

Műhelyszerdák Egészségfejlesztési Irodák részére a Nemzeti Népegészségügyi Központ szervezésében

Workshop Wednesdays for Health Promotion Offices organized by the National Center for Public Health

Szerzők: Vető Lilla, Mészáros Fanni, Simich Rita

Beküldve: 2023.06.19., | Elfogadva: 2024.03.07. | doi: <https://doi.org/10.24365/ef.11973>

ÖSSZEFOGLALÁS

Bevezetés: Az Egészségfejlesztési Irodák (EFI) létrehozásának elsődleges célja, a lakosság egészséges életmódjának kialakításához olyan szakmai támogatást nyújtani, amely növelheti az egyén egészségben eltöltött éveinek számát.

Vélemény: Az EFI-kben dolgozó szakmai munkatársak közösségi szintű komplex szolgáltatás hozzáféréssel és/vagy egyéni beavatkozás biztosításával teszik lehetővé az egészségmagatartás minőségi változtatását az EFI-k vonzáskörzetében élők számára. Az EFI-k prevenció munkájában hangsúlyos szerephez jut a lakosságot érintő egészségkommunikáció, valamint az egészségértés, amely alapvető és nélkülözhetetlen az egészségmagatartás megváltoztatásához. Ehhez a tevékenységhez ad szakmai támogatást a Nemzeti Népegészségügyi Központ Egészségfejlesztési Osztálya a Műhelyszerdák megvalósításával. A tematikus előadások kettő óra időtartamban, online formában zajlanak, minden hónap utolsó szerdáján, felkért előadókkal karöltve. A témák közvetve vagy közvetlenül adnak segítséget a hatékony prevenció tevékenység tervezéséhez és megvalósításához (pl.: lelki egészség, zajtartalok, vízfogyasztás, kémiai biztonság, sugáregészségügy).

Következtetések: A fent leírtakon túl a műhely alkalmak lehetőséget adhatnak az éppen időszerű eseményekre történő mozgósításra, figyelemfelhívásra, az érdekes és hasznos aktualitások ismertetésére.

Kulcsszavak: egészségfejlesztési iroda; prevenció; műhelyszerda; szolgáltatás

SUMMARY

Background: The primary goal of establishing Health Promotion Offices (HPOs) is to provide professional support in terms of content and form for the development of a healthy lifestyle of the population, which can increase the number of healthy years spent by an individual.

Opinion: The professional staff working in HPOs enables the qualitative change in the health behaviour of residents living in the Health Promotion Offices' area by providing access to complex services at community level and/or providing individual intervention. In the preventive work of the HPOs, health communication towards the population and health literacy play an important role, which is fundamental and indispensable for changing health behaviour. The Health Promotion Department of the National Public Health Centre provides professional support for this activity by implementing Workshop Wednesdays. The thematic lectures last 2 hours and take place online, on the last Wednesday of every month, with invited speakers.

The topics directly or indirectly help to plan and implement effective prevention activities (e.g.: mental health, noise pollution, water consumption, chemical safety, radiation on human health).

Conclusions: In addition to the above, the workshops can be an opportunity to mobilise, raise awareness of current events, and present interesting and useful news.

Keywords: health promotion office; prevention; workshop Wednesday; services

BEVEZETÉS

Az Egészségfejlesztési Irodák (EFI-k) –hálózatának– átfogó célja hazánk lakossága egészségi állapotának javítása, az egészségben töltött évek számának emelése, a kliensek egészségmagatartásának fejlesztése, az egyén felelősségvállalásának erősítése, és ezek által az elkerülhető korai halálozás csökkentése, valamint a területi egészség egyenlőtlenségek mérséklése. Az EFI-k működésének folyamatosan megvalósuló fejlesztése eredményeként létrejöhét egy hatékony, koordináltan és országosan egységesen, munkaterv¹ alapján működő egészségfejlesztési hálózat, ami jól megalapozott irányítási és működési keretbe illeszkedik. Közösségi szinten az EFI-k feladata az egészségfejlesztéssel és egészségmegőréssel kapcsolatos szolgáltatások tervezése, a megvalósítás szervezése, szakmai támogatása, koordinálása. A szolgáltatásokat számos szinten, nagyszámú közösségi szereplő és szervezet valósítja meg az EFI-kel szoros együttműködésben.

