

# PROBIR NA RIZIK MENTALNOG ZDRAVLJA U ADOLESCENATA

Natalija Kalac, dr. med.  
specijalizantica školske i adolescentne medicine



Nastavni zavod za javno zdravstvo Istarske županije  
Istituto formativo di sanità pubblica della Regione Istriana

# Mentalno zdravlje mladih

---

- stanje dobrobiti u kojem pojedinac ostvaruje svoje potencijale, može se nositi s normalnim životnim stresom, može raditi produktivno i plodno te je sposoban pridonositi zajednici (SZO; 2001)
- prema SZO **10-20% djece** i adolescenata ima poremećaj mentalnog zdravlja, a polovica svih mentalnih bolesti javlja se do 14. godine te 3/4 bolesti do sredine 20-ih godina
- najuobičajeniji poremećaji mentalnog zdravlja djece i tinejdžera uključuju **poremećaji raspoloženja**, kao na primjer depresija ili poremećaji anksioznosti te **poremećaji ponašanja** i **upotreba sredstava ovisnosti**



# Rizični čimbenici za poteškoće u mentalnom zdravlju

---



fizičkog kretanja



sna



socio-emocionalnih kompetencija



# Aktivnosti za rano otkrivanje rizika

---

- Probir na rizike mentalnog zdravlja u okviru sistematskih pregleda školske medicine u 8. razredu OŠ i 1. razredu SŠ
- Prva provedba tijekom šk. god. 2022./2023. u RH
- YP Core- upitnik
- učenici pozitivni na probiru 6,10 %
- učenice pozitivne na probiru 13%



# Probir na rizik u mentalnom zdravlju- YP CORE

	Nikada	Vrlo rijetko	Ponekad	Često	Gotovo uvijek
Bio sam živčan ili nervozan	0	1	2	3	4
Osjećao sam da mi nije do razgovora	0	1	2	3	4
Mogao sam se nositi s problemima	4	3	2	1	0
Padalo mi je napamet da si naudim	0	1	2	3	4
Osjećao sam da imam koga pitati za pomoć	4	3	2	1	0
Moje misli i osjećaju su me uznemiravali	0	1	2	3	4
Osjećao sam se bespomoćno u vezi sa svojim problemima	0	1	2	3	4
Imao sam problema sa spavanjem	0	1	2	3	4
Bio sam tužan ili nesretan	0	1	2	3	4
Napravio sam sve što sam želio	4	3	2	1	0
Ukupno (zbroj):					

YP CORE: Katedra za zdravstvenu i kliničku psihologiju Filozofskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu



# Sistematski pregledi 8. r. OŠ i 1. r. SŠ na području grada Poreča šk. g. 2023./2024.

---

- Ukupni broj učenika 455
- Broj učenika 8.r. OŠ 279
- Broj učenika 1. r. SŠ 176
- Ukupni broj učenika pozitivnih na probiru 48
- Broj učenika pozitivnih na probiru 16
- Broj učenica pozitivnih na probiru 32
- Broj učenika koji imaju problema sa spavanjem 128
- Broj učenika koji se bave fizičkom aktivnošću 278



# Rezultati probira rizika mentalnog zdravlja učenika 8. r. OŠ i 1. r. SŠ na području Poreča šk. g. 2023./2024.

---

	OŠ	SŠ	UKUPNO
% pozitivni na probir	12,1	7,3	10,1
% problema sa spavanjem	28,6	27,2	28,1
% fizički aktivnih	60,2	62,5	61,0

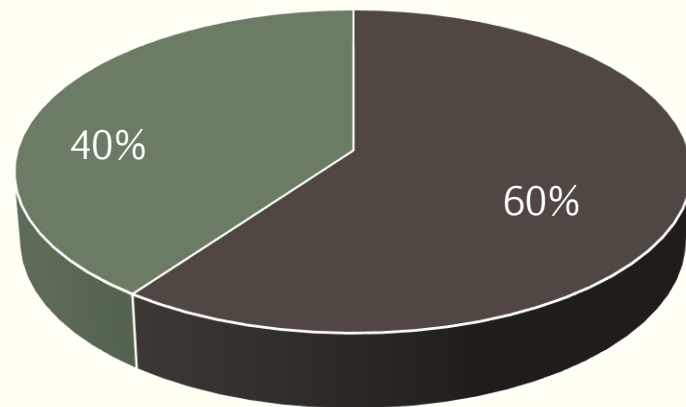
- Učenici pozitivni na probiru 6,7%
- Učenice pozitivne na probiru 14,6 %



