

PATVIRTINTA
Utenos rajono savivaldybės
visuomenės sveikatos biuro direktoriaus
2020 m. gegužės 26 d. įsakymu Nr. IV-26

UTENOS RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO VISUOMENĖS SVEIKATOS SPECIALISTO, VYKLANČIO VISUOMENĖS SVEIKATOS STIPRINIMĄ, PAREIGYBĖS APRAŠYMAS

I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Utenos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro (toliau – Biuras) visuomenės sveikatos specialistas, vykdamasis visuomenės sveikatos stiprinimą (toliau – Specialistas), dirba pagal darbo sutartį.
2. Pareigybės grupė – Specialistai.
3. Pareigybės lygis – A.
4. Pareigybės paskirtis – organizuoti ir vykdyti visuomenės sveikatos stiprinimą bendruomenėje, teikti visuomenės sveikatos stiprinimo paslaugas įvairioms gyventojų grupėms.
5. Specialistas privalo turėti aukštąjį ar jam prilygintą sveikatos mokslų studijų krypties grupės visuomenės sveikatos studijų krypties išsilavinimą ir diplomą, patvirtinantį suteiktą sveikatos mokslų bakalauro ar aukštesnį kvalifikacinį laipsnį.
6. Specialistas yra tiesiogiai pavaldus Biuro direktoriui.

II SKYRIUS SPECIALISTO KOMPETENCIJA

7. Specialistas turi žinoti ir suprasti:
 - 7.1. sveikatos stiprinimo pagrindus, visuminę (holistinę) sveikatos sampratą;
 - 7.2. visuomenės sveikatos priežiūros sistemos, kaip sudedamosios Lietuvos nacionalinės sveikatos sistemos dalies, struktūrą;
 - 7.3. šiuolaikinę visuomenės sveikatos priežiūros teoriją, tikslus, visuomenės sveikatos priežiūros sistemos organizavimo metodus;
 - 7.4. Lietuvos Respublikos įstatymus, Lietuvos Respublikos Vyriausybės nutarimus, Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro įsakymus ir kitus teisės aktus, reglamentuojančius visuomenės sveikatos stiprinimą, Europos Sąjungos (ES) teisės aktus, nacionalinius, ES ir Pasaulio sveikatos organizacijos (PSO) strateginius dokumentus, rekomendacijas, Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos ir jai pavaldžių įstaigų parengtas gaires, metodinę ir informacinę medžiagą, kitų šalių kompetentingų institucijų informaciją;
 - 7.5. sveikatos stiprinimo mokymo formas ir metodus;
 - 7.6. sveikos gyvensenos ugdymo bei stiprinimo principus ir metodus;
 - 7.7. suprasti bendruomenės dalyvavimo reikšmę, siekiant išsaugoti ir stiprinti sveikatą, jos įtraukimo į šią veiklą galimybes;
 - 7.8. bioetikos pagrindus, asmens sveikatos informacijos konfidencialumo reikalavimus;
 - 7.9. sveikatos vadybos ir sveikatos ekonomikos pagrindus.
8. Specialistas turi mokėti ir gebėti:
 - 8.1. organizuoti ir vykdyti visuomenės sveikatos stiprinimą bendruomenėje, teikti visuomenės sveikatos stiprinimo paslaugas įvairioms gyventojų grupėms;

