

**ANALÝZA ŽIVOTNÍHO STYLU
A ZDRAVÍ MLÁDEŽE
V KRAJI VYSOČINA**

ZÁVĚREČNÁ ZPRÁVA

projekt

Životní styl a zdraví mládeže v Kraji Vysočina

občanské sdružení

Zdravá Vysočina, o.s.



ve spolupráci

se Státním zdravotním ústavem

Střední zdravotnickou školou a Vyšší odbornou školou zdravotnickou Jihlava

a Vysokou školou polytechnickou Jihlava

Jihlava, červenec 2012

Obsah:

1	ÚVOD.....	4
2	VÝSLEDKY VYŠETŘENÍ ZDRAVOTNÍHO STAVU.....	9
2.1	Vyšetření krevního tlaku.....	9
2.2	Vyšetření hladiny celkového cholesterolu v krvi.....	16
2.3	Stanovení Body Mass Indexu (Indexu tělesné hmotnosti).....	19
2.4	Měření procenta tělesného tuku.....	22
2.5	Ruffierova zkouška tělesné zdatnosti.....	24
3	VÝSLEDKY DOTAZNÍKOVÉ STUDIE.....	27
3.1	Jak hodnotíte svůj současný zdravotní stav.....	27
3.2	Byl/a jste v posledních dvou letech na preventivní prohlídce u svého lékaře?.....	31
3.3	Jste dispenzarizován/a/ - tzn. sledován/a/ - lékařem z důvodu nějakého onemocnění?.....	32
3.4	Pokud jste dispenzarizováni, uveďte s jakým onemocněním.....	34
3.5	Kdy Vám byl naposledy měřen krevní tlak v ordinaci lékaře?.....	34
3.6	Kdy Vám byla naposledy stanovena hladina cholesterolu v krvi?.....	36
3.7	Kdy jste byl/a naposledy u zubního lékaře?.....	38
3.8	Jak často si čistíte zuby?.....	39
3.9	Snídáte?.....	41
3.10	Jaký tuk používáte nejčastěji jako pomazánku na chléb, rohlík či jiné pečivo?.....	43
3.11	Jak často jste v posledním týdnu konzumoval/a následující potraviny a nápoje?.....	44
3.12	Pokud jezdíte na kole, používáte helmu?.....	62
3.13	Jak často cvičíte, běháte, jezdíte na kole ... v min. délce 30 minut v „kuse“?.....	65
3.14	Kolik času strávíte v průměru denně:.....	67
3.15	Kolik času strávíte v průměru denně chůzí (vč. cest do a ze školy)?.....	68
3.16	Kolik času strávíte v průměru denně cvičením (doma, v posilovně, ve Fitness apod.)?.....	70
3.17	Kolik času strávíte v průměru denně jízdou na kole, plaváním, jiným sportem, tancem?.....	73
3.18	Kolik času strávíte v průměru denně u televize?.....	75
3.19	Kolik času strávíte v průměru denně u počítače?.....	76
3.20	Kolik času strávíte v průměru denně v přírodě, v parku, v lese?.....	79
3.21	Kouří někdo z členů Vaší rodiny doma (tzn. uvnitř bytu)?.....	82
3.22	Kolik hodin denně v průměru trávíte v prostředí, kde Vy nebo někdo jiný kouří?.....	84
3.23	Kouříte v současné době?.....	85
3.24	Pokud v současnosti nekouříte, kouřil/a jste někdy v minulosti pravidelně?.....	88
3.25	Pokud v současnosti kouříte, kolik let již kouříte?.....	89

3.26	Znáte osobně někoho, kdo kouří marihuanu (tj. konopí, trávu)?	91
3.27	Znáte osobně někoho, kdo bere nějaké jiné drogy než je marihuana?	93
3.28	Užíval/a jste někdy v životě nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret)?.....	95
3.29	Užíváte nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret) v současné době?.....	99
3.30	Pokud nějakou drogu v současnosti užíváte, o jaký druh drogy se jedná?.....	102
3.31	Jak často pijete alkohol?.....	103
3.32	Kolikrát jste byl/a v posledním půl roce, tj. v posledních šesti měsících, opilý/á?.....	106
3.33	Měl/a jste již pohlavní styk?	109
3.34	Kolik jste měl/a/ dosud sexuálních partnerů?	111
3.35	Pokud máte s někým pohlavní styk, používáte kondom (prezervativ)?.....	115
4	SOUHRN	118
4.1	Úvod.....	118
4.2	Výsledky vyšetření zdravotního stavu	118
4.3	Výsledky dotazníkové studie	120
5	ZÁVĚR A KLÍČOVÁ ZJIŠTĚNÍ	131
6	PŘÍLOHY	135
6.1	Příloha č. 1: Dotazník pro studentky a studenty středních škol v Kraji Vysočina	135
6.2	Příloha č. 2: Hodnoty vyšetřovaných ukazatelů zdravotního stavu	135

Motto:

„Co se v mládí naučíš, ve stáří jako když najdeš“ – chování, životní styl a zdravotní stav v dospělosti jsou výsledkem vývoje a chování během dětství a dospívání.

Tato závěrečná zpráva nebyla jazykově upravena.

1 ÚVOD

Hlavním cílem studie „Analýza životního stylu a zdraví mládeže v Kraji Vysočina“ bylo získat konkrétní informace, údaje a výsledky, týkající se zdraví, zdravotního stavu a životního stylu středoškolské mládeže v Kraji Vysočina. Snahou tohoto projektu bylo zjistit a vyhodnotit počty (tzv. prevalenci) mladých šestnáctiletých lidí s vysokým krevním tlakem, nadlimitní hladinou cholesterolu, podíl mladých osob s nadváhou či obezitou, počty kuřáků, vztah mládeže k alkoholu, drogám a sexuálnímu chování. Studie ukázala, jak mladí lidé žijí, jak se stravují, jak se věnují tolik potřebnému a zdravému pohybu nebo zda dávají přednost sedavému způsobu života. Studie ukázala, jaké pohledy a názory mají středoškoláci na životní styl, jak se chovají a jaké mají postoje ke svému zdraví a zdravému životnímu stylu.

Analýza životního stylu a zdraví mládeže v Kraji Vysočina byla součástí projektu „Životní styl a zdraví mládeže v Kraji Vysočina. V rámci této studie bylo osloveno a navštíveno celkem 22 středních škol, které byly vybrány statisticky náhodným výběrem ze 64 středních škol, které se nachází v Kraji Vysočina. Ve vybraných školách byl projekt realizován vždy ve druhých ročnících a v každé škole v maximálně dvou třídách. Celkem studie proběhla v 41 vybraných třídách v různých typech středních škol.

Do projektu a studie byl vybrán reprezentativní vzorek populace žáků – studentů středních škol ze druhých ročníků. Celkem se projektu zúčastnilo 866 respondentů, z toho bylo 435 (50,2%) chlapců a 431 (49,8%) dívek.

V každé vybrané střední škole (SŠ) žáci a žákyně (respondenti) vyplnili anonymní dotazník (viz příloha této zprávy) a zároveň jim byla provedena tato vyšetření:

- vyšetření krevního tlaku a pulsů
- měření tělesné hmotnosti a výšky
- výpočet Indexu tělesné hmotnosti (BMI)
- měření procenta tělesného tuku
- vyšetření celkové hladiny cholesterolu (z kapky krve přístrojem Accutrend)
- Ruffierova zkouška tělesné zdatnosti.

Tabulka č. 1: Seznam středních škol, vybraných do projektu a počet tříd v každé škole, kde se projekt uskutečnil

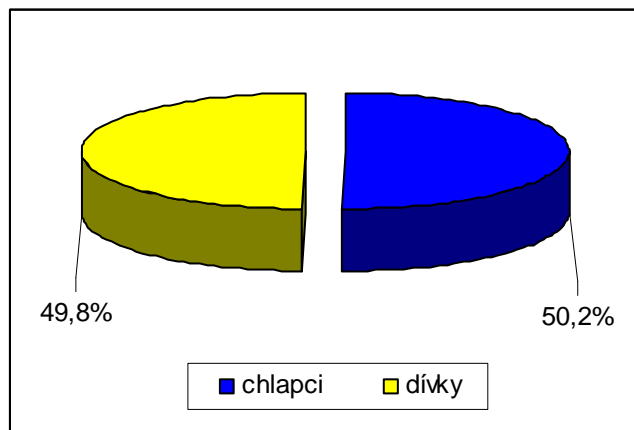
Okres Jihlava	Počet tříd
SOŠ sociální u Matky Boží Jihlava	2
SZŠ a VOŠ zdravotnická Jihlava	2
Gymnázium Jihlava	2
SPŠ Jihlava	2
FARMEKO-VZŠ a SOŠ, s.r.o.	1
SŠ stavební Jihlava	2
SOŠ a SOU Třešť	2
SŠ automobilní Jihlava	1
Okres Havlíčkův Brod	
OA a HŠ Havlíčkův Brod	2
Gymnázium Chotěboř	2
Gymnázium, SOŠ a VOŠ Ledec nad Sázavou	2
Okres Pelhřimov	
Česká zemědělská akademie v Humpolci, SŠ	2
Gymnázium Pacov	1
OA Pelhřimov	2
Okres Žďár nad Sázavou	
SOŠ Nové Město na Moravě	2
HŠ Světlá a OA Velké Meziříčí	2
SZŠ a VOŠ Žďár nad Sázavou	2
SŠ technická Žďár nad Sázavou	2
VOŠ a SPŠ Žďár nad Sázavou	2
Okres Třebíč	
Gymnázium a SOŠ Moravské Budějovice	2
SŠS Třebíč	2
VOŠ a SŠ veterinární, zemědělská a zdravotnická Třebíč	2
Celkem 22 středních škol	41 tříd

Poznámka: v dalším textu, v tabulkách i grafech budou jednotlivé střední školy uváděny vždy pouze pod kódem (číslem), které byly každé škole přiřazeny.

Tabulka č. 2: Počet respondentů – žáků a žákyň středních škol podle škol a pohlaví

škola č.	respondentů celkem	absolutně		%	
		chlapci	dívky	chlapci	dívky
1.	53	5	48	9,4	90,6
2.	49	11	38	22,4	77,6
3.	36	20	16	55,6	44,4
4.	47	47	0	100	0
5.	25	7	18	28	72
6.	41	33	8	80,5	19,5
7.	43	9	34	20,9	79,1
8.	29	29	0	100	0
9.	46	15	31	32,6	67,4
10.	45	19	26	42,2	57,8
11.	34	18	16	52,9	47,1
12.	42	15	27	35,7	64,3
13.	18	8	10	44,4	55,6
14.	48	23	25	47,9	52,1
15.	41	30	11	73,2	26,8
16.	22	5	17	22,7	77,3
17.	50	4	46	8	92
18.	46	46	0	100	0
19.	46	30	16	65,2	34,8
20.	27	6	21	22,2	77,8
21.	41	41	0	100	0
22.	37	14	23	37,8	62,2
Celkem	866	435	431	50,2	49,8

Graf č. 1: Počet respondentů – žáků a žákyň středních škol podle pohlaví

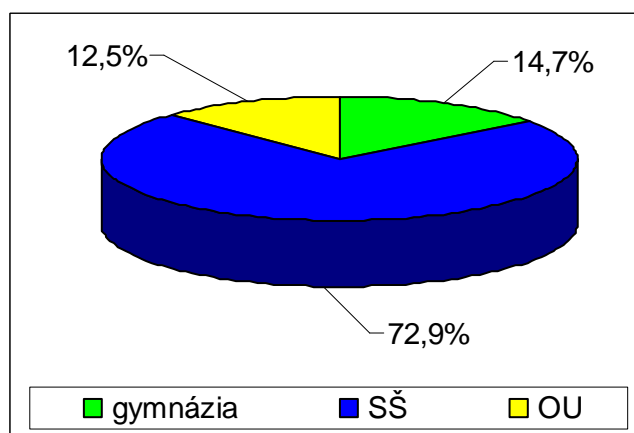


Z celkového počtu 866 respondentů je 127 (14,7%) studentů gymnázií, 108 (12,5%) studujících na odborných učilištích a 631 (72,9%) studentů z ostatních středních škol. Pro školy, které nejsou gymnaziální a odbornými učilišti (OU), budeme pro účely této studie používat označení „ostatní SŠ“, ev. v grafech zkratku „SŠ“.

Tabulka č. 3: Počet respondentů – žáků a žákyň podle typu školy

	chlapci	dívky	celkem	%
gymnázia	60	67	127	14,7
ostatní SŠ	302	329	631	72,9
OU	73	35	108	12,5
Celkem	435	431	866	100

Graf č. 2: Počet respondentů – žáků a žákyň podle typu školy v %



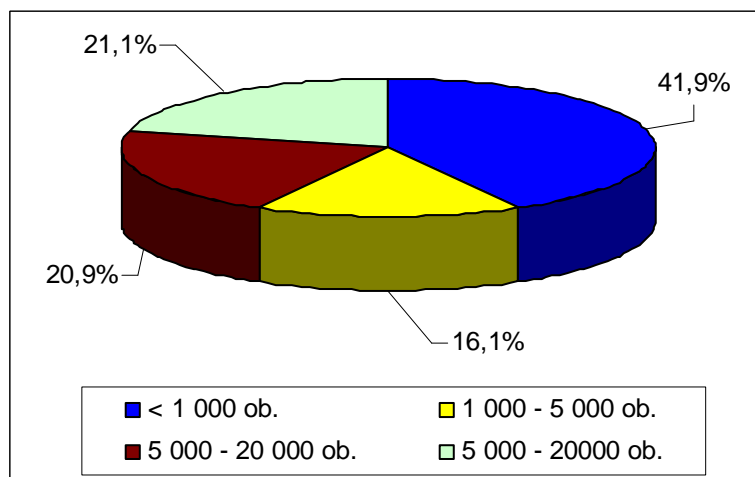
Z celkového počtu 866 respondentů je 363 (41,9%) studentů z malých obcí do tisíce obyvatel, 139 (16,1%) je z větších obcí a malých měst do 5 tisíc obyvatel, 181 (20,9%) z měst mezi 5 – 20 tisíci

obyvatel a zbývajících 183 (21,1%) studentů pak z velkých měst, ve kterých žije více než 20 tisíc obyvatel.