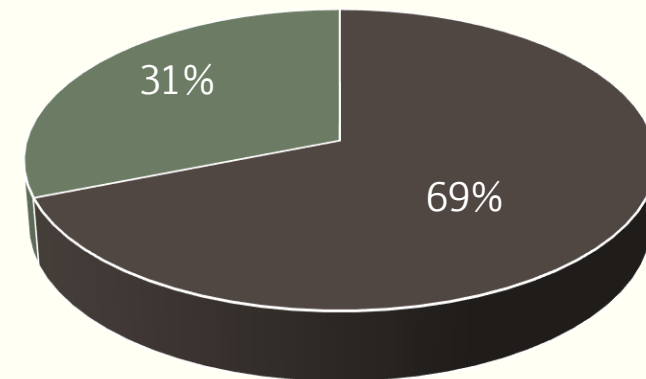
# Rezultati probira rizika mentalnog zdravlja učenika 8. r. OŠ i 1. r. SŠ na području Poreča šk. g. 2023./2024.

---

Pozitivni na probiru rizika mentalnog zdravlja OŠ



Pozitivni na probiru rizika mentalnog zdravlja SŠ



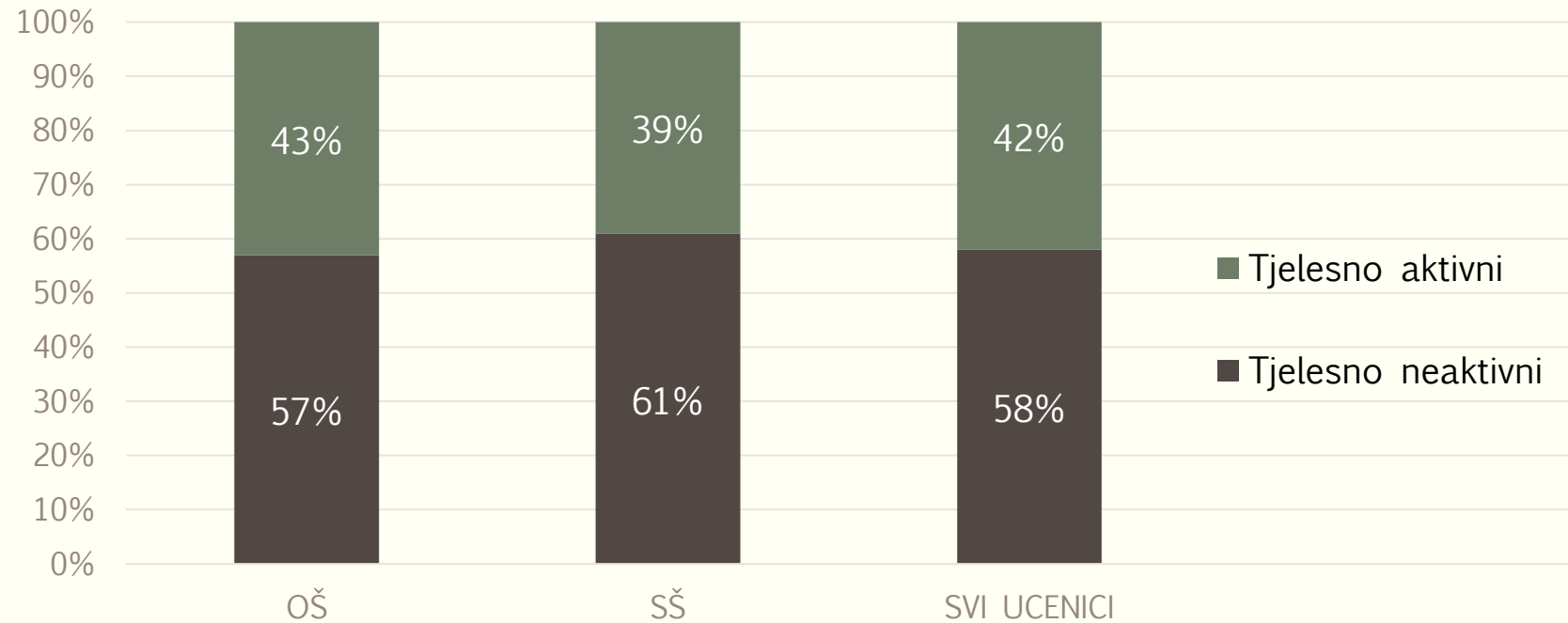
- imaju problema sa spavanjem
- nemaju problema sa spavanjem





# Rezultati probira rizika mentalnog zdravlja učenika 8. r. OŠ i 1. r. SŠ na području Poreča šk. g. 2023./2024.

Povezanost broja učenika pozitivnih na probir rizika mentalnog zdravlja i bavljenje tjelesnom aktivnošću



# Intervencije u prevenciji rizika mentalnog zdravlja kod mladih

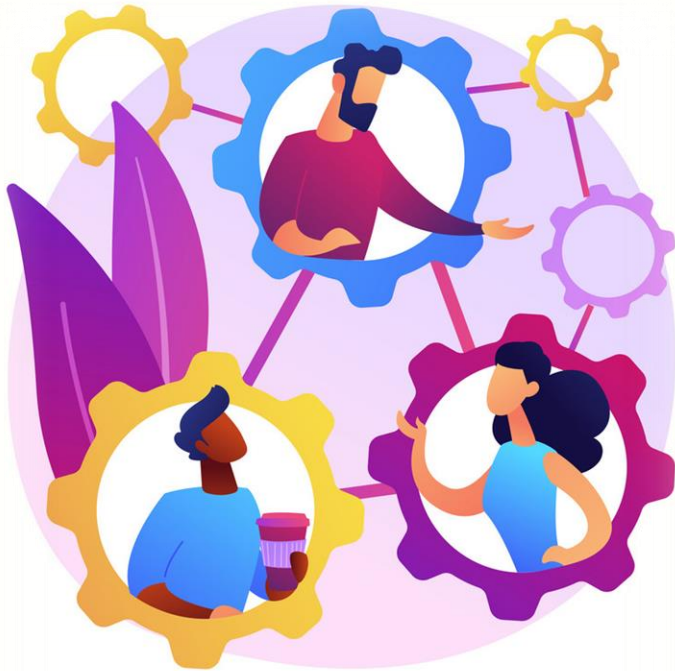
---

- Lancet komisija:
- Važnost vršnjačke podrške u unaprjeđenju mentalnog zdravlja
- Razdoblje adolescencije je osobito vulnerabilno razdoblje te je nužno provoditi mjere za smanjenje rizika te povećanje otpornosti adolescenata na stres
- Ključnu ulogu imaju: obitelj, roditelji, vršnjaci i zajednica
- Važno je razvijati njihovu zaštitnu ulogu u životu adolescenta



# Intervencije u prevenciji rizika mentalnog zdravlja kod mladih

---



- Cost-effective analize su pokazale da su intervencije usmjerene jačanju socijalnih i emocionalnih kompetencija i ekonomski najisplativije
- Uz poboljšanje zdravstvenih ishoda, također se smanjuju i troškovi u pravosudnom sustavu smanjenjem stope kriminalnih aktivnosti u mlađoj populaciji



# Intervencije u prevenciji rizika mentalnog zdravlja kod mladih

---

- Izbor intervencija u ambulanti školske medicine:
- Individualna savjetovanja
- Savjetovanja s roditeljem
- Međusektorska suradnja sa stručnim suradnicima škole
- Motivacijsko intervjuiranje
- Upućivanje u Službu za mentalno zdravlje i prevenciju ovisnosti
- Upućivanje u sekundarnu specijalističku konzilijarnu zaštitu



# Hvala na pažnji..

---



Nastavni zavod za javno zdravstvo Istarske županije  
Istituto formativo di sanità pubblica della Regione Istriana