- 8.2. praktikoje taikyti sveikatos išsaugojimo, stiprinimo, ligų rizikos mažinimo teorines žinias visuomenės sveikatos problemoms spręsti, įskaitant motyvacinių interviu taikymą;
- 8.3. naudotis statistiniais sveikatos rodikliais, įvertinti ir nustatyti sveikatos stiprinimo prioritetus;
- 8.4. formuoti sveikos gyvensenos nuostatas, skatinti sveiką gyvenseną, rengti informacinę ir metodinę medžiagą sveikatos stiprinimo klausimais, skleisti bendruomenėje sveikatos žinias;
- 8.5. įgyvendinti valstybines visuomenės sveikatos strategijas ir programas;
- 8.6. rengti, įgyvendinti tikslines savivaldybių sveikatos programas, atsižvelgiant į vyraujančias visuomenės sveikatos problemas, siūlyti profilaktikos priemones, vertinti jų veiksmingumą;
- 8.7. organizuoti sveikatos mokymo ir ugdymo renginius;
- 8.8. analizuoti savivaldybių gyventojų sveikatos problemų ir gyvensenos ypatumus;
- 8.9. įvertinti grėsmes žmonių grupių ir populiacijos sveikatai;
- 8.10. kritiškai vertinti ir taikyti teorines ir praktines naujoves visuomenės sveikatos stiprinimo srityje;
- 8.11. rinkti ir tvarkyti su visuomenės sveikatos stiprinimu susijusią informaciją;
- 8.12. savarankiškai atlikti praktinės ir mokslinės literatūros paiešką ir ją vertinti, aiškiai ir argumentuotai perteikti žinias, išvadas bei sprendimus ir jų priežastis;
- 8.13. planuoti ir vertinti savo veiklą, tvarkyti veiklos dokumentus, rengti ataskaitas ir rekomendacijas;
- 8.14. pristatyti savo veiklą ir jos rezultatus;
- 8.15. bendrauti ir bendradarbiauti su bendruomene bei kitais institucijų specialistais, suinteresuotais asmenimis;
- 8.16. naudotis informacinėmis ir ryšio technologijomis;
- 8.17. pagal kompetenciją fizinio aktyvumo skatinimo srityje:
- 8.17.1. savarankiškai planuoti ir organizuoti veiklas, taikant visuomenės sveikatos stiprinimo ir fizinio aktyvumo skatinimo technologijų, organizavimo ir metodines priemones;
- 8.17.2. išskirti bendruomenių, gyventojų rizikos grupių fizinio aktyvumo poreikius bei pagrįsti fizinio aktyvumo skatinimo programų reikalingumą;
- 8.17.3. suprasti ir atskirti profesionalaus sporto ir su sveikata susijusio fizinio aktyvumo skatinimo politikos ir konkrečių priemonių skirtumus;
- 8.17.4. motyvuoti bendruomenę didinti fizinį aktyvumą, nustatyti jo poreikius, konsultuoti sveikos gyvensenos klausimais;
- 8.17.5. suprasti biomedicininis fizinio aktyvumo mechanizmus, taikant šiuolaikiškas, mokslu pagrįstas technologijas, nustatyti gyventojų fizinį aktyvumą, išmanyti fizinio pajėgumo testavimo ir vertinimo principus;
- 8.17.6. taikyti šiuolaikinius bei mokslu pagrįstus pagrindinius fizinio krūvio skyrimo ir kontrolės principus įvairaus amžiaus bei sveikatos būklės žmonėms, įvertinti galimas rizikas;
- 8.17.7. organizuoti ir vertinti grupines pratybas, sveikatingumo treniruotes, taikant novatoriškas, mokslu pagrįstas technologijas;
- 8.17.8. organizuoti fizinį aktyvumą skatinančius renginius, kurių metu būtų atliekamas asmenų funkcinės būklės ir fizinio pajėgumo testavimas, mokoma savikontrolės metodų, teikiamos rekomendacijos, kaip pasirinkti fizinio aktyvumo formą ir krūvį;
- 8.17.9. skatinti fizinį aktyvumą ir sveiką mitybą darbo vietoje;
- 8.17.10. informuoti apie fizinio aktyvumo reikšmę vyresnio amžiaus žmones dėl antsvorio, hiperlipidemijos, II tipo cukrinio diabeto, depresijos, osteoporozės, vėžio ir kitų lėtinių neinfekcinių ligų išsivystymo, sergamumo ir mirtingumo rizikos;
- 8.17.11. organizuoti judesių koordinacijos ir pusiausvyros, raumenų jėgos stiprinimo treniruotes, siekiant pagerinti vyresnio amžiaus žmonių mobilumą;
- 8.18. pagal kompetenciją psichikos sveikatos stiprinimo srityje;