Az EFI-nek a munkatervük alapján öt fő feladata van:

- különböző szintereken a közösségi egészségfejlesztési szolgáltatások megvalósítása,
- egyéni prevenciók beavatkozások megvalósítása,
- különböző egészségkommunikációs feladatok megvalósítása,
- közreműködés az egészségtervezésben,
- együttműködések kialakítása különböző közösségi szereplőkkel és szervezetekkel.

Nemzetközi és hazai tapasztalatok alapján a lakosság egészségkultúrájának, egészségmagatartásának kedvező irányú megváltozásához mindenképpen szükséges valamennyi szektor szereplőinek bevonása és azok összehangolt

cselekvése (Vitrai, 2018). A korszerű egészségfejlesztés a népegészségügyi problémák esetében a komplex, rendszerszintű megközelítések fontosságát hangsúlyozza (Járomi É, Kimmel Z., 2017).

A beavatkozások (komplex egészségfejlesztési szolgáltatások) tervezésénél és megvalósításánál a komplexitás több szempont mentén kell, hogy érvényesüljön (Szolgáltatáskatalógus, 2019):

- a beavatkozás fókusza: egyéni és közösségi,
- a beavatkozások irányultsága: prevenció és ellátás,
- a beavatkozások szintje: országos, térségi, helyi,
- a beavatkozások típusa: meggyőzés, képzés, ösztönzés, környezeti feltételek megváltoztatása, szabályozás, stb.,
- a beavatkozások szektorai: oktatás, népegészségügy, sport, szociális, gazdasági, stb.,
- a beavatkozás színterei: lakóhelyi, iskolai, munkahelyi, otthoni.

Az EFI-k feladata egyre inkább eltolódik a közösségi szolgáltatások nyújtása felé. Az olyan beavatkozások, mint pl. az egyéni állapotfelmérés, kockázatbecslés, az erre épülő életmód tanácsadás, valamint szűrés és oltás az alapellátás keretében kerül megvalósításra. Ez azt is jelenti, hogy egy-egy komplex szolgáltatáscsomag tervezése és kivitelezése során az egyéni és közösségi beavatkozások összehangoltan, egymásra támaszkodva történhetnek úgy, hogy ezekben a folyamatokban az EFI nem az egyéni szolgáltatások nyújtójaként vesz részt, hanem szervezőként, koordinálóként és kezdeményezőként.

Fontos lenne egyértelművé tenni, hogy az EFI-keket a lakosság ne a saját maguk által felállított diagnózissal és/vagy az Irodáktól elvárt diagnosztikai megközelítéssel keresse fel, hanem a prevenció tanácsadásért. Ez a folyamat több résztvevő, bevonható akár azok a háziorvosok is,

¹A Belügyminisztérium, korábban Emberi Erőforrások Minisztériuma, Egészségügyi Államtitkárság által évről évre az EFI-k számára kiadott munkaterv, amely tartalmazza a kötelezően ellátott, illetve ajánlott feladatokat.

akik ismerik a helyi EFI lakossági prevenciók szolgáltatásait. Így ők lennének azok a szereplők, akik a praxisukba tartozó kliensek számára ismeretik és népszerűsítik ezt a programot, annál is inkább, mert ez a közös munkafolyamat hatékony és eredményes egészségmegőrzési és -fejlesztési lehetőségeket rejthet magában.

VÉLEMÉNY

2022-ben a Nemzeti Népegészségügyi Központ (NNK) Népegészségügyi Stratégiai, Egészségfejlesztési és Egészségmonitorozási Főosztály, Egészségfejlesztési Osztálya célul tűzte ki az EFI-vel szorosabb, egyben közvetlenebb (interaktívabb) munkakapcsolat kialakítását. A „műhelyszerdák” rendezvényeivel az volt a tervünk, hogy olyan új, szakmai szempontból hasznos és – megközelítésében amennyire lehet – innovatív információkat adjunk át, amelyeket a területen dolgozó kollégák hatékonyan tudnak alkalmazni a mindennapi munkájuk során.

A műhelynapok kezdetektől fogva online formában, kettő órás időtartamban zajlottak és zajlanak. A részvétel feltétele a www.egeszseg.hu honlapon történő előzetes regisztráció.

Az adott hónap témájához kapcsolódóan párhuzamosan kerülnek feltöltésre az elhangzott előadások és a hozzá tartozó anyagok a www.egeszseg.hu szakmai oldalaira.

A Műhelyszerdákon elhangzó előadások célja a szorosabb szakmai kapcsolattartás az EFI-k dolgozóival, valamint szakmai iránymutatás, segítségnyújtás egészségfejlesztési szempontból érdekes, fontos, esetenként innovatív témák tekintetében. Havi egy alkalommal egy-egy kiemelt téma köré szervezve zajlanak az előadások, elsősorban az EFI-k, valamint a Kormányhivatalok egészségfejlesztési és egyéb szakembereinek online részvételével. A tavalyi esztendőben, 2023-ban a függőségek témaköréhez érve meghívtuk a Kábítószerügyi Egyeztető Fórum (KEF) munkatársait is, akik jelezték, hogy a többi Műhelyszerdán is szívesen részt vennének, hiszen az elhangzó információk közvetett módon, de az ő munkájukat is segíthetik. Hasonló érdeklődést tapasztaltunk a védőnők részéről is.

A témaköröket úgy választottuk ki, hogy a munkatervi feladatok elvégzéséhez segítséget nyújtsanak, kellően figyelemfelkeltők, népegészségügyi szempontból fontosak és aktuálisak legyenek az EFI-k dolgozói számára.

Minden alkalom egyetlen fő téma köré csoportosulva bont ki kettő vagy három kérdéskört a témában jártas szakemberek előadásai által.

A 2022-2023-ban érintett témák a következők voltak:

2022

- Március: Lélek-emelő (lelki egészség)
- Április: Fülbemászó prevenció (zajártalom prevenciója)
- Május: Gond? Egy szál se! (dohányzás leszokás támogatás)
- Szeptember: Öntsünk tiszta vizet a pohárba! (csapvíz, palackozott víz, szűrt vizek)
- Október: Működik a kémia! (kémiai biztonság a hétköznapokban)
- November: Van kihez fordulni! (iskolai agresszió kezelése)
- December: Fontos, hogy milyen a (ki)sugárzása! (hétköznapi sugárzó anyagok)

2023

- Január: Az absztinenciától a detoxig. Megelőzhető-e az alkoholfüggőség? (alkoholfogyasztás)
- Február: Terítéken a táplálkozás (táplálkozás – étkezés)
- Március: Függetlenség a függőség árán? (drogprevenció – leszokás)
- Április: Meggyőző érvek a védőoltások mellett és a nikotinbevitel ellen (kötelező és ajánlott oltások; nikotinos tasak)
- Május: Majd holnapról... (Ma lesz a holnap tegnapja – mozogni mindenkinek kell!) (fizikai aktivitás minden életkorban)

2023. januártól kezdődően minden Műhelyszerdákkal alkalmával lehetőséget biztosítunk egy-egy EFI számára a szakmai bemutatkozásra. Egymás jobb megismerésével, a jó gyakorlatok bemutatásával motivációt, ötleteket szeretnénk adni minden EFI-nek a további munkájához. Az eddigi bemutatkozások visszajelzései alapján nagy az igény erre a lehetőségre mind az előadó EFI-k, mind a hallgatóság részéről. Eddig a szentgotthárdi, a kaposvári, a szentendrei és a hódmezővásárhelyi-makói EFI-k számoltak be munkájukról.

Az első sikeresen lezajlott évet követően LimeSurvey kérdőíves felületen visszajelzést kértünk a résztvevőktől. A kérdőívben a szervezést, a lebonyolítást és külön-külön az egyes előadásokat is értékelhették a kollégák. A 63 EFI által beérkezett kérdőív alapján átlagosan hétből négy alkalommal csatlakoztak a műhelynapokhoz, 12 EFI minden alkalommal jelen volt. Néhány kritikai megfogalmazás mellett, mind a szervezéssel, mind a regisztrációval és a lebonyolítással teljes mértékben elégedettek voltak a munkatársak, valamint egybehangzóan támogatták a következő évi programok tervezését és megvalósítását. Két válaszadó szerette volna kizárólag jelenléti előadásként folytatni a rendezvényt, 36 fő (a válaszadók 57%-a) online, valamint 25 fő (a válaszadók 40%-a) hibrid megoldást javasolt. Véleményük szerint az online megoldás lenne az elsődleges, ugyanakkor évente egy-két alkalommal személyes részvételre is igényt tartanának.

A jövőbeli előadástémákkal kapcsolatban javaslatként felmerült az okos eszközök használata és azok hatása; a lelki egészség (kiemelten a kamaszok problémái); a munkahelyi egészségfejlesztés lehetőségei; az egészséges környezet és klímaváltozás (szorongás); a táplálkozás különböző formái (pl.: növényi étrend, táplálékkiegészítők); a kommunikáció és a „marketingstratégia” vidéki térségekben.

A válaszadóknak lehetőségük volt ajánlást is tenni a következő év műhelynapjainak lebonyolítására vonatkozóan. Ezek között szerepelt az előadás alatti kérdezési lehetőség az előadók felé, amely biztosítaná a hallgatóság bevonását az egyes témák megvitatásába. Ezen kívül szeretnének módszertani/gyakorlati útmutatókat kapni az adott témákkal kapcsolatban, hogy azokat hogyan, milyen eszközökkel, milyen kommunikációs csatornákon lehetne átadni a lakosságnak. További igény a plakát, infografika és egyéb kiegészítő eszközök, amelyek az információátadást eredményesebbé tehetik.

HIVATKOZÁSOK

„Egészségfejlesztési Szolgáltatáskatalógus”. (2019). EFOP 1.8.0-VEKOP-17-2017-00001 számú, Egészségügyi Ellátórendszer Szakmai Módszertani Fejlesztése projekt, Nemzeti Népegészségügyi Központ.

Az előadásokról kapott értékeléseket az alábbi 1. táblázat mutatja. Az 1-5-ig terjedő skálán a témaválasztást és az előadókat is véleményezték a résztvevők, minden esetben pozitív visszajelzést adva.

1. táblázat: A Műhelyszerek témánkénti értékelése a résztvevők által

	Téma (átlag)	Előadó (átlag)
<i>Lélek-emelő</i> (2022. 03. 30.)	4,8	4,8
<i>Fülbemászó prevenció</i> (2022. 04. 27.)	4,6	4,5
<i>Gond? Egy szál se!</i> (2022. 05. 25.)	4,8	4,8
<i>Öntsünk tiszta vizet a pohárba!</i> (2022. 09. 28.)	4,3	4,7
<i>Működik a kémia!</i> (2022. 10. 26.)	4,4	4,5
<i>Van kihez fordulni!</i> (2022. 11. 15.)	4,7	4,8
<i>Fontos, hogy milyen a (ki) sugárzása!</i> (2022. 11. 30.)	4,5	4,7

Forrás: saját szerkesztés

KÖVETKEZTETÉSEK

A fent leírtakon túl a műhely alkalmak lehetőséget adhatnak az éppen időszerű eseményekre történő mozgósításra, így pl. a „Nagy Sportágválasztó”, „A mozgás éjszakája”, vagy az „Aktív Magyarország” programok meghirdetésére, figyelemfelhívásra. Az NKK részéről fontosnak tartjuk az EFI-k számára az érdekes és mindenekelőtt hasznos aktualitások ismertetését (például az elkészült és rendelkezésre álló prevenció plakátok elérhetőségével kapcsolatban), ezzel is lehetőséget teremtve személyesebb kapcsolattartásra.

Járomi Éva, Kimmel Z. (2017). Komplex egészségfejlesztési beavatkozások lehetséges prevenciós megközelítései. *Egészségfejlesztés*, 58(2). 20-29. doi: [10.24365/ef.v58i2.164](https://doi.org/10.24365/ef.v58i2.164)

Vitrai J. (2018). Hogyan kellene az egészségkultúrát megváltoztatni? *Egészségfejlesztés*, 59(1), 63-69. doi: [10.24365/ef.v59i1.224](https://doi.org/10.24365/ef.v59i1.224)

Információk a szerzőkről

Vető Lilla

Nemzeti Népegészségügyi és Gyógyszerészeti Központ, Budapest

Mészáros Fanni

Nemzeti Népegészségügyi és Gyógyszerészeti Központ, Budapest

meszaros.fanni@nngyk.gov.hu

Simich Rita

Nemzeti Népegészségügyi és Gyógyszerészeti Központ, Budapest

Copyright © © 2024 Vető Lilla, Mészáros Fanni, Simich Rita. Kiadó: Nemzeti Népegészségügyi és Gyógyszerészeti Központ. Ez egy nyílt hozzáférésű cikk a CC-BY-SA-4.0 licenyszerződés alapján.