Tabulka č. 4: Počet respondentů – žáků a žákyň podle velikosti obce (tj. počtu obyvatel), ve které trvale bydlí

	abs. počet	%
< 1 000 obyvatel	363	41,9
1 000 – 5 000 obyvatel	139	16,1
5 000 – 20 000 obyvatel	181	20,9
5 000 – 20 000 obyvatel	183	21,1

Graf č. 3: Počet respondentů – žáků a žákyň podle velikosti obce (tj. počtu obyvatel), ve které trvale bydlí



2 VÝSLEDKY VYŠETŘENÍ ZDRAVOTNÍHO STAVU

Jak již bylo uvedeno, v každé vybrané střední škole byla studentkám a studentům provedena následující vyšetření zdravotního stavu:

- vyšetření krevního tlaku a pulsu
- měření tělesné hmotnosti a výšky
- výpočet Indexu tělesné hmotnosti (BMI)
- měření procenta tělesného tuku
- vyšetření celkové hladiny cholesterolu (z kapky krve přístrojem Accutrend)
- Ruffierova zkouška tělesné zdatnosti.

Ti žáci, kteří odmítli, ať už všechna nebo jen některá vyšetření, vyšetření nebyli. Na odběr kapky krve pro vyšetření hladiny celkového cholesterolu v krvi jsme vyžadovali od studentů souhlas alespoň jednoho rodiče – pokud souhlas nebyl předložen, odběr kapky krve a následné vyšetření jsme neprovedli. Z uvedených důvodů byl vyšetřen na uvedená vyšetření a měření různý počet žáků, jejichž počet je vždy uveden u daného vyšetření následně v textu.

Naměřené hodnoty všech provedených vyšetření a měření byly všem studentům sděleny a případně jim bylo i vysvětleno, o jaké hodnoty se s ohledem na dané limity, jedná. Výsledky všech vyšetření a měření byly zapsány do předtištěné tabulky v anonymním dotazníku (viz dotazník v příloze) a také na kartičku, která byla vystavena a předána každému studentovi s výsledky všech vyšetření a měření. Do kartičky byly vždy červeně označeny ty výsledky vyšetření a měření, které byly nadlimitní s tím, že bylo danému studentovi doporučeno, jak má ev. dále postupovat. V případě zjištěných nadlimitních hodnot u krevního tlaku a celkové hladiny cholesterolu byla studentkám a studentům doporučena návštěva u jejich pediatra. V každé třídě byl vždy v několika vyhotoveních ponechán list „Hodnoty vyšetřovaných ukazatelů zdravotního stavu“, kde byly uvedeny limitní hodnoty všech vyšetření a měření, případně i vzorce pro výpočet potřebných výsledků – viz příloha.

2.1 Vyšetření krevního tlaku

Krevní tlak byl měřen za standardních podmínek po minimálně pěti minutách klidu, kdy měřená osoba seděla na židli. Při měření byla dodržována všechna známá doporučení a zásady pro správné měření krevního tlaku. Měření bylo prováděno řádně kalibrovanými digitálními tonometry zn. OMRON s upevněním manžety tonometru na paži 2 – 3 cm nad loketní jamkou. Měření bylo provedeno na pravé ruce, ruka byla položena na stole dlaní vzhůru. K měření byly využívány různé velikosti manžet s ohledem na obvod paže. Během měření nesměl vyšetřovaný mluvit, ani se hýbat.

V případě, že první měření ukázalo nadlimitní, případně k limitu mírné hypertenze blížící se hodnoty (tj. vyšší než 130/80 mm i v jednom ukazateli), bylo následně provedeno další měření, a to manžetovým rtuťovým tonometrem za použití fonendoskopu. V případě opakovaného či opakovaných vyšetření se do hodnocení výsledků této studie využívaly průměrné hodnoty z naměřených. Hodnoty se měřily a vyjadřují se v mm rtuťového sloupce (tj. v torrech). V případě, že i opakovaným měřením byly zjištěny nadlimitní hodnoty, byla studentkám a studentům

doporučena návštěva jejich praktického lékaře – pediatra k ověření výše krevního tlaku, případně i k dalším opatřením (dispenzarizaci, léčbě apod.).

Po konzultaci s pediatry byly za normální, tj. optimální a podlimitní krevní tlak považovány hodnoty 130 mm Hg a nižší u systolického tlaku a hodnoty 80 mm Hg a nižší u diastolického tlaku, tzn. krevní tlak v hodnotách 130/80 a nižších. Krevní tlak byl hodnocen podle následující tabulky:

Tabulka č. 5: Hodnocení krevního tlaku (v mm rtuťového sloupce, tj. v torrech)

	Systolický TK	Diastolický TK
normální – optimální	≤ 130	≤ 80
mírná hypertenze	131 – 140	81 – 85
závažná hypertenze	> 140	> 85

Krevní tlak byl vyšetřen celkem 844 respondentům, z toho bylo 419 dívek a 425 chlapců.

Poznámka: Vyšetření pulsů bylo provedeno, ale z odborných důvodů není v této studii hodnoceno.

Vyšetření systolického krevního tlaku

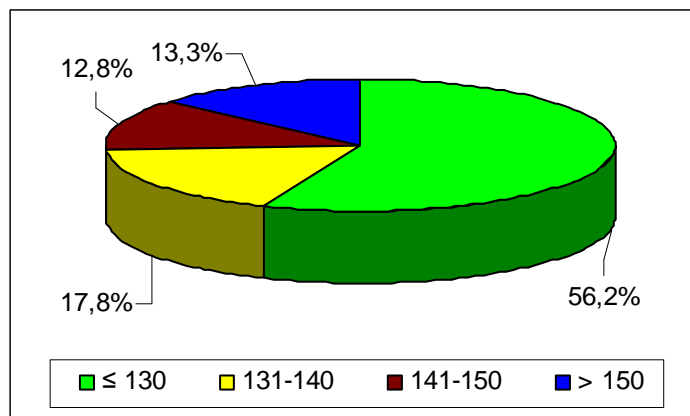
Hodnoty krevního tlaku budou vyhodnoceny zvlášť podle hodnot systolického krevního tlaku, zvlášť podle hodnot diastolického krevního tlaku, a poté v hodnotách společných.

Tabulka č. 6: Výsledky vyšetření systolického krevního tlaku (v mm Hg) v %

TK systolický	celkem	chlapci	dívky
≤ 130	56,2	35,1	77,6
131 – 140	17,8	21,4	14,1
141 – 150	12,8	20,9	4,5
> 150	13,3	22,6	3,8

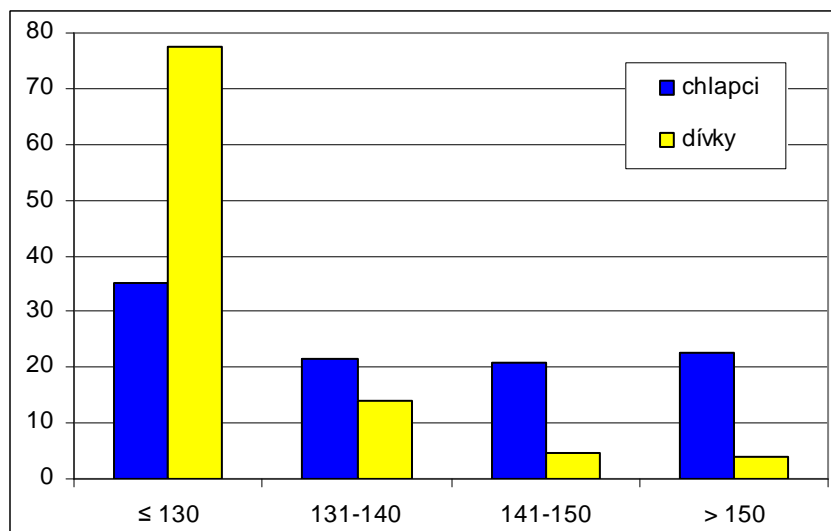
Téměř 44% žáků středních škol byl naměřen systolický krevní tlak vyšší než 130 mm Hg, více než čtvrtině žáků vyšší než 140 mm Hg a 13,3% pak dokonce tlak vyšší než 150 mm Hg.

Graf č. 4: Výsledky vyšetření systolického krevního tlaku (v mm Hg) v %



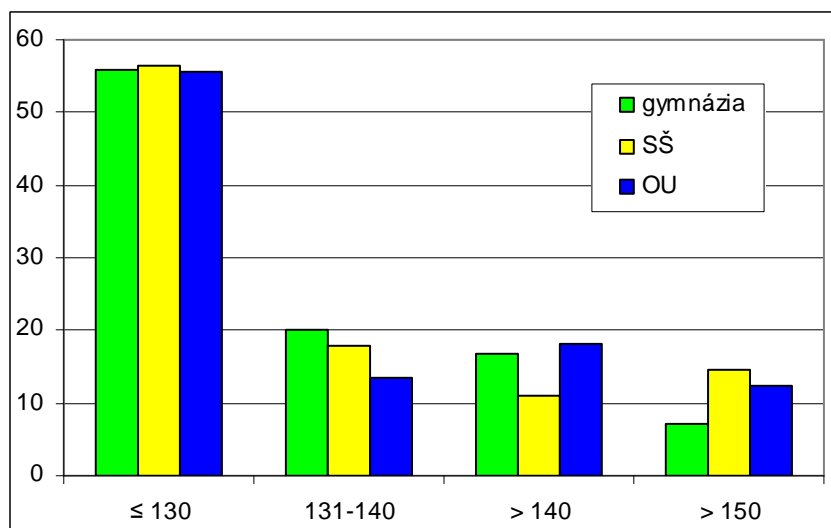
Výrazně horší, tzn. vyšší hodnoty systolického krevního tlaku byly naměřeny chlapcům. Téměř 2/3 z nich (64,9%) byl naměřen systolický krevní tlak vyšší než 130 mm Hg, téměř 44% pak vyšší než 140 mm Hg, a dokonce více než pětina z nich (22,5%) byl naměřen systolický krevní tlak vyšší než 150 mm Hg. Výsledky u dívek jsou výrazně příznivější – „pouze“ 8,3% z nich byl naměřen tento tlak vyšší než 140 mm Hg. Důvodů, proč mají chlapci vyšší krevní tlak, může být zajisté více. Může to souviset i s tím, co jsme zjistili touto studií. Chlapci mnohem více a častěji jí vepřové a hovězí maso, uzeniny a salámy, chipsy a podobné pochutiny, a také stále o něco více kouří než dívky. Možná byly při měření i více stresovány než dívky.

Graf č. 5: Výsledky vyšetření systolického krevního tlaku podle pohlaví (v mm Hg) v %



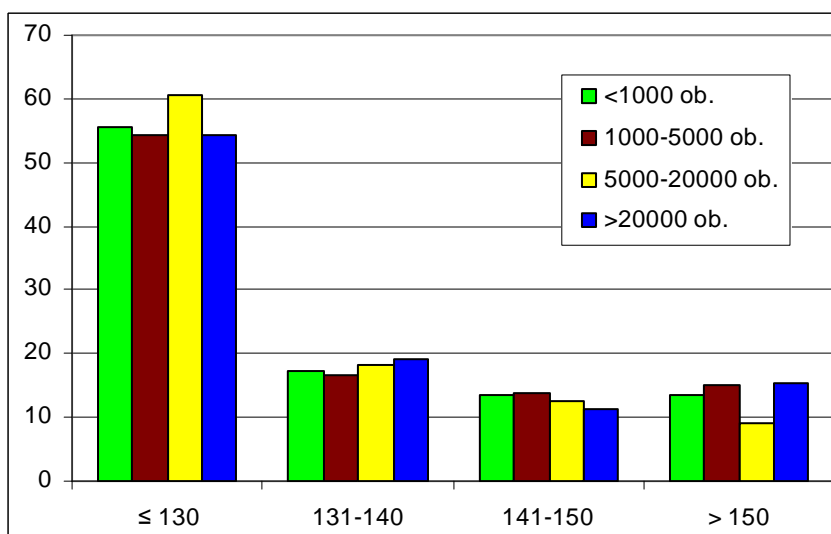
Rozdíly v naměřených systolických krevních tlacích podle typu školy nejsou příliš výrazné, ani významné. Dá se pouze konstatovat, že o něco více studentů učňovských odborných škol mělo zjištěno systolický krevní tlak vyšší než 140 mm Hg – bylo to téměř 31% oproti 24% studentů z gymnázií a 26% studentů z ostatních středních škol.

Graf č. 6: Výsledky vyšetření systolického krevního tlaku podle typu škol (v mm Hg) v %



U výsledků systolického krevního tlaku podle velikosti bydliště nebyly zjištěny významné rozdíly, což dokládá i následující graf.

Graf č. 7: Výsledky vyšetření systolického krevního tlaku podle bydliště (v mm Hg) v %



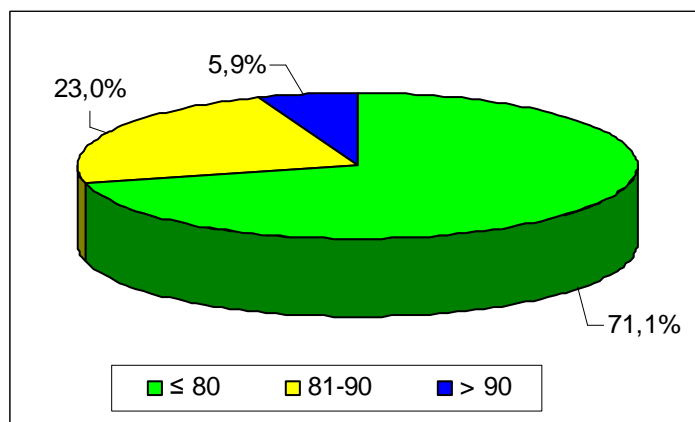
Vyšetření diastolického krevního tlaku

Tabulka č. 7: Výsledky vyšetření diastolického krevního tlaku (v mm Hg) v %

TK diastolický	celkem	chlapci	dívky
≤ 80	71,1	67,8	74,5
81 – 90	23,0	25,2	20,8
> 90	5,9	7,0	4,7

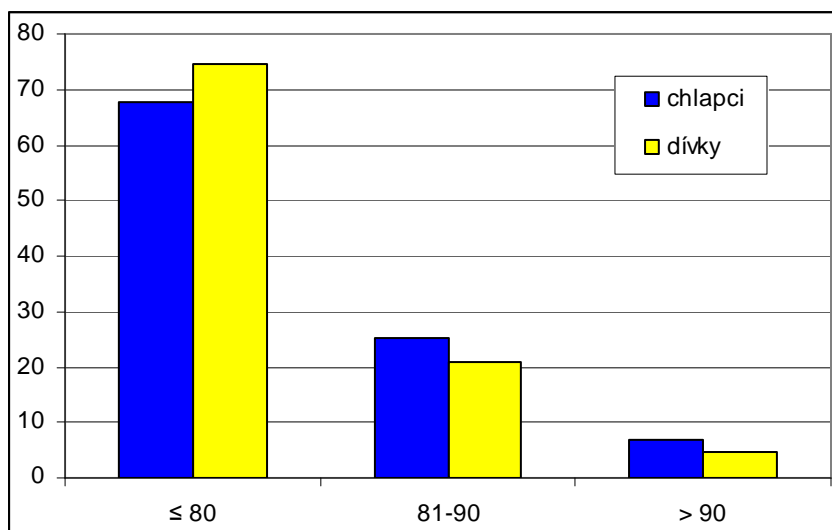
Téměř třiceti procentům (28,9%) šestnáctiletých žáků středních škol byl naměřen diastolický krevní tlak vyšší než 80 mm Hg, téměř 6% pak dokonce vyšší než 90 mm Hg.

Graf č. 8: Výsledky vyšetření diastolického krevního tlaku (v mm Hg) v %



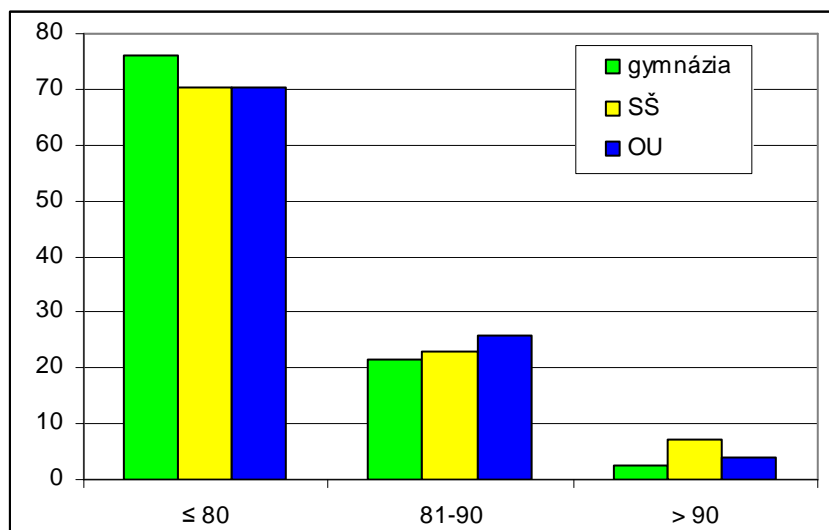
Podobně jako u systolického tlaku, tak i u diastolického byly zaznamenány horší výsledky, tzn. vyšší hodnoty diastolického krevního tlaku, u chlapců. Téměř třetině z nich (32,2%) byl naměřen tento krevní tlak vyšší než 80 mm Hg, 7% pak dokonce vyšší než 90 mm Hg. Výsledky u dívek jsou poněkud příznivější – přesto diastolický tlak vyšší než 80 mm Hg byl naměřen více než čtvrtině (25,5%) dívek.

Graf č. 9: Výsledky vyšetření systolického krevního tlaku podle pohlaví (v mm Hg) v %



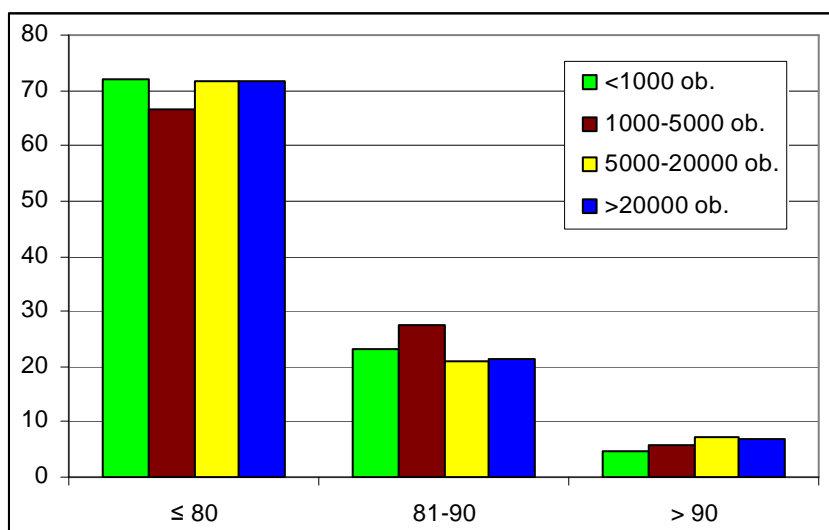
Rozdíly v naměřených diastolických krevních tlacích podle typu školy nejsou příliš výrazné, ani významné. Studenti gymnázií mají mírně příznivější hodnoty naměřených diastolických tlaků oproti studentům z jiných typů SŠ.

Graf č. 10: Výsledky vyšetření diastolického krevního tlaku podle typu škol (v mm Hg) v %



Podobně ani u výsledků diastolického krevního tlaku podle velikosti bydliště nebyly zjištěny významné rozdíly, což dokládá i následující graf.

Graf č. 11: Výsledky vyšetření diastolického krevního tlaku podle bydliště (v mm Hg) v %



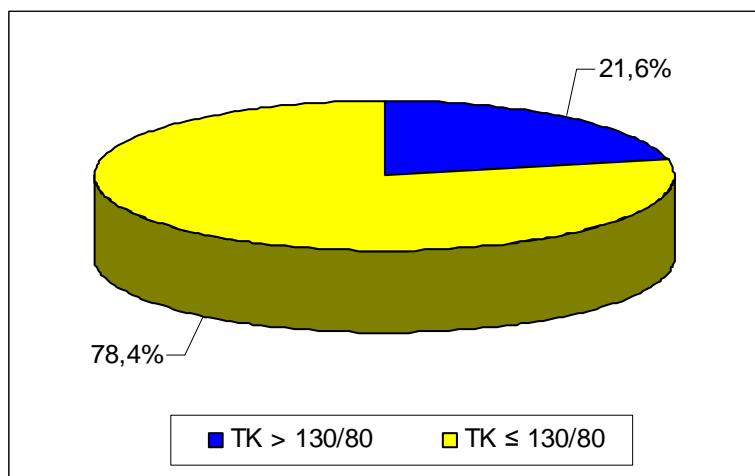
Vyšetření krevního tlaku (systolického i diastolického společně)

Tabulka č. 8: Výsledky vyšetření krevního tlaku (v mm Hg) v %

TK	celkem	chlapci	dívky
> 130/80	21,6	28,2	14,8
≤ 130/80	78,4	71,8	85,2

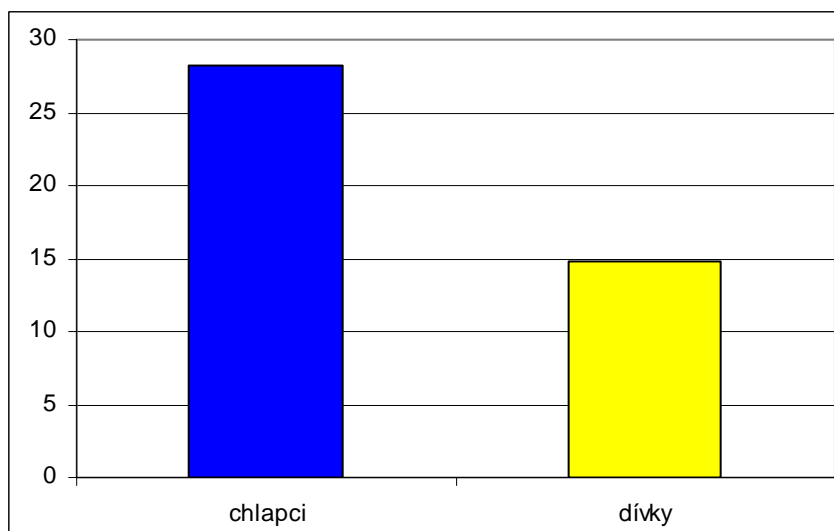
Krevní tlak vyšší než 130/80 mm Hg byl zjištěn u více než pětiny (21,6%) šestnáctiletých studentů středních škol v Kraji Vysočina.

Graf č. 12: Výsledky vyšetření krevního tlaku (v mm Hg) v %



Výsledky u chlapců byly opět výrazně horší než u stejně starých dívek. Více než čtvrtině (28,2%) chlapců byl zjištěn krevní tlak vyšší než 130/80 mg Hg, dívek s takto vyšším tlakem bylo 14,8%. Tento výrazný rozdíl je patrný jak v předcházející tabulce, tak i v následujícím grafu.

Graf č. 13: Výsledky vyšetření krevního tlaku (v mm Hg) podle pohlaví v %



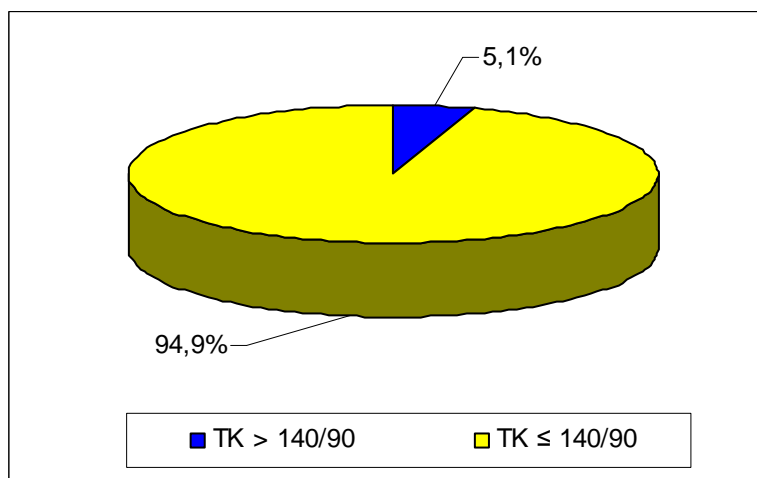
Posledním hodnocením u vyšetření krevního tlaku jsou hodnoty nad 140/90 mm Hg.

Tabulka č. 9: Výsledky vyšetření krevního tlaku (v mm Hg) v %

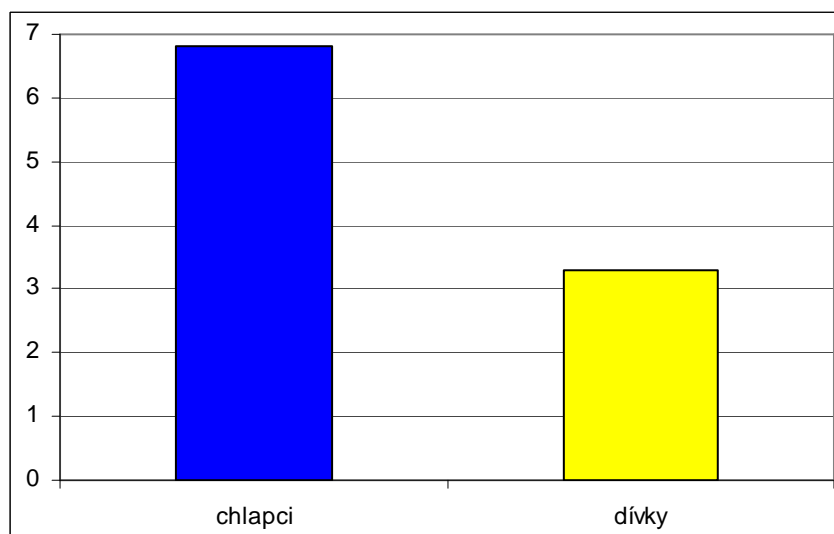
TK	celkem	chlapci	dívky
> 140/90	5,1	6,8	3,3
≤ 140/90	94,9	93,2	96,7

Krevní tlak vyšší než 140/90 mm Hg byl zjištěn u více než 5% (5,1%) mládeže, přitom výrazně více osob s takto vysokým krevním tlakem bylo mezi chlapci – 6,8%, dívek pak bylo 3,3%.

Graf č. 14: Výsledky vyšetření krevního tlaku (v mm Hg) v %



Graf č. 15: Výsledky vyšetření krevního tlaku (v mm Hg) podle pohlaví v %



2.2 Vyšetření hladiny celkového cholesterolu v krvi

Cholesterol je látka tukové povahy, která se tvoří v těle a také se do krve dostává potravou při nadměrném příjmu tuků. Nadbytečné množství cholesterolu v těle a v krvi se ukládá v cévní stěně. Cévní stěna v důsledku tohoto hrubne, ztrácí pružnost a zužuje se její průsvit. Tím se znesnadňuje průtok krve a prokrvování tkání a dochází ke vzniku tzv. aterosklerózy. Hrozí srdeční infarkt (infarkt myokardu), kdy je ucpaná důležitá céva v srdci, nebo cévní mozková příhoda, kdy se krev nemůže dostat do mozku a nevyživuje ho. Zvýšená či vysoká hladina cholesterolu je jednou z nejrizikovějších příčin většiny srdečně-cévních nemocí.

Hladina celkového cholesterolu v krevní plazmě v průběhu života stoupá od 2,8 mmol/l u malých dětí až po vysoké hladiny, vyšší např. než 8 mmol/l, u osob dospělých. Hladina celkového cholesterolu by obecně měla být nižší než 5,2 mmol/l. Většina odborníků považuje tuto hladinu za normální, a to jak u dospělých, tak u mládeže. Hodnoty celkového cholesterolu mezi 5,2 – 6,2 mmol/l bývají považovány za hodnoty se zvýšeným rizikem a hodnoty vyšší než 6,2 mmol/l pak za hodnoty představující vysoké riziko.

Hladinu celkového cholesterolu je možné vyšetřovat odběrem žilní krve z loketní jamky, ale také odběrem kapky kapilární krve z prstu. V tomto případě se jedná o mnohem jednodušší odběr i vyšetření, které je prováděno na přístroji Reflotron a nebo Accutrend. Výhodou tohoto vyšetření je i skutečnost, že výsledek je znám zhruba za 4 minuty po odběru a přenesení odebrané krve do přístroje. Pro potřeby této studie a analýzy byla samozřejmě zvolena druhá metoda odběru a vyšetření, byl využit přístroj Accutrend. Jak již bylo uvedeno, pro toto vyšetření byl zapotřebí předchozí písemný souhlas alespoň jednoho rodiče. Pokud tento souhlas nebyl předložen, vyšetření provedeno nebylo.

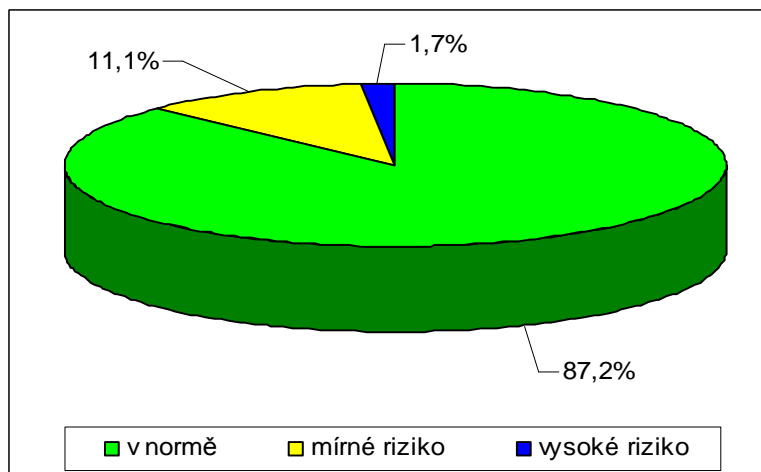
Celkem byla hladina celkového cholesterolu v krvi vyšetřena 646 studentům, z toho 337 dívkám a 309 chlapcům.

Tabulka č. 10: Výsledky vyšetření hladiny celkového cholesterolu v krvi v %

	celkem	chlapci	dívky
v normě ($\leq 5,2$ mmol/l)	87,2	94,8	80,1
mírné riziko (5,21 – 6,2 mmol/l)	11,1	4,9	16,9
vysoké riziko ($> 6,2$ mmol/l)	1,7	0,3	3,0

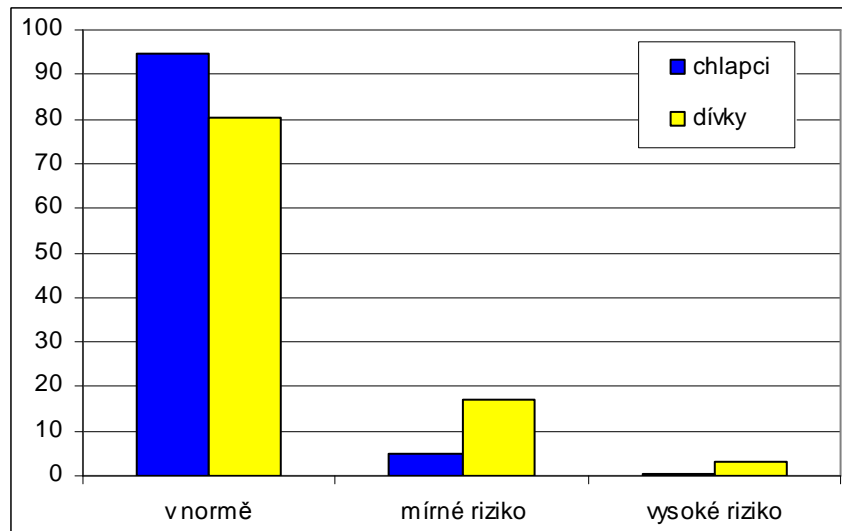
Více než desetina (12,8%) šestnáctileté mládeže ze středních škol v Kraji Vysočina má zvýšenou hladinu celkového cholesterolu v krvi a téměř 2% (1,7%) pak dokonce hladinu vyšší než 6,2 mmol/l, což je považováno za vysoké riziko.

Graf č. 16: Výsledky vyšetření hladiny celkového cholesterolu v krvi v %



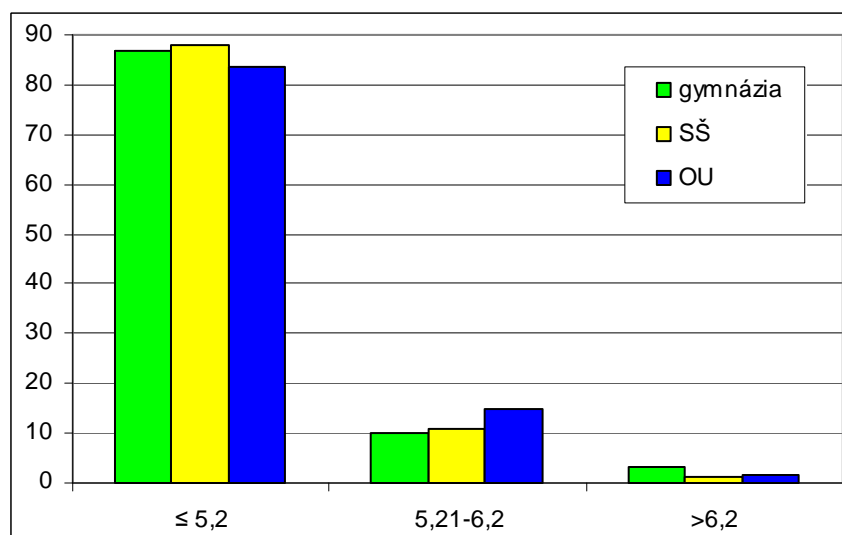
Na rozdíl od vyšetření krevního tlaku jsou výsledky hladiny cholesterolu v krvi naopak výrazně horší u dívek. Cholesterol vyšší než 5,2 mmol/l má pětina (19,9%) dívek, ale čtyřikrát méně (5,2%) chlapců. Cholesterol vyšší než 6,2 mmol/l mají pak 3% dívek a pouze 0,3% chlapců.

Graf č. 17: Výsledky vyšetření hladiny celkového cholesterolu v krvi podle pohlaví v %

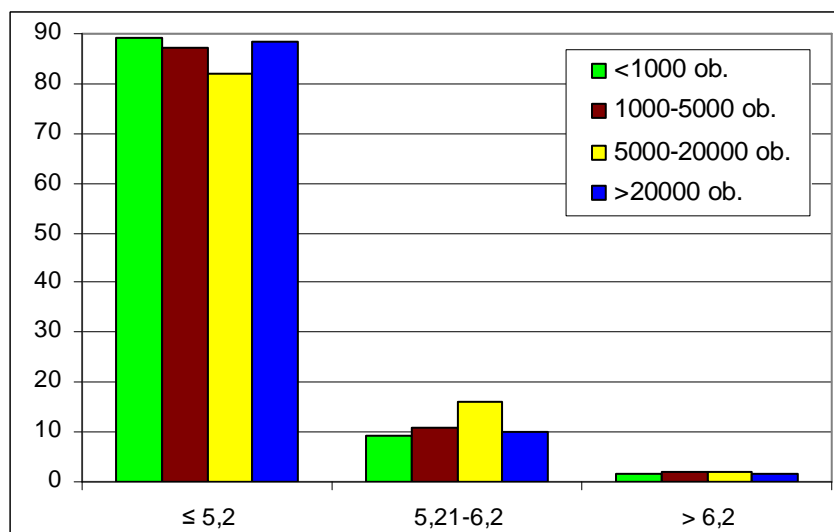


Rozdíly ve zjištěných hodnotách celkového cholesterolu podle typu školy, případně podle velikosti sídla, ve kterém studenti bydlí, jsou poměrně velmi malé a nevýznamné, což ukazují následující dva grafy.

Graf č. 18: Výsledky vyšetření hladiny celkového cholesterolu v krvi podle typu škol v %



Graf č. 19: Výsledky vyšetření hladiny celkového cholesterolu v krvi podle bydliště v %



2.3 Stanovení Body Mass Indexu (Indexu tělesné hmotnosti)

Přesto, že nadměrná hmotnost a zejména obezita má výrazné negativní zdravotní následky, značná část populace nadváhou nebo dokonce obezitou trpí. Nadváha a obezita v dětství jsou velice často prvním krokem k obezitě v dospělosti, která bývá často ještě výraznější než v dospívajícím věku.

Index tělesné hmotnosti nebo-li tzv. BMI (Body Mass Index) umožňuje vyhodnotit podvýživu, normální hmotnost, nadváhu či obezitu. Tento index se vypočítá podle vzorce: $BMI = \text{hmotnost v kg} / \text{výška v m}^2$.

Všichni studenti zařazení do projektu byli zváženi na digitální váze s přesností na 0,1 kg a následně změřeni výškoměrem s přesností na 0,5 cm. Získané údaje byly dosazeny do vzorce a byl vypočítán Index tělesné hmotnosti.

Vypočítané BMI se u mládeže vyhodnocuje podle tabulek či grafů. S velmi mírnou korekcí lze stanovené BMI u dívek i chlapců vyhodnocovat stejně podle následující tabulky.

Tabulka č. 11: Hodnoty Indexu tělesné hmotnosti (BMI) a jejich hodnocení

≤ 19,0	nízká hmotnost, podvýživa
19,1 – 24,0	správná, optimální hmotnost
24,1 – 29,0	nadváha
29,1 – 34,0	mírná obezita
> 34,0	těžká obezita

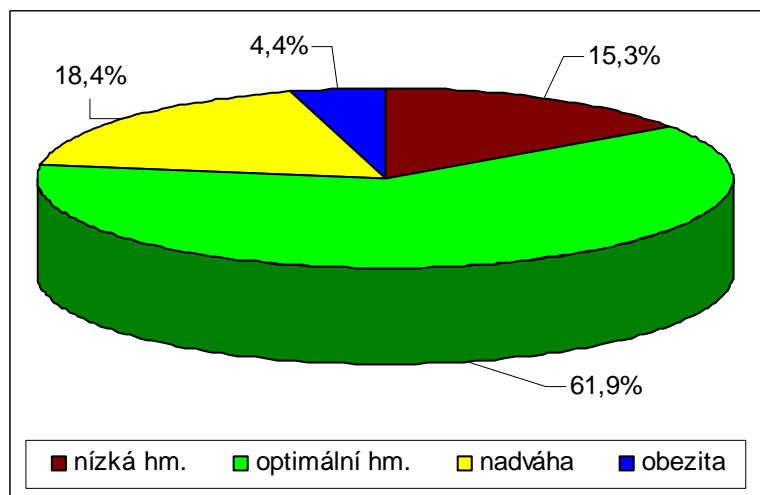
BMI byl v rámci této studie stanoven celkem 828 žákům či žákyním 2. ročníků středních škol, z toho bylo 409 dívek a 419 chlapců.

Tabulka č. 12: Výsledky stanovení BMI (Indexu tělesné hmotnosti) v %

	celkem	chlapci	dívky
nízká hmotnost, podvýživa	15,3	11,2	19,6
správná, optimální hmotnost	61,9	58,3	65,5
nadváha	18,4	24,6	12,0
mírná obezita	3,7	5,7	1,7
těžká obezita	0,7	0,2	1,2

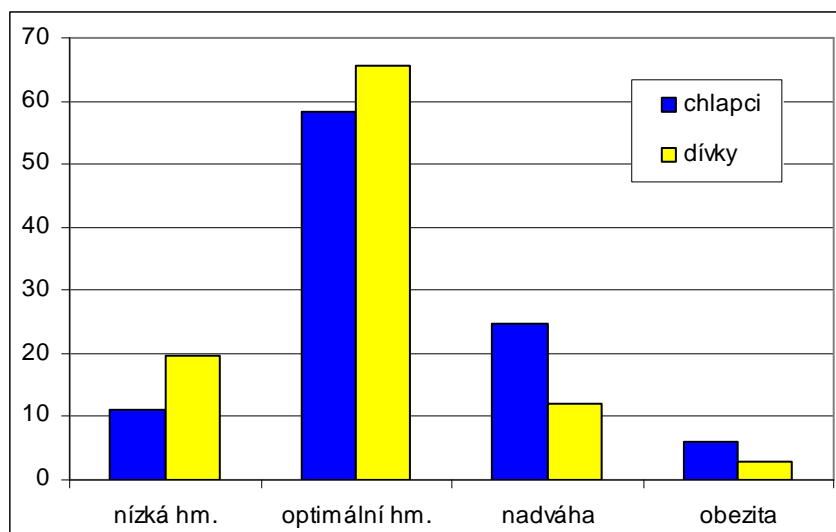
Nadváhou či dokonce obezitou trpí více než pětina (22,8%) šestnáctiletých studentů středních škol v Kraji Vysočina, zhruba dalších 15% mládeže má nižší hmotnost než určuje index BMI a pouze 62% mladých osob má optimální hmotnost. Necelých 5% šestnáctiletých je obézních, tzn., že jejich BMI je vyšší než 29,0, necelé 1% pak již v tomto mladém věku má těžkou obezitu.

Graf č. 20: Výsledky stanovení BMI (Indexu tělesné hmotnosti) v %



Zjistili jsme, že v souboru trpí nadváhou a obezitou výrazně více chlapci než dívky. Nadváhu má 12% dívek a téměř plná čtvrtina (24,6%) chlapců, obezitu pak 3% dívek a 6% chlapců. Vyšší podíl nadváhy a obezity u chlapců může souviset i s výsledky jejich stravování, které jsme touto studií zjistili (viz kapitola 3.11 této zprávy). Výrazně více, téměř pětina (19,6%) dívek má nízkou hmotnost (tj. BMI nižší než 19,1), zatímco u chlapců tento počet činí 11,2%. Optimální hmotnost mají 2/3 (65,5%) dívek a 58,3% chlapců.

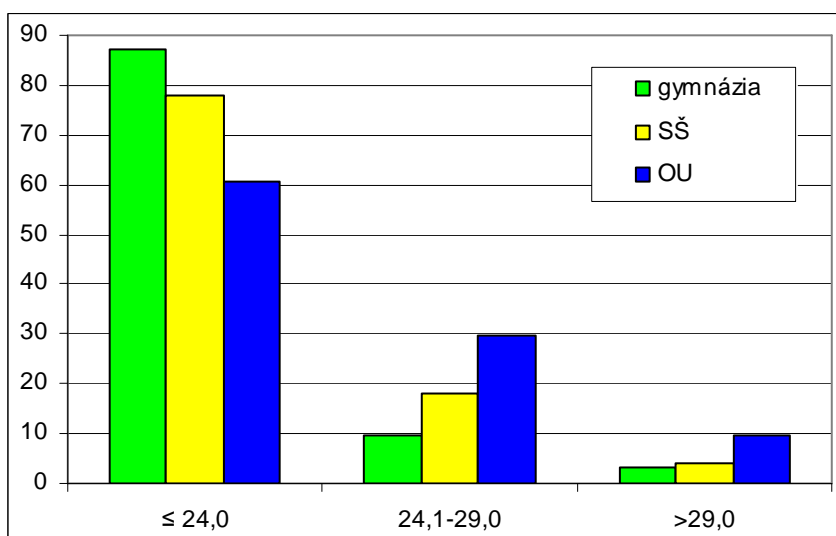
Graf č. 21: Výsledky stanovení BMI (Indexu tělesné hmotnosti) podle pohlaví v %



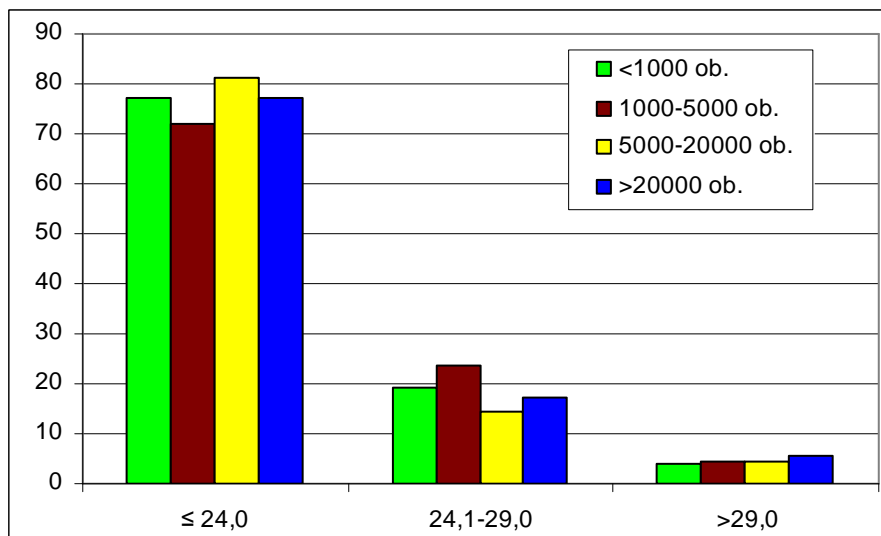
Zatímco rozdíly v Indexu tělesné hmotnosti s ohledem na velikost bydliště jsou nevýznamné, tak rozdíly v hodnotách BMI podle typu školy, kterou mládež studuje, jsou poměrně značné. Nadváhou či obezitou mnohem častěji trpí žáci odborných učilišť – v součtu se jedná o téměř 40% (39,4%) učňů, přímo obezitu má téměř 10% studentů učilišť. Naproti tomu nadváhu či obezitu má necelých 13% studentů gymnázií, přímo obezitou trpí 3,2% gymnazistů.

Podobná situace je i ve srovnání chlapců a dívek. Zatímco nadváhu či obezitu má více než 40% (43,7%) chlapců studujících odborné učiliště, na gymnáziích to je výrazně méně – necelá čtvrtina (23,7%). Podobná situace je i u dívek – nadváhou nebo obezitou trpí téměř třetina (30,3%) dívek na učilištích, na gymnáziích to jsou pouze 3%. Určitou zvláštností je i skutečnost, že jsme na žádném gymnáziu u žádné vyšetřené dívky nezjistili obezitu, tj. BMI vyšší než 29,0.

Graf č. 22: Výsledky stanovení BMI (Indexu tělesné hmotnosti) podle typu škol v %



Graf č. 23: Výsledky stanovení BMI (Indexu tělesné hmotnosti) podle bydliště v %



2.4 Měření procenta tělesného tuku

Měření procenta tělesného tuku (% TT) umožňuje určit poměr svalové a tukové tkáně v těle. Zdravotní rizika u nadváhy, případně obezity jsou pak tím vyšší, čím je vyšší obsah tuku. Naopak člověk, která má vyšší hmotnost, ale jeho tělo je tvořeno převážně svalovinou, má zdravotní rizika nižší. Nadbytek tělesného tuku může způsobovat celou řadu zdravotních problémů, od bolestí zad a kloubů až např. po vznik a rozvoj vysokého krevního tlaku, různých srdečně-cévních nemocí, cukrovky apod.

Jednou z nejrozšířenějších metod měření procenta tělesného tuku v těle je tzv. bioelektrická impedanční analýza neboli bioimpedance. Přístroj, založený na této metodě, měří odpor, který tělo klade průchodu elektrického proudu s nízkou intenzitou a vysokou frekvencí. Metoda je založena na rozdílné elektrické vodivosti tuku a jiných tělesných tkání. Přístroj OMRON BF 306, který využívá tento princip, byl využit při měření procenta tělesného tuku v rámci této studie. Naměřené hodnoty % TT pak byly porovnány s tabulkovými hodnotami, které byly získány v rozsáhlých populačních studiích. Pro hodnocení % TT u šestnáctileté mládeže jsme použili tyto doporučené tabulky:

Tabulka č. 13: Hodnocení procenta tělesného tuku

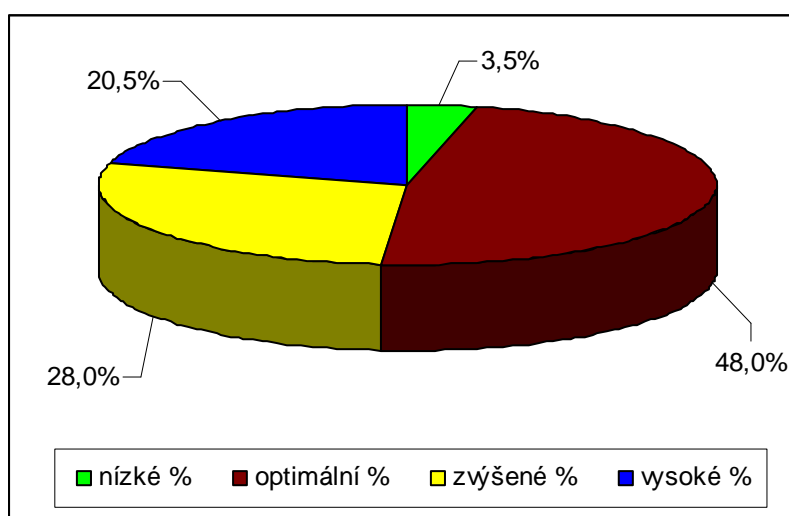
% TT	chlapci	dívky
nízké	≤ 8,0	≤ 17,0
optimální	8,1 – 18,0	17,1 – 29,0
zvýšené	18,1 – 24,0	29,1 – 34,0
vysoké	> 24,0	> 34,0

Procento tělesného tuku bylo v rámci této studie stanoveno celkem 817 žákům či žákyním druhých ročníků středních škol, z toho bylo 403 dívek a 414 chlapců.

Tabulka č. 14: Výsledky měření procenta tělesného tuku (% TT) v %

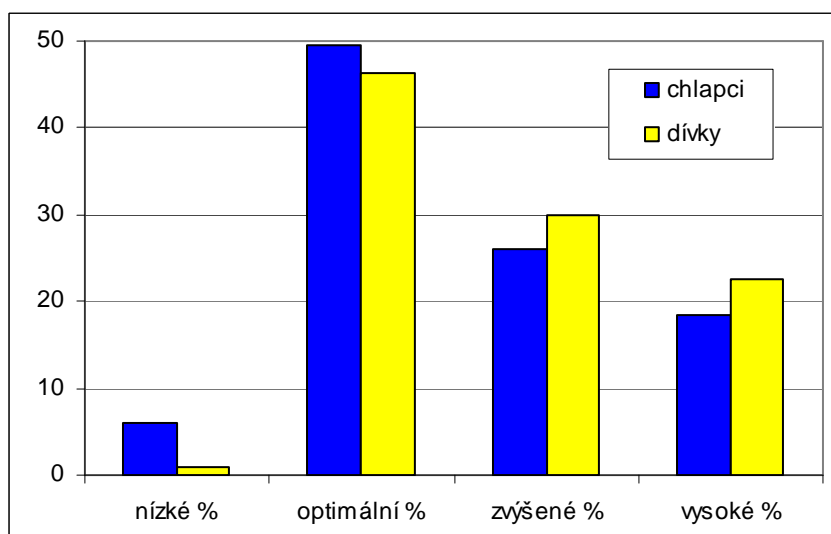
% TT	celkem	chlapci	dívky
nízké	3,5	6,0	1,0
optimální	48,0	49,5	46,4
zvýšené	28,0	26,1	30,0
vysoké	20,5	18,4	22,6

Graf č. 24: Výsledky měření procenta tělesného tuku (% TT) v %



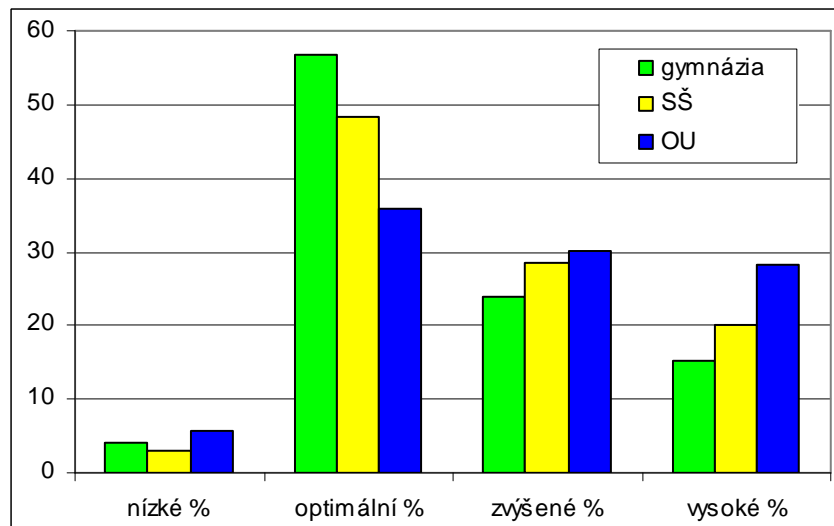
Téměř polovina (48,5%) šestnáctiletých žáků ze středních škol zapojených do projektu má zvýšené nebo vysoké % tělesného tuku a pětina (20,5%) mládeže má přímo vysoké % TT. Hůře na tom jsou dívky – z nich má dokonce více než polovina (52,6%) zvýšené nebo vysoké % TT, u chlapců je to o 8% méně – přesto 44,5% z nich má minimálně zvýšené množství tělesného tuku.

Graf č. 25: Výsledky měření procenta tělesného tuku (% TT) podle pohlaví v %



Značné rozdíly byly ve výsledcích % tělesného tuku zjištěny u mládeže podle typu škol, které navštěvují. Zatímco zvýšené či vysoké % TT má necelých 40% šestnáctileté mládeže studující na gymnáziích, na odborných učilištích to je téměř 60% studentů, z nichž téměř polovina (28% z celkového počtu učňů) má dokonce vysoké % TT. Významné rozdíly v tomto vyšetření u respondentů podle velikosti trvalého bydliště nebyly zjištěny.

Graf č. 26: Výsledky měření procenta tělesného tuku (% TT) podle typu škol v %



2.5 Ruffierova zkouška tělesné zdatnosti

Nadváha a obezita vznikají často důsledkem pohybové inaktivity. Bohužel, i mládež velmi často inklinuje k pasivnímu trávení volného času a jejich tělesná kondice bývá velice špatná, což prokázala i tato studie. Ruffierova zkouška je poměrně jednoduchým testem, založeným na měření tepové frekvence před a po tělesném zatížení, který umožní tělesnou zdatnost orientačně vyhodnotit. Srovnávají se tepové frekvence (pulzu) v klidu, ihned po zátěži a po minutovém odpočinku. Test vychází z předpokladu, že trénovaný a zdatný člověk má nižší nárůst tepové frekvence po zátěži, a také to, že mu během odpočinku po zátěži tepová frekvence rychleji klesá než osobě méně trénované a méně zdatné.

Postup při tomto testu byl následující:

- nejprve se změřil dané osobě počet tepů (TF1) za 15 sekund
- následně testovaná osoba provedla 30 dřepů, tempo bylo pravidelné ve frekvenci jeden dřep za jednu sekundu
- ihned po dokončení byl osobě změřen počet tepů (TF2) za 15 sekund
- testovaný byl následně v klidu po dobu 1 minuty
- poté se mu změřila naposledy tepová frekvence (TF3) za 15 sekund
- získané hodnoty se dosadily do vzorce tzv. Ruffierova indexu (RI):

$$RI = [(TF1 + TF2 + TF3) \times 4 - 200] / 10$$

Výsledkem je počet bodů, kterých testovaná osoba dosáhla, a který je vyhodnocen podle následující tabulky.

Tabulka č. 15: *Hodnocení Ruffierovy zkoušky tělesné zdatnosti*

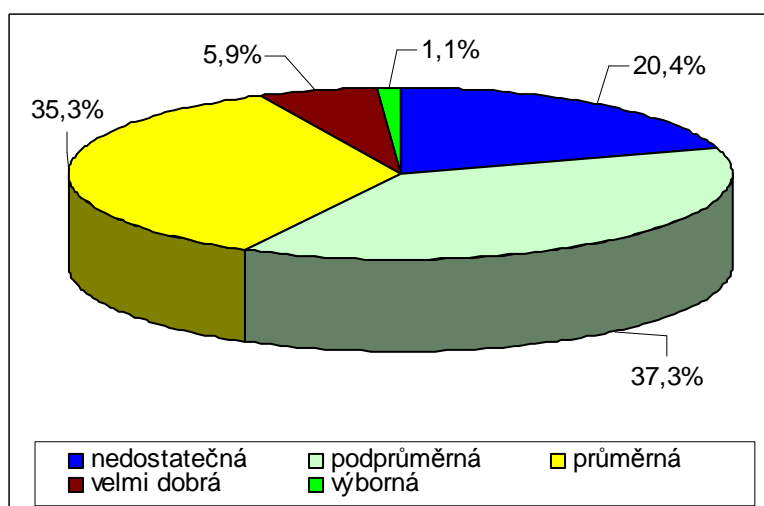
Index zdatnosti	Tělesná zdatnost
nižší než 0	výborná
0,1 – 5	velmi dobrá
5,1 – 10	průměrná
10,1 – 15	podprůměrná
vyšší než 15	nedostačující

Tabulka č. 16: *Výsledky hodnocení Ruffierovy zkoušky tělesné zdatnosti v %*

Tělesná zdatnost	celkem	chlapci	dívky
nedostatečná	20,4	15,2	25,6
podprůměrná	37,3	35,2	39,5
průměrná	35,3	41	29,5
velmi dobrá	5,9	7,1	4,7
výborná	1,1	1,5	0,7

Pětina šestnáctileté mládeže v Kraji Vysočina studující 2. ročníky středních škol má nedostatečnou, tj. velmi špatnou, tělesnou zdatnost a více než polovina mládeže (57,7%) má tělesnou zdatnost podprůměrnou či nedostatečnou, tzn. špatnou. Pouze 7% těchto studentů má tělesnou zdatnost velmi dobrou či výbornou.

Graf č. 27: *Výsledky hodnocení Ruffierovy zkoušky tělesné zdatnosti v %*



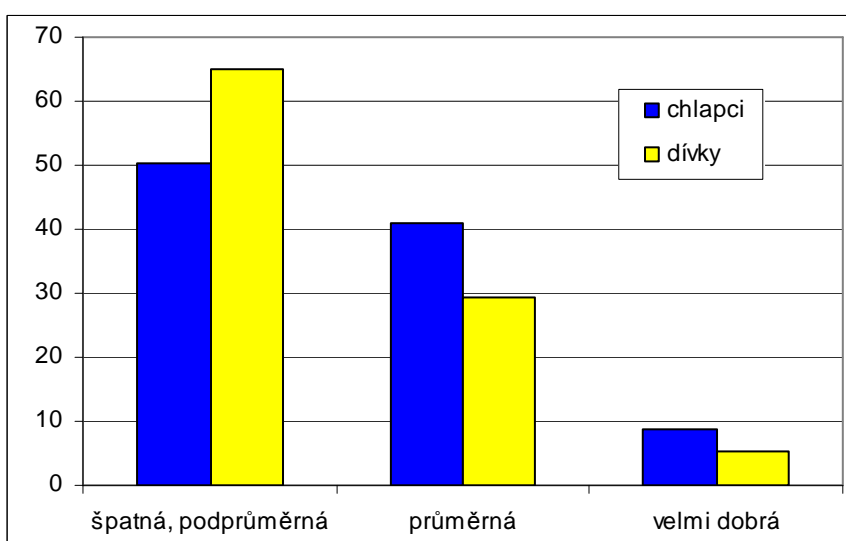
Výrazně horší tělesná zdatnost byla Ruffierovým testem zjištěna u dívek. Více než čtvrtina (25,6%) dívek má tu nejhorší tělesnou zdatnost, tzn. nedostatečnou a dalších téměř 40% dívek pak zdatnost podprůměrnou. Pouze 5% dívek má tělesnou zdatnost velmi dobrou nebo výbornou. Chlapci jsou na tom o něco lépe. Téměř 9% z nich má dobrou nebo výbornou tělesnou zdatnost, naopak podprůměrnou má 35% z nich a nedostatečnou 15% z nich.

Pro přehlednější hodnocení tělesné zdatnosti jsme v některých následujících případech zjednodušili hodnocení podle následující tabulky.

Tabulka č. 17: Zjednodušené hodnocení Ruffierovy zkoušky tělesné zdatnosti

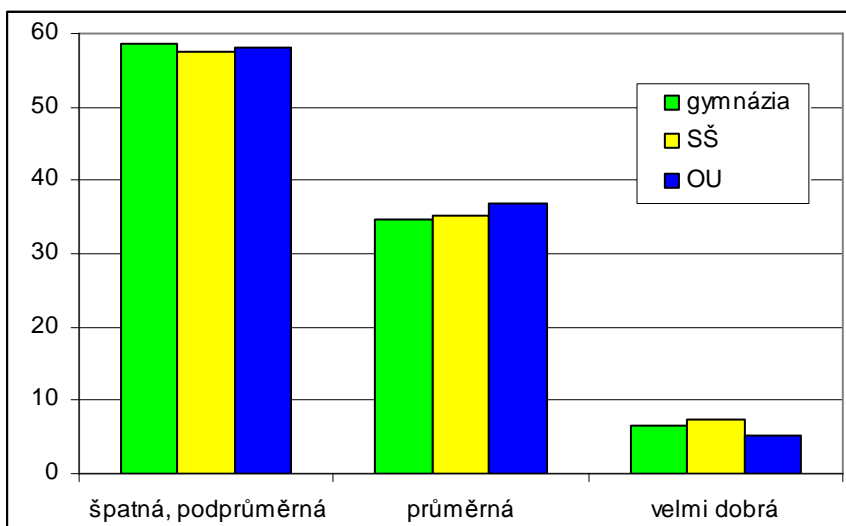
Index zdatnosti	Tělesná zdatnost
nižší než 5	velmi dobrá
5,1 – 10	průměrná
vyšší než 10	špatná, podprůměrná

Graf č. 28: Výsledky hodnocení Ruffierovy zkoušky tělesné zdatnosti podle pohlaví v %



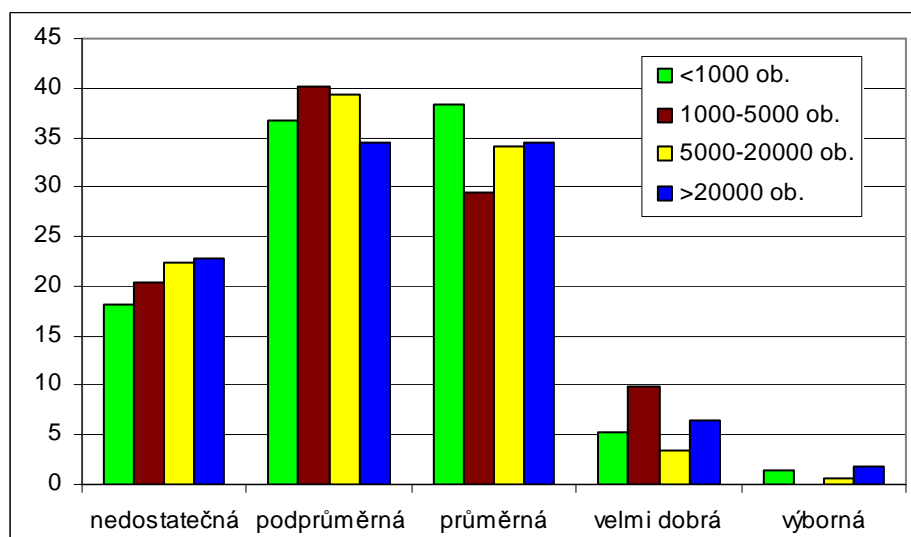
Zajímavostí je určitě skutečnost, že nebyly zjištěny prakticky žádné rozdíly ve fyzické zdatnosti u mládeže podle typu škol, kterou navštěvují, což dokládá i následující graf.

Graf č. 29: Výsledky hodnocení Ruffierovy zkoušky tělesné zdatnosti podle typu škol v %



Určité, i když velmi malé a nevýznamné, rozdíly ve výsledcích tělesné zdatnosti podle velikosti bydliště jsou patrné při detailnějším hodnocení. Tu nejhorší, tzn. nedostatečnou tělesnou zdatnost, mají studenti v malých sídlech (tj. v obcích do tisíce obyvatel) v menší míře – byla zjištěna u 18,2% z nich. S narůstající velikostí bydliště přibývá podíl studentů s touto nedostatečnou zdatností – v největších sídlech (s velikostí nad 20 tisíc obyvatel) je podíl těchto studentů již 22,8%. V ostatních kategoriích hodnocení tělesné zdatnosti nebyly zjištěny významné rozdíly, které by korespondovaly s velikostí bydliště.

Graf č. 30: Výsledky hodnocení Ruffierovy zkoušky tělesné zdatnosti podle bydliště v %



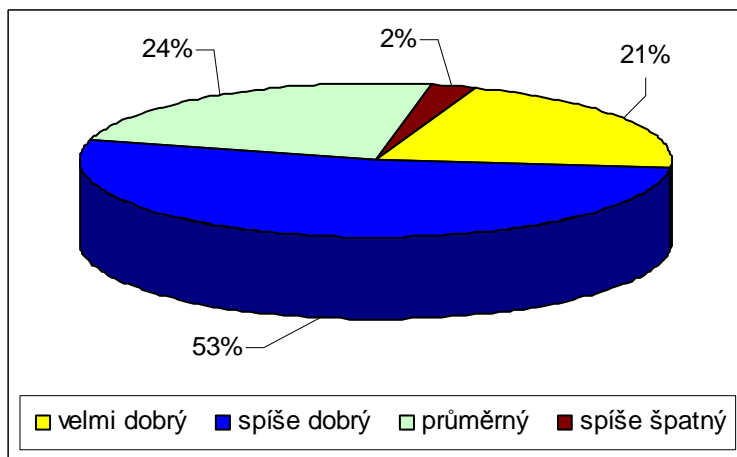
3 VÝSLEDKY DOTAZNÍKOVÉ STUDIE

3.1 Jak hodnotíte svůj současný zdravotní stav

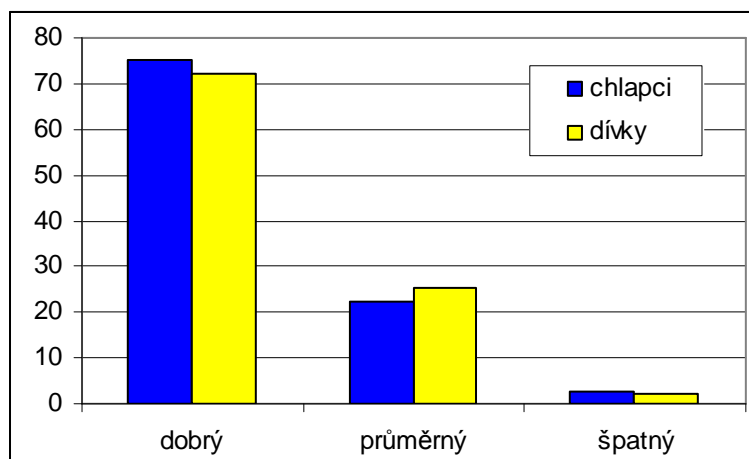
Tabulka č. 18: Odpovědi na otázku „Jak hodnotíte svůj současný zdravotní stav?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
velmi dobrý	20,7	27,4	13,9
spíše dobrý	53,1	48,0	58,2
průměrný	23,8	22,1	25,5
spíše špatný	2,4	2,5	2,3
velmi špatný	0	0	0

Graf č. 31: Odpovědi na otázku „Jak hodnotíte svůj současný zdravotní stav?“ v %



Graf č. 32: Odpovědi na otázku „Jak hodnotíte svůj současný zdravotní stav?“ v % podle pohlaví



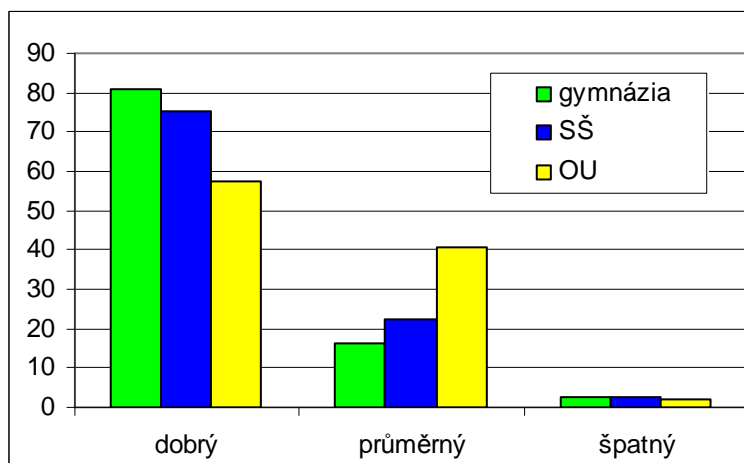
Odpovědi šestnáctiletých žáků a žákyň SŠ na otázku „Jak hodnotíte svůj současný zdravotní stav“ lze hodnotit vcelku pozitivně. Více než pětina pokládá svůj zdravotní stav za velmi dobrý a více než polovina pak za spíše dobrý. Znamená to, že téměř 3/4 mládeže pokládá svůj zdravotní stav za dobrý. Pouze 2% oslovených středoškoláků si myslí, že jejich zdraví je spíše špatné, nikdo z téměř devíti set neoznačil své zdraví za velmi špatné.

Rozdíly mezi dívkami a chlapci nejsou příliš významné – velmi dobrý či spíše dobrý zdravotní stav uvedlo 75,4% chlapců oproti 72,2% dívek, spíše špatný stav pak 2,5% chlapců oproti 2,3% dívek. Přesto lze uvést, že chlapci vnímají svůj zdravotní stav pozitivněji než dívky, protože velmi dobrý zdravotní stav uvedlo 27,4% chlapců, zatímco u dívek to byla zhruba jen polovina, přesně 13,9% z celkového počtu dívek.

Tabulka č. 19: Odpovědi na otázku „Jak hodnotíte svůj současný zdravotní stav?“ podle typu škol v %

	gymnázia	jiné SŠ	OU
velmi dobrý	28,3	20,3	13,9
spíše dobrý	52,8	54,8	43,5
průměrný	16,5	22,3	40,7
spíše špatný	2,4	2,5	1,9
velmi špatný	0	0	0

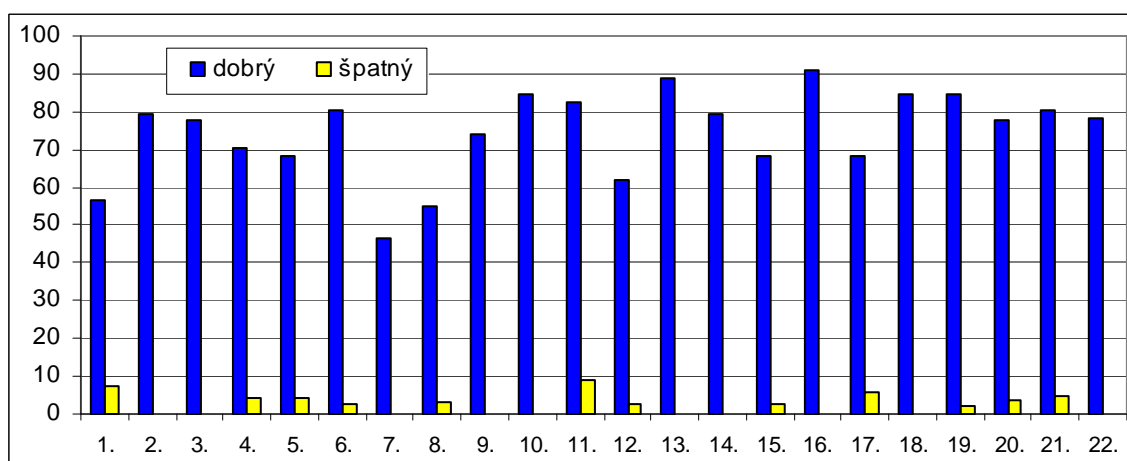
Graf č. 33: Odpovědi na otázku „Jak hodnotíte svůj současný zdravotní stav?“ podle typu škol v %



Nejvíce považují svůj zdravotní stav za dobrý (tzn. za velmi dobrý nebo spíše dobrý) žákyně a žáci gymnázií – tuto odpověď zvolilo více než 80% z nich, zatímco žáci odborných učilišť takto hodnotí svoje zdraví pouze v 57%. Tyto rozdíly mezi jednotlivými typy škol jsou vyrovnány v odpovědi „průměrný“, protože jako špatný hodnotí svůj zdravotní stav prakticky stejné procento mládeže ve všech typech SŠ (1,9% x 2,3% x 2,4%).

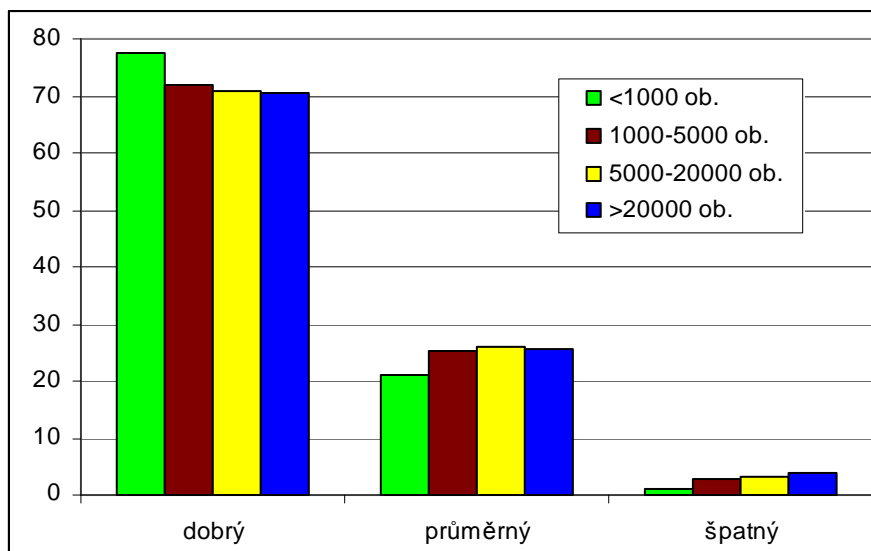
Pro zjednodušení a lepší přehlednost jsme vybrali do grafu pouze srovnání odpovědí „velmi dobrý“ a „spíše dobrý“ v souhrnu jako „dobrý“ oproti odpovědi „spíše špatný“ (odpověď „velmi špatný“ se nevyskytla). Z grafu vyplývá, že v odpovědích respondentů v jednotlivých SŠ jsou značné rozdíly. Nejlépe hodnotí své zdraví žáci ve školách č. 16 a 13 – jako velmi dobré nebo spíše dobré zde hodnotí své zdraví zhruba 90% respondentů. Naproti tomu v SŠ č. 7 takto hodnotí své zdraví pouze 47% studentů. Svůj zdravotní stav jako „spíše špatný“ nejvíce vnímají v SŠ č. 11 (téměř desetina studentů), v deseti školách tuto odpověď (podobně jako odpověď „velmi špatný“) nevedl nikdo z dotázaných.

Graf č. 34: Odpovědi na otázku „Jak hodnotíte svůj současný zdravotní stav?“ podle jednotlivých škol v %



Podobně jsme hodnotili i odpovědi respondentů podle velikosti bydliště. Významné rozdíly zjištěny nebyly. Dá se konstatovat, že čím menší bydliště, tím větší spokojenost se svým zdravím – žáci bydlící na vesnicích (tj. v obcích do jednoho tisíce obyvatel) hodnotí svůj zdravotní stav o něco lépe (78% z nich hodnotilo svůj zdravotní stav jako velmi nebo spíše dobrý) než žáci bydlící ve větších obcích a městech (těch bylo 71%).

Graf č. 35: Odpovědi na otázku „Jak hodnotíte svůj současný zdravotní stav?“ podle bydliště v %



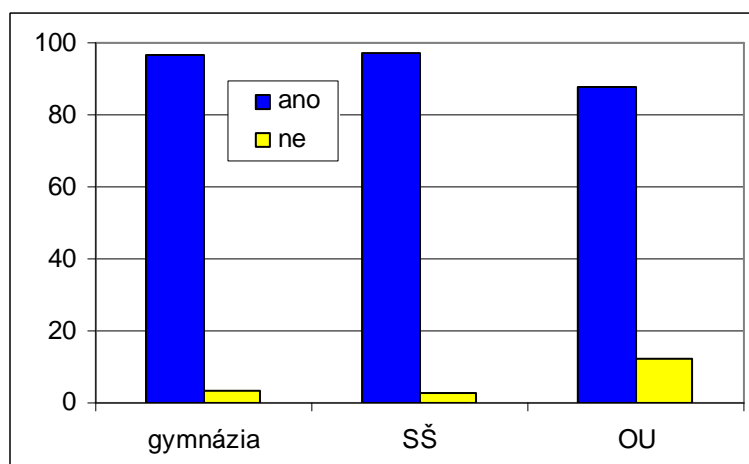
3.2 Byl/a jste v posledních dvou letech na preventivní prohlídce u svého lékaře?

Tabulka č. 20: Odpovědi na otázku „Byl/a jste v posledních dvou letech na preventivní prohlídce u svého lékaře?“ v %

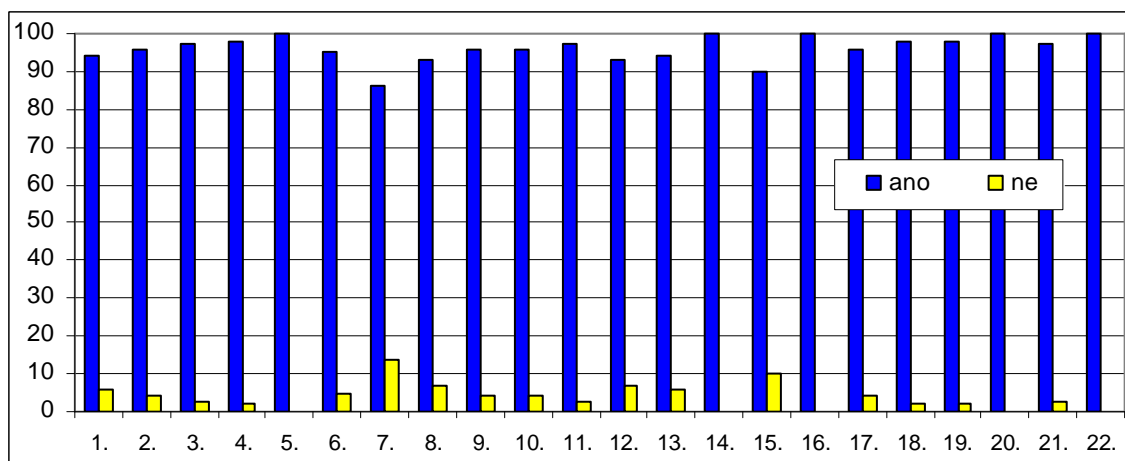
	celkem	chlapci	dívky
ano	96,0	94,9	97,0
ne	4,0	5,1	3,0

V odpovědích na tuto otázku jednoznačně převažovala kladná odpověď – pouze 4% z dotázaných uvedlo, že nebylo v posledních dvou letech na preventivní prohlídce u svého lékaře. Dívky uvedly kladnou odpověď častěji – v 97%, kladné odpovědi chlapců byly v 95%.

Graf č. 36: Odpovědi na otázku „Byl/a jste v posledních dvou letech na preventivní prohlídce u svého lékaře?“ podle typu škol v %



Graf č. 37: Odpovědi na otázku „Byl/a jste v posledních dvou letech na preventivní prohlídce u svého lékaře?“ podle jednotlivých škol v %



V předcházejících grafech je uvedeno srovnání podle typů škol a podle jednotlivých škol. Ukázalo se, že žáci odborných učilišť jsou méně zodpovědní – preventivní prohlídku v posledních dvou letech absolvovalo pouze 88% z nich, což je oproti žákům SŠ a gymnázií výrazně méně (97%). Určité rozdíly byly zaznamenány mezi jednotlivými školami. Na pěti SŠ všichni respondenti odpověděli, že na preventivní prohlídce v posledních dvou letech byli, nejméně kladných odpovědí bylo uvedeno na SŠ č. 7 – pouze 86%.

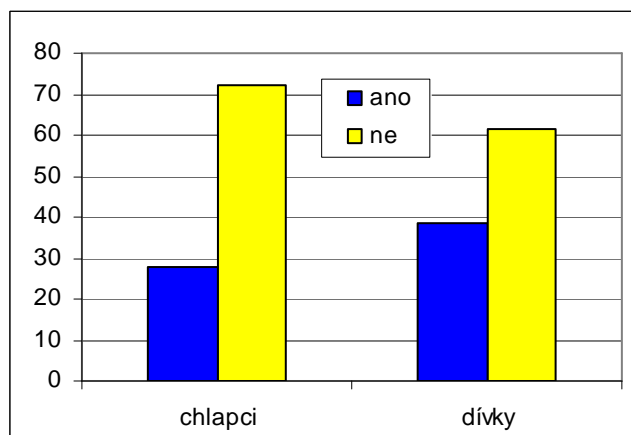
3.3 Jste dispenzarizován/a/ - tzn. sledován/a/ - lékařem z důvodu nějakého onemocnění?

Tabulka č. 21: Odpovědi na otázku „Jste dispenzarizován/a/ lékařem z důvodu nějakého onemocnění?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ano	33,1	27,6	38,7
ne	66,9	72,4	61,3

Na výše uvedenou otázku odpověděla kladně, tzn. že respondenti uvedli, že jsou z důvodu nějakého onemocnění dispenzarizováni, třetina (33,1%) dotázaných. Dívky uvedly častější dispenzarizaci, a to v 39% oproti chlapcům, kteří jsou dispenzarizováni ve 28%.

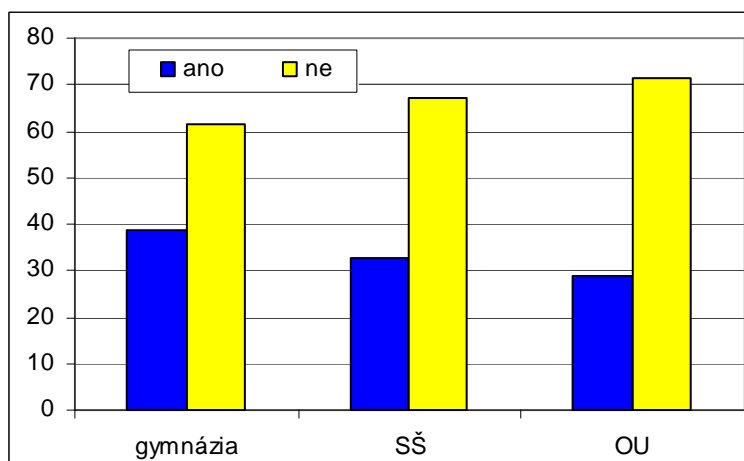
Graf č. 38: Odpovědi na otázku „Jste dispenzarizován/a/ lékařem z důvodu nějakého onemocnění?“ podle pohlaví v %



Tabulka č. 22: Odpovědi na otázku „Jste dispenzarizován/a/ lékařem z důvodu nějakého onemocnění?“ podle typu škol v %

	ano	ne
gymnázia	38,6	61,4
SŠ	32,8	67,2
OU	28,7	71,3

Graf č. 39: Odpovědi na otázku „Jste dispenzarizován/a/ lékařem z důvodu nějakého onemocnění?“ podle typu škol v %

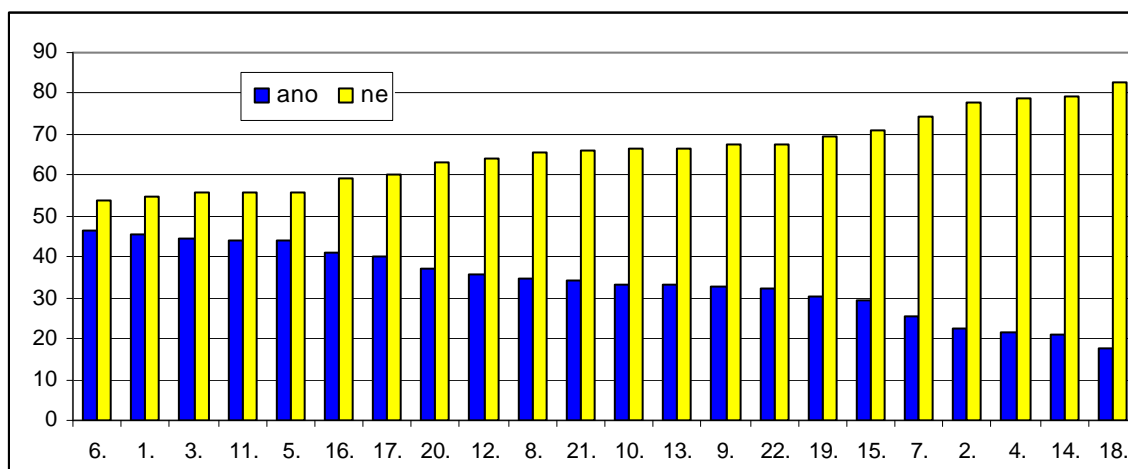


Určité rozdíly byly v odpovědích na tuto otázku zaznamenány i podle typu škol i v jednotlivých školách. I přesto, že před vyplňováním dotazníků bylo respondentům vysvětleno, co se touto otázkou přesně míní, je nutno si uvědomit, že jejich odpovědi byly víceméně laické a subjektivní, řada z nich si nemusela na dispenzarizaci vzpomenout, např. proto, že nemají momentálně žádné potíže nebo proto, že navštěvují lékaře v rámci dispenzarizace velmi nepravidelně nebo po dlouhém čase...

Studenti gymnázií uvedli dispenzarizaci nejčastěji (téměř 39%), naopak studenti odborných učilišť nejméně (necelých 29%).

Nejméně dispenzarizací uvedli žáci ze SŠ č. 18 (17%), naopak nejvíce kladných odpovědí uvedli žáci ze SŠ č. 6 a č. 1 (více než 45%).

Graf č. 40: Odpovědi na otázku „Jste dispenzarizován/a/ lékařem z důvodu nějakého onemocnění?“ podle jednotlivých škol v %



3.4 Pokud jste dispenzarizováni, uveďte s jakým onemocněním

Na tuto otázku odpovídali pouze ti, kteří uvedli, že jsou dispenzarizováni. Na tuto otázku proto odpovídalo 287 respondentů (tj. 33,1% z celkového počtu). V odpovědích uvedená onemocnění jsme následně zařadili do jedenácti v tabulce uvedených skupin – v závorce jsou pak uvedeny příklady nejčastěji uváděných nemocí v dané skupině nemocí.

Celkem 287 dispenzarizovaných osob uvedlo celkem 388 onemocnění, přičemž 81 respondentů uvedlo více než jedno onemocnění (64 dotazovaných uvedlo 2 onemocnění, 15 dotazovaných uvedlo 3 onemocnění, 1 dotazovaný uvedl 4 onemocnění a 1 dotazovaný dokonce 5 onemocnění).

Tabulka č. 23: Odpovědi na otázku „Pokud jste dispenzarizováni, uveďte s jakým onemocněním“ v %

Skupina onemocnění	%
alergie, astma, ekzémy	37,9
oční onemocnění a vady (<i>astigmatismus, krátkozrakost, dalekozrakost, glaukom...</i>)	16,8
nemoci pohyb.ústrojí a kostí (<i>skolióza, on. krční páteře, bolesti kyčle, zad, svalová dystrofie, nedostatek chrupavky, Bechtěrova nemoc, blokáda páteře...</i>)	11,3
onemocnění srdce a cév (<i>nedomykavost chlopně, tachykardie, zúžená srdeční tepna, hypertenze, šelest, arytmie</i>)	8,8
ostatní on. (<i>Turnerův syndrom, streptokok C, bolesti hlavy, mononukleóza, chronický zánět apendixu, ušní vada...</i>)	8
nemoci štítné žlázy	7,5
nemoci krve (<i>vysoký cholesterol, špatná srážlivost, zvýšený bilirubin, trombofilie, špatné krevní hodnoty, tuky v krvi, anémie, trombóza...</i>)	4,1
ledviny, močové cesty	2,1
trávicí ústrojí, játra (<i>on. žaludku, kýla v žaludku, celiakie, on. žlučníku...</i>)	1,5
kožní on. (<i>lupénka, porucha pigmentu...</i>)	1,3
dýchací ústrojí (<i>chronické onemocnění DC, zmenšená plíce, plicní on...</i>)	0,8

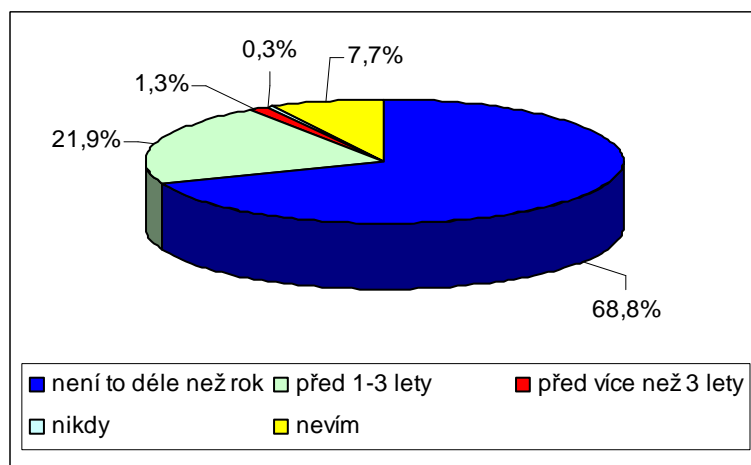
3.5 Kdy Vám byl naposledy měřen krevní tlak v ordinaci lékaře?

Tabulka č. 24: Odpovědi na otázku „Kdy Vám byl naposledy měřen krevní tlak v ordinaci lékaře?“ v %

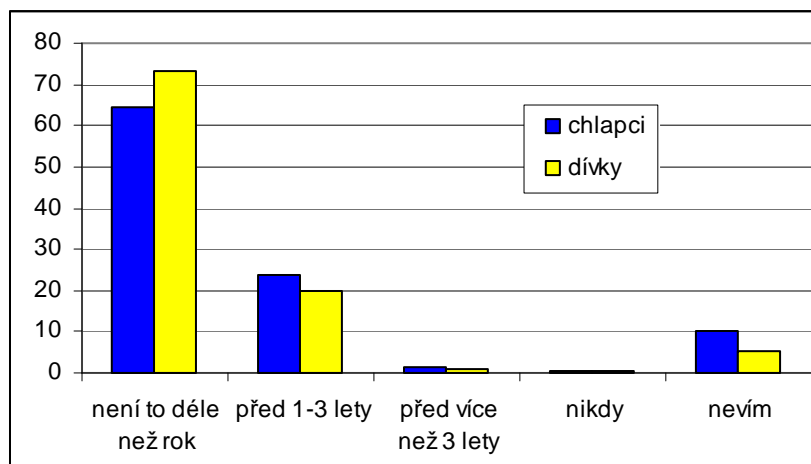
	celkem	chlapci	dívky
není to déle než rok	68,8	64,3	73,1
před 1-3 lety	21,9	23,9	20,0
před více než 3 lety	1,3	1,4	1,3
nikdy	0,3	0,3	0,5
nevím	7,7	10,1	5,3

Více než 2/3 (68,8%) z dotázaných žáků SŠ uvedlo, že jim byl krevní tlak v ordinaci lékaře měřen v průběhu posledního roku, jen více než 1% uvedlo, že před více než 3 lety a nebo nikdy, téměř 8% tuto skutečnost nevědělo. Zdá se, že dívky jsou v tomto ohledu zodpovědnější – 3/4 z nich (73%) měly krevní tlak změřen v posledním roce, zatímco u chlapců je to výrazně menší počet – 64%.

Graf č. 41: Odpovědi na otázku „Kdy Vám byl naposledy měřen krevní tlak v ordinaci lékaře?“ v %



Graf č. 42: Odpovědi na otázku „Kdy Vám byl naposledy měřen krevní tlak v ordinaci lékaře?“ podle pohlaví v %



Rozdíly v odpovědích podle typu škol nebyly významné – to, že jim byl naposled měřen krevní tlak v ordinaci lékaře v průběhu posledního roku uvedlo 70% studentů ze SŠ, 69% z gymnázií a 63% z odborných učilišť.

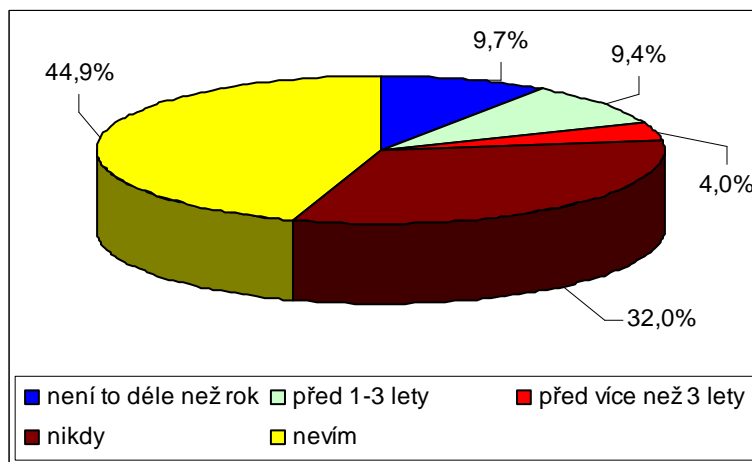
3.6 Kdy Vám byla naposledy stanovena hladina cholesterolu v krvi?

Tabulka č. 25: Odpovědi na otázku „Kdy Vám byla naposledy stanovena hladina cholesterolu v krvi?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
není to déle než rok	9,7	9,2	10,2
před 1-3 lety	9,4	9,2	9,5
před více než 3 lety	4,0	4,4	3,7
nikdy	32,0	29,2	34,8
nevím	44,9	48,0	41,8

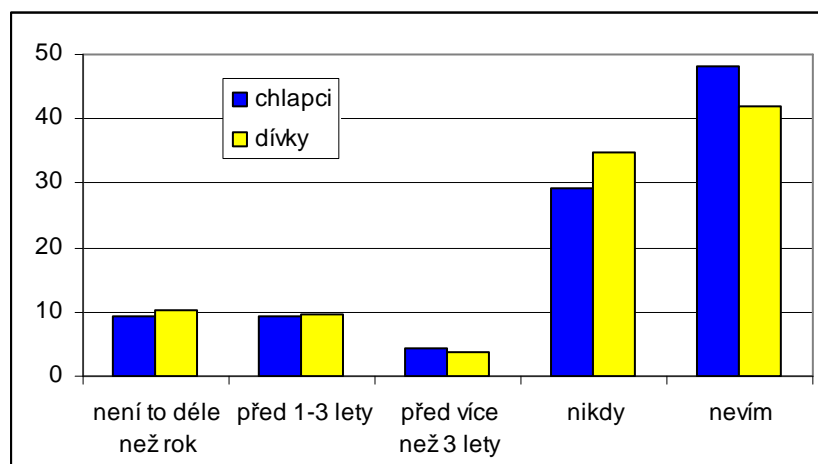
Téměř 50% chlapců a 42% dívek uvