

# VEČ ZNANJA – MANJ RAKA

*Fani Čeh, univ. dipl. org.*

*prof. dr. Maja Primic Žakelj, dr. med.*

*V znanju je moč tudi na  
področju zdravja!*

## Uvod

Varovanje in krepitev zdravja sta povezana z znanjem. Zdravje pa je med najbolj pomembnimi dobrinami družbe in eden najpomembnejših virov, ki so potrebni za oblikovanje drugih dobrin. Ni naključje, da strokovnjaki povezujejo zdravje z znanjem in denarjem za doseganje določenih ciljev vsakega posameznika.

Mednarodni pravni dokumenti, ki jih je podpisala tudi naša država, zagotavljajo poleg splošne pravice do zdravja tudi posebne pravice tistim skupinam, ki so še posebej ranljive, in mednje sodijo naši otroci. V obdobju otroštva in mladostništva se namreč oblikujejo stališča in vrednote, ki bodo bistveno vplivale na telesno in duševno zdravje v poznejših letih. Zato sta po ugotovitvah Svetovne zdravstvene organizacije sistematična zdravstvena vzgoja in promocija zdravja izjemno pomembni za sprejemanje odločitev o zdravem življenjskem slogu. Ob tem pa je pouk o zdravju odgovornost, ki jo šole delijo z družino in širšo družbeno skupnostjo.

## Novi pristopi zdravstvene vzgoje

Priče smo temeljitih sprememb zdravstvene vzgoje, ki se kažejo v vsebinski preusmeritvi: od zdravljenja bolezni k uveljavljanju zdravja; od avtoritarne zdravstvene vzgoje k spodbudni in podporni zdravstveni vzgoji; od individualnih medicinskih pristopov k timskega delu in partnerski skrbi za zdravje. Zato je prav, da združimo moči in upoštevamo cilje sodobne zdravstvene vzgoje, ki vključujejo spodbujanje ljudi za doseganje dobrega zdravja, sposobnosti posameznika, da se zna tudi sam boriti proti boleznim, da zna, hoče in zmora izvajati samopomoč, vzajemno pomoč in domačo oskrbo ter poiskati zdravniško pomoč, kadar je potrebna. Vprašanja zdravja so torej porazdeljena med posameznimi sektorji, ki so povezani s pogoji dela in življenja ljudi.

Za uresničevanje teh ciljev pa je nujno, da so ljudje ustrezno informirani in motivirani, imeti morajo dostop do strokovnih informacij in možnost nadzirati dejavnike, ki odločilno vplivajo na zdravje. Le tako si bodo pridobili sposobnost za razvoj lastnih zdravstvenih zmogljivosti in bodo imeli možnost zdrave izbire (npr. kajenje ali zdravje). V partnerskem odnosu med družino, vzpodbudnim okoljem in šolo je lahko ta pot krajša in uspešnejša. Še vedno velja trditev, da to, česar se mladi naučijo, tudi znajo.

## Vloga šole pri preventivi raka

Govoriti o vlogi šole, ki korenito posega v življenje vsakega posameznika, je zagotovo izjemno pomembno. Skozi šolska vrata vstopajo v določenem obdobju generacije otrok. Šolski sistem je najbolj obvezujoč sistem v državi, v katerem se vsak dan srečujejo partnerji, ki so zelo pomembni za vzgojo in izobraževanje – učenci, učitelji in starši. Ob tem, da so otroci enakopravni, imajo pravico do šolanja ter pravico in dolžnost, da se v šoli učijo o varovanju zdravja. To je zapisano v Deklaraciji Združenih narodov o otrokovih pravicah. Zato ni naključje, da so oči zdravstvenih vzgojiteljev v vseh državah sveta uprte v učence in učence v šoli, v kateri živijo, se učijo in delajo, ter v učitelje, ki jim posredujejo znanje in veščine in se od časa do časa srečujejo s starši, ki so odgovorni za izobraževanje in vzgojo svojih otrok. Vloga učitelja postaja glede na spremembe v družbi vse bolj pomembna in odgovorna. Kakovosten pouk je odvisen od načina učiteljevega poučevanja in učenja, njegove izobraženosti, usposobljenosti in zavzetosti za učno snov.

Šola kot vzgojno-izobraževalna ustanova lahko na področju zdravja prevzema del nalog primarne preventive. Ker se vsebine vzgoje za zdravje v programu osnovne šole in srednješolskih programih medpredmetno vključujejo, je pomembno, da imajo učitelji strokovna gradiva, ki jih lahko uporabljajo kot temelj za dopolnitev lastnega znanja, kot vodilo, ko se pripravljajo na pouk, in kot didaktični pripomoček, ki bo mlade, ki so zdravi, motiviral za zdravje. Bistvo pouka je proces pridobivanja znanja, spretnosti, sposobnosti in veščin, ki si jih učenec pridobi tudi na področju varovanja zdravja. Pri tem je pomembno zavedanje, da ima vsako znanje tri razsežnosti: vedeti kaj, kako in čemu. Zato, da bi dvignili raven znanja na področju preprečevanja bolezni, tudi raka, ki imajo mnogotere vzroke in korenine v obdobju mladostništva, so strokovnjaki združili moči in pripravili didaktično-metodično gradivo za učitelje z naslovom Več znanja – manj raka.

Učitelji so na področju primarne preventive nepogrešljiva vez, saj je njihova prednost, da iz dneva v dan spremljajo učence, jih poznajo, vedo za njihova hotenja, poznajo načine, kako jih lahko motivirajo in jim glede na interes in vprašanja dajejo odgovore, s katerimi lahko pomembno vplivajo na določene odločitve. Če obogatijo besede še z vsebinskim slikovnim gradivom kot dokazom za povedano, je vpliv na mlade pri pouku o zdravju še toliko večji. Tako je pripravljen didaktični komplet, ki ob kratkem teoretičnem uvodu o raku v Sloveniji vključuje še strokovne odgovore na to, kaj je rak in kako nastane, opisani so najpomembnejši dejavniki tveganja za raka, katere diagnostične metode in postopki se najpogosteje uporabljajo za odkrivanje raka in kako poteka zdravljenje te bolezni. Ob tem teoretičnem delu, ki je namenjeno učiteljem predmetov in razrednikom, zdravstvenim vzgojiteljem, pa komplet vključuje še petindvajset tematskih barvnih prosojnic, kjer so prikazana najpomembnejša spoznanja v zvezi s pojavnostjo različnih vrst raka na organih in organskih sistemih, predstavljeni so dejavniki tveganja, znaki bolezni, načini preprečevanja in pomen zgodnjega odkrivanja raka. Učitelji bodo lahko

vsebinsko oplemenitili z lastnim strokovnim znanjem ter tako pomembno prispevali k cilju, posredovati uporabno znanje za življenje mladih, ki so bili za avtorje najpomembnejša ciljna skupina pri preprečevanju bolezni raka.

## Sklep

Pomena vzgoje za zdravje v šoli se zavedajo ravnateljci šol, učitelji si želijo dopolniti znanje iz zdravstveno-vzgojnega področja in kar je najpomembnejše, obstaja izjemen interes učenk in učencev, dijakinj in dijakov za pogovore o teh vsebinah. Prav njihovo vprašanje, kaj naj delam, da ne bom dobil/a raka, je vzpodbudilo avtorje, da so združili moči in napisali didaktični komplet za učitelje. Zagotovo ne bi smelo biti več vprašanje, ali posodobljene vsebine vzgoje za zdravje sistematično umestiti v šolo ali ne. Morda je le čas tisti, ki postavlja pred nas toliko dilem in negotovosti v zvezi z vsebinami v šoli: te za zdravje in življenje zagotovo ne smejo manjkati. Če bomo delovali povezovalno, bodo naši otroci in mladostniki lažje sprejemali odločitve v zvezi z odgovornostjo za lastno zdravje in zdravje drugih.

## Literatura

Premik, M., *Socialnomedicinski vidiki zdravstvene vzgoje*, Zdravstveni vestnik 32, Supl 1, str. 3–6, Ljubljana, 1996.

Primic, M., et. al, *Več znanja – manj raka*, Zavod RS za šolstvo, Ljubljana, 2001.