



LANDLÆKNISEMBÆTTIÐ

Directorate of Health

## Heilsa barna og ungmenna

Líklega blandast engum hugur um að börnin og unga fólkið okkar er það dýrmætasta sem við eigum. Segja má að við hér á Íslandi höfum að mörgu leyti staðið okkur vel í að tryggja heilsu barna. Ungbarnadauði er með þeim minnsta í heimi og bólusetningar og slysavarnir hafa skilað verulegum árangri án þess að ástæða sé til að sofna á verðinum.

Þennan árangur má að stórum hluta þakka góðri heilbrigðisþjónustu auk almennrar velferðar í samfélaginu. Helstu heilsufarsvandamál sem steðja að börnum í dag eru aukin tíðni offitu, vímuefnavandi og geðheilsuvandamál. Einnig má nefna félagslega þætti eins og fátækt, mikla atvinnuþátttöku foreldra, einstæð foreldri, innflytjendur og foreldra sem eiga við langvinna sjúkdóma eða örorku að stríða.

Vissulega er eitt og annað óhagstætt velferð barna í nútímasamfélagi og ýmsar nýjar ógnir sem steðjað geta að. Má þar til dæmis nefna sífellt meiri hraða og sókn í efnisleg gæði. Það sem kannski er verst í samfélagi okkar í dag er þó tímaskortur foreldra, það að foreldrar hafa ekki eða gefa sér ekki nægan tíma til að sinna uppeldi barna sinna.

### Gildi forvarna

Þeir sem vinna að því að efla heilbrigði fólks telja að fátt sé jafn mikilvægt á heilbrigðisviði og forvarnir. „Betra er að byrgja brunninn áður en barnið er dottið ofan í“ segir gamalt máltæki. Heilsan er okkur auðvitað öllum dýrmæt og saman berum við ábyrgð á því að rækta líkama og sál og stuðla þannig innihaldsríkara lífi.

Best er að leita leiða til að börn og fullorðnir fái áreiðanlegar upplýsingar um það sem bætir heilsu og vellíðan en ekki síst tækifæri til að ástunda heilsusamlegt lífni. Þar þarf að m.a. að koma til umhverfi sem hvetur til hreyfingar og leikja ásamt aðgengilegu og hollu fæði á viðráðanlegu verði. Þá er ótalin þörfin fyrir fjölskylduna að gefa sér tíma til að vera saman og vera til. Foreldrar eru mikilvægar fyrirmyndir barna sinna, ekki síst um félagshegðun og samskipti. Börn læra það sem fyrir þeim er haft, hvort sem til þess er ætlast eða ekki.

### Heilsueflandi umhverfi

Rannsóknir hafa sýnt okkur að líðan og heilsa barna hefur áhrif á getu þeirra til að læra og þroskast og að sama skapi hefur skólasamfélagið áhrif á velferð barnanna. Það skiptir því miklu máli að skapa skólaumhverfi sem er heilsueflandi.

Í þessu samhengi er vert að huga að því að þótt ábyrgðin hvíli á skólanum um að mennta börnin er ábyrgð foreldra ekki síðri hvað varðar uppeldið þannig að börnin séu móttækileg fyrir fræðslu.

Einnig þurfa ráðamenn að tryggja að starfsfólk skólanna sé vel menntað, að umhverfið sé heilsueflandi og að foreldrum séu sköpuð tækifæri til að hafa áhrif.

Heilbrigðisþjónustan með heilsugæsluna í broddi fylkingar á að vera talsmaður þess að heilsa barna sé höfð að leiðarljósi í þjónustu sem veitt er og jafnframt í stefnumörkun stjórnvalda. Félagsmálaþjónusta og menntakerfi eru lykilsamstarfsaðilar sem einnig hafa lagt sitt af mörkum.

Samfélagið á að standa vörð um hagsmuni og gildi sem hlúa að fjölskyldunni þannig að hún geti sinnt börnum sínum af alúð, bæði hér á landi og annars staðar. Áfram þarf að feta þá braut sem hefur verið byggð upp á síðastliðnu árhundraði til að tryggja velferðarkerfi sem byggir á jöfnuði í þjóðfélaginu í formi heilsugæslu-, mennta- og félagskerfis.

Uppfært 29. mars 2007

