnienia krwi (głównie o charakterze granicznym) wśród młodzieży męskiej (ok. 16%),
- 2/ przeprowadzane przez szkolny personel medyczny pomiary ciśnienia tętniczego krwi obarczone

są licznymi błędami zarówno w zakresie metodycznym jak i interpretacyjnym. (nie stosowanie w praktyce dopasowanych do wielkości dziecka mankietów pomiarowych jak również brak aktualnych norm ciśnieniowych).

**3) przedsięwzięcia edukacyjne** w zakresie wczesnej prewencji chorób układu krążenia (w tym również w zakresie diagnostyki podwyższonego ciśnienia tętniczego krwi) wśród młodzieży młodszej mają charakter "okazjonalny" i są daleko niewystarczające

Powyższe obserwacje jak również powszechnie uznawany fakt, że edukacja prozdrowotna dzieci i młodzieży odgrywa zasadniczą rolę w utrwalaniu nawyków zdrowego stylu życia stanowią inspirację podjęcia niniejszego tematu. Powszechnie badania profilaktyczne (tzw. bilans zdrowia dziecka) zalecają pierwsze pomiary ciśnienia dopiero u dzieci w wieku 10 lat. Uważamy, że właśnie w Łodzi - mieście, w którym realizowany jest program WHO - ZDROWE MIASTO - istnieje uzasadniona potrzeba wdrożenia pilotażowego w skali kraju programu wczesnej profilaktyki NT i N-O ukierunkowanego na dzieci i młodzież szkolną.

#### 5. Rodzaj programu:

Proponowany program ma wieloaspektowy charakter. Ukierunkowany jest głównie na:

- badania o charakterze przesiewowym (ocena stopnia nadwagi/otyłości i dystrybucji tkanki tłuszczowej) oraz pomiary ciśnienia tętniczego krwi) wśród uczniów szkół łódzkich. Ich efektem będzie opracowanie regionalnych norm rozkładu ciśnienia wśród łódzkich dzieci, stanowiących podstawę prawidłowej interpretacji pomiarów ciśnienia oraz wczesnej diagnostyki choroby nadciśnieniowej,
- wczesne wykrywanie i profilaktykę, wśród dzieci i młodzieży szkolnej nadciśnienia tętniczego oraz nadwagi i otyłości. Efektem będzie indywidualne konsekwentne postępowanie profilaktyczno-lecznicze, zgodne z opracowanym algorytmem,
- specjalistyczną edukację prozdrowotną (z wykorzystaniem różnych środków komunikacji: szkolenia, Internet, opracowania specjalistyczne), skierowaną zarówno do uczniów jak i szkolnego personelu medycznego oraz rodziców.

#### 6. Cel / cele programu:

» bezpośredni (w stosunku do uczniów szkół łódzkich):

- wcześniejsza i skuteczniejsza wykrywalność NT i N-O wśród łódzkich dzieci i młodzieży, oparta na najnowszych standardach światowych (WHO), oraz, opracowanych w ramach realizacji projektu, aktualnych, regionalnych (łódzkich) norm,
- podniesienie, adekwatnej do wieku uczniów, podstawowej wiedzy nt. wczesnej profilaktyki chorób układu krążenia (wyrobienie nawyków zdrowego stylu życia, spędzania wolnego czasu, zdrowych zasad pracy z komputerem i inne),
- możliwość korzystania ze specjalistycznych konsultacji za pośrednictwem Internetu zarówno dla uczniów, rodziców jak i całego personelu szkolnego.

» pośredni (w stosunku do łódzkiej społeczności):

- w wymiarze długofalowym - poprawa zdrowia oraz zachowań prozdrowotnych mieszkańców Łodzi w odniesieniu do chorób układu krążenia
- w stosunku do personelu medycznego (szkolnego i rodzinnego) : opracowanie kompleksowego programu wczesnej profilaktyki NT i N-O oraz zapoznanie /przeszkolenie w zakresie prawidłowych zasad diagnostyki i leczenia NT i N-O u dzieci i młodzieży szkolnej. Istotnym elementem tego programu jest opracowanie i upowszechnienie w łódzkich szkołach, aktualnych (regionalnych) norm ciśnienia tętniczego i oraz zasad postępowania z dzieckiem z NT i/lub N-O.
- w stosunku do rodziców oraz personelu szkolnego (nauczycieli): Opracowanie i wdrożenie interaktywnego serwisu [www.umed.lodz.pl/zdrowieucznia](http://www.umed.lodz.pl/zdrowieucznia) ) zawierającego aktualną problematykę profilaktyki zdrowotnej w szkolne np. specjalistyczne opracowania ukierunkowane dla rodziców, wychowawców, uczniów; materiały edukacyjne; konkursy wiedzy zdrowotnej itp.

#### 7. Strategia postępowania w programie - planowany szczegółowy kalendarz realizacji programu

Czas realizacji programu: marzec 2005 - sierpień 2006 w dwóch etapach:

##### ETAP I - ORGANIZACYJNO - SZKOLENIOWY: (1.03 - 30.08. 2005):

- Szkoły objęte projektem - (03 - 06. 2005).
- Stworzenie bazy szkół biorących udział w programie.
- Nawiązanie kontaktów z dyrekcjami szkół oraz szkolnym personelem medycznym (zapoznanie z ideą programu oraz szkolenie personelu medycznego).
- Opracowanie broszur i innych materiałów informacyjno - szkoleniowych przeznaczonych dla szkolnego personelu medycznego.
- Opracowanie i uruchomienie interaktywnego serwisu medycznego WWW jako dodatkowego źródła informacji edukacyjnej i organizacyjnej. Serwis skierowany jest do uczniów, personelu medycznego i dydaktycznego jak również rodziców - (03 - 06. 2005).
- Komitet redakcyjny serwisu (autorzy projektu) opracuje treści merytoryczne i zasady dostępu. Problematyka prezentowana w serwisie, ukierunkowana byłaby na promocję zdrowia wśród uczniów szkół łódzkich ze szczególnym uwzględnieniem wczesnej prewencji NT i N-O (ale nie tylko) W pierwszym etapie serwis zawierałby podstawowe informacje nt. idei projektu oraz zachęcał do współpracy i kontaktów z autorami projektu jak również dla uczestników programu opracowane materiały instruktażowo-szkoleniowe i organizacyjne.
- Przewiduje się przedłużenie funkcjonowania serwisu w miarę ewaluacji programu.
- Specjalistyczne szkolenia/instruktaże szkolnego personelu medycznego (pielęgniarki szkolne) nt. prawidłowych zasad diagnostyki i leczenia NT i N-O u dzieci i młodzieży ze szczególnym uwzględnieniem prawidłowych pomiarów ciśnienia tętniczego i interpretacji.: (maj - czerwiec).
- Planuje się jednorazowe szkolenie teoretyczno-praktyczne (ok. 4 godzin) w gmachu UMŁ (Mała Sala Obrad Rady Miejskiej, ul Piotrkowska 104 ), na którym personel medyczny:
  - Otrzyma materiały instruktażowo-szkoleniowe niezbędne do realizacji projektu (zakres badań w szkole),
  - Zostanie praktycznie przeszkolony nt. współczesnych zasad rozpoznawania i leczenia NT i N-O u dzieci i młodzieży oraz zasad postępowania z dzieckiem,
  - Otrzyma certyfikat potwierdzający odbycie szkolenia,
  - Zostanie wyposażony w niezbędne akcesoria (nieodpłatnie) potrzebne do realizacji badań (mankiety do pomiaru ciśnienia, szablony i inne)
  - Przewiduje się wstępnie ok. 4 serie szkoleń
  - Kursy prowadzone będą przez wyspecjalizowany zespół realizatorów projektu.

##### ETAP II - WDROŻENIOWO - BADAWCZY: (1. 09 2005 - 30. 08. 2006)

- Podstawowe badania antropometryczne (masa i wysokość ciała, obwody: pasa, bioder i uda) oraz pomiary ciśnienia tętniczego uczniów szkół łódzkich (zgodnie z instruktażem - dostępnym również w formie broszur i na stronie serwisu): 1. 09 - 1.04.2006.
- Przesyłanie danych z poszczególnych szkół do zespołu realizatorów projektu i stworzenie centralnej bazy danych (preferowana forma elektroniczna jak również fax, poczta).
- Opracowania statystyczne wyników badań. oraz sporządzenie sprawozdania końcowego.

Opracowane, kompleksowe normy odniesienia wraz z niezbędnymi objaśnieniami zostaną wydrukowane w formie plakatów - adekwatnych dla poszczególnych typów szkół (dla dzieci ze szkół podstawowych, gimnazjów oraz szkół ponadpodstawowych) i upowszechnione ich w gabinetach pielęgniarskich łódzkich szkół oraz innych placówkach służby zdrowia. Ponadto opracowane normy odniesienia jak i inne opracowane zasady postępowania diagnostycznego będą dostępne również w Internecie.

- sprawozdanie końcowe w postaci tematycznej monografii obejmie pogłębioną analizę problemu NT i N-O u dzieci łódzkich jak również propozycje niezbędnych przedsięwzięć.

- Drukowanie broszur informacyjnych dla uczestników programu przez wydawnictwo UM i UMŁ.

- Wdrożenie do szkół łódzkich opracowanego kompleksowego programu wczesnej profilaktyki NT i N-O.

#### 8. Adresaci programu:

- Bezpośredni: uczniowie wszystkich szkół łódzkich i szkolny personel medyczny
- podstawowych (od 6 do 13 lat)
- gimnazjów (od 14 do 16 lat)
- ponadgimnazjalnych (od 17 do 19 lat)
- Pośredni:
- rodzice
- nauczyciele

#### 9. Miejsce / miejsca realizacji programu:

- Szkolenia personelu; UM Łódź: Mała Sala Obrad Rady Miejskiej, ul Piotrkowska 104
- Terminarz szkoleń: - 27.06. 2005 g. 8.30 ( Balty - Włdzew )
- 30.06 2005 g. 8.30 (Góra - Polesie, Śródmieście )

- Badania dzieci i młodzieży: w szkołach łódzkich objętych programem. Badania wykonuje przeszkolony personel medyczny szkolny zgodnie z uzgodnionym harmonogramem

#### **10. Współpraca:**

- Uniwersytet Medyczny w Łodzi - Realizator programu
- Wydział Promocji Zdrowia UM w Łodzi - główny koordynator projektu
- Wojewódzkie Centrum Zdrowia Publicznego w Łodzi
- Łódzka Sieć Szkół Promujących Zdrowie
- Kuratorium Oświaty w Łodzi
- Wydział Edukacji Urzędu Miasta Łodzi
- Firmy farmaceutyczne: Servier,

#### **ZAKOŃCZENIE**

Przedstawiony projekt stanowi kompleksową, pilotażową w skali kraju propozycję rozwiązania problemu wczesnej prewencji NT i N-O u uczniów szkół łódzkich. Oparty jest na doświadczeniach własnych jak również najnowszych osiągnięciach i zaleceniach medycznych. Biorąc pod uwagę kondycję zdrowotną dzieci szkół łódzkich oraz brak adekwatnych norm w zakresie diagnostyki NT i N-O wydaje się szczególnie zasadne zainicjowanie programu właśnie w środowisku łódzkim.

Autorzy projektu wierzą, że opracowanie kompleksowego programu wczesnej profilaktyki NT i N-O jak również jego wdrożenie do łódzkich szkół przyczyni się w długofalowym wymiarze do poprawy zdrowotnej łódzkiej społeczności.