- 8.18.1. konsultuoti psichologinių problemų klausimais, pateikiant šių problemų galimus sprendimus;
- 8.18.2. rengti interesantams rekomendacijas psichologinėms problemoms spręsti;
- 8.18.3. šviesti bendruomenę sveikatos psichologijos, pedagoginės ir socialinės psichologijos klausimais;
- 8.18.4. vesti grupinius atsipalaidavimo užsiėmimus;
- 8.18.5. teikti informaciją apie psichikos sveikatos stiprinimą, vykdyti psichikos sutrikimų prevenciją didinant socialinį ir emocinį raštingumą, mokant valdyti stresą, konstruktyvaus elgesio konfliktinių situacijų metu spręsti patyčių, prievartos bei psichikos sutrikimų sukeltas problemas;
- 8.18.6. gerinti gyventojų žinias apie psichikos sveikatos rizikos veiksnius, psichikos sutrikimų prevencijos galimybes visose amžiaus grupėse;
- 8.18.7. mokyti atpažinti, įvertinti bei mažinti psychosocialinius rizikos veiksnius darbe, vykdyti konfliktų ir psichologinio smurto prevenciją darbo vietose;
- 8.18.8. vykdyti probleminio kompiuterio, interneto, socialinių tinklų naudojimo ir probleminio azartinio lošimo prevenciją;
- 8.19. pagal kompetenciją burnos sveikatos stiprinimo srityje:
 - 8.19.1. mokyti visuomenę taisyklingos burnos higienos ir sveikos gyvensenos;
 - 8.19.2. dalyvauti kuriant ir diegiant naujus odontologinių ligų profilaktikos būdus, padedančius išvengti jų atsiradimo priežasčių ir veiksnių;
 - 8.19.3. parinkti burnos priežiūros priemones specialiujų poreikių turintiems asmenims;
 - 8.19.4. konsultuoti visuomenę odontologinių ligų profilaktikos, sveikos mitybos klausimais;
 - 8.19.5. vykdyti priemones, skatinančias burnos sveikatos priežiūrą bei formuojančias burnos sveikatą stiprinančią elgseną;
- 8.20. pagal kompetenciją sveikos mitybos skatinimo srityje:
 - 8.20.1. skatinti ir motyvuoti visuomenę maitintis sveikai, organizuoti sveikos mitybos ir sveikatai palankaus maisto gamintojų mokymus bei kitokius renginius;
 - 8.20.2. aiškinti išimtinio kūdikių žindymo svarbą, vaikų, jaunimo, nėščiujų, žindyvių, vyresnio amžiaus, sportuojančių žmonių, tam tikrų profesijų darbuotojų mitybos ypatumus;
 - 8.20.3. informuoti apie lėtinių neinfekcinių ligų, susijusių su maistu ir mityba, prevenciją, maisto teršalų, pesticidų, kancerogeninių medžiagų keliamą riziką;
 - 8.20.4. laikytis mokslu pagrįsto požiūrio į maisto priedus bei genetiškai modifikuotus maisto produktus;
 - 8.20.5. teikti informaciją apie maistines medžiagas, rekomenduojamas energijos ir maistinių medžiagų poreikio normas, Lietuvos gyventojų faktinės mitybos tyrimų rezultatus bei subalansuotą mitybą, jodo, seleno bei kitų Lietuvos geografinėje zonoje trūkstamų mikro / makroelementų reikšmę sveikatai, tinkamo maisto pasirinkimo principus, maisto papildus, mitybos režimą;
 - 8.20.6. išaiškinti maisto produktų etiketėse pateiktą ženklinimo informaciją, sveikatai palankesnių maisto produktų ženklinimo „Rakto skylutės“ simboliu tikslus ir esmę;
 - 8.20.7. išaiškinti mitybos ir gyvensenos įtaką kraujo rodikliams, sveikatai nepalankių maisto produktų ir gėrimų, energinių gėrimų vartojimo žalą sveikatai;
 - 8.20.8. aptarti geriamojo vandens vartojimo svarbą, kokybės bei saugos reikalavimus;
 - 8.20.9. teikti informaciją apie antsvorio ir nutukimo profilaktiką;
 - 8.20.10. išmokyti apskaičiuoti kūno masės indeksą, susieti maistinių medžiagų poreikį su fiziniu aktyvumu darbo ir laisvalaikio metu;
 - 8.20.11. informuoti apie įvairių mokslo įrodymais nepagrįstų dietų laikymosi pavojų, valgymo sutrikimus (nervinę anoreksiją, bulimiją);

8.20.12. informuoti apie alergijas maistui bei jų prevenciją, mitybos ypatumus sergant įvairiomis ligomis;

8.20.13. skatinti sveiką mitybą darbo vietose;

8.20.14. identifikuoti konsultuojamų asmenų maitinimosi problemas;

8.21. pagal kompetenciją aplinkos sveikatinimo srityje:

8.21.1. atsižvelgti į nevienodą gyventojų grupių jautrumą konkrečioms aplinkos rizikos veiksniams (neščiujų, sergančių lėtinėmis kraujotakos ir kvėpavimo sistemos ligomis asmenų – oro ir vandens užterštumui; pamainomis ir triukšmingose darbo vietose dirbančių darbuotojų – triukšmui, sergančių lėtinėmis kraujotakos ligomis ir turinčių miego, psichikos sutrikimų gyventojų; šviesios odos ar daug laiko praleidžiančių saulėje žemės ūkio darbininkų – jonizuojančiosios ir nejonizuojančiosios spinduliuotės poveikiui bei ultravioletiniams spinduliams, vyresnio amžiaus asmenų – klimato pokyčiams);

8.21.2. laikytis informacijos apie aplinkos sveikatos veiksnius pateikimo bendrųjų principų;

8.21.3. formuoti sveikatai palankios aplinkos kūrimo įgūdžius – atliekų rūšiavimo, nuotekų valymo ir šalinimo, apsaugos nuo kenksmingo saulės spindulių poveikio priemonių naudojimo, netoksiškų valymo priemonių naudojimo buityje;

8.22. pagal kompetenciją sužalojimų prevencijos srityje:

8.22.1. mokyti, kaip išvengti sužalojimų, kaip kurti saugią aplinką namuose, darbe, mokykloje, pateikti sužalojimus sukeliančių situacijų pavyzdžių;

8.22.2. akcentuoti apsaugos priemonių (atšvaitų, šalmų, saugos diržų, langų ir durų laikiklių, laiptų, vartelių) naudojimą, atsakingą elgseną kelyje ir prie vandens telkinių;

8.22.3. skatinti žmones saugiai naudoti pirotechnines medžiagas, nevirtoti alkoholio prie vandens telkinių, nevairuoti išgėrus, mokytis plaukti, naudoti saugesnes virykles, buityje naudoti dūmų ir smalkių detektorius, nerūkyti lovoje, saugiai laikyti chemines medžiagas ir vaistus, mokytis suteikti pirmąją pagalbą;

8.22.4. vyresnio amžiaus žmonėms akcentuoti griuvimų prevencijos priemones;

8.23. pagal kompetenciją rūkymo, alkoholio, narkotinių ir psichotropinių ar kitų psichiką veikiančių medžiagų prevencijos srityje:

8.23.1. atsižvelgiant į tikslinės žmonių grupės amžių, patirtį, turimas žinias ir suvokimą, akcentuoti psichoaktyviųjų medžiagų žalą sveikatai, neigiamus socialinius padarinius šeimai, visuomenei ir valstybei, sveikos gyvensenos be tabako, alkoholio, narkotinių ir psichotropinių ar kitų psichiką veikiančių medžiagų privalumus;

8.23.2. atsižvelgiant į psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo situaciją ir tendencijas bendruomenėje, organizuoti visuomenės sveikatos stiprinimo priemones, pasitelkiant psichikos sveikatos ir priklausomybių srityje dirbančius kitus visuomenės ir asmens sveikatos priežiūros specialistus;

8.23.3. informuoti apie medicinos, psichologinės ir socialinės pagalbos asmenims, vartojantiems psichoaktyvias medžiagas, galimybes konkrečioje savivaldybėje, psichiką veikiančių medžiagų vartojimo teisinės pasekmės, „žemo slenksčio“ paslaugas bei kitas vykdomas intervencijas;

8.23.4. nagrinėjant rūkymo ir tabako gaminių vartojimo prevencijos temą, akcentuoti pasyvaus rūkymo, elektroninių cigarečių ir kitų rūkymo rūšių žalingą poveikį sveikatai, teikti patarimus norintiems mesti rūkyti;

8.23.5. nagrinėjant alkoholio vartojimo prevencijos temą, akcentuoti ne tik alkoholio žalą žmogaus sveikatai, bet ir neigiamus socialinius alkoholio vartojimo padarinius (nelaimingus atsitikimus darbe, kelyje, nusikalstamumą);

8.23.6. teikti siūlymus dėl alkoholio, tabako, narkotinių, psichotropinių ar kitų psichiką veikiančių medžiagų, naujų psichiką veikiančių medžiagų paklausos ir pasiūlos mažinimo;

8.24. pagal kompetenciją užkrečiamųjų ligų prevencijos srityje:

8.24.1. akcentuoti asmens higienos įgūdžių nuo vaikystės formavimo reikšmę;

- 8.24.2. teikti rekomendacijas apie asmens higienos svarbą;
- 8.24.3. supažindinti su aktualiausiomis užkrečiamosiomis ligomis, užsikrėtimo rizika, profilaktinėmis priemonėmis.

III SKYRIUS BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

- 9. Specialisto vertybinės nuostatos:
 - 9.1. vadovautis sveikos gyvensenos nuostatomis, būti pavyzdžiu bendruomenei;
 - 9.2. neprikaištinga profesinė reputacija: elgesys ar veikla, nepažeidžianti profesinės etikos, deontologijos normų, principų ir taisyklių.

Susipažinau ir sutinku

M. M. M.

(parašas)

Salia Vanagienė

(vardas, pavardė)

2020-05-26

(data)

Susipažinau ir sutinku

Balin

Ugnė Balčiūnė

2020-05-27

Susipažinau ir sutinku

Svedienė

Sigita Vėdrickienė

2020-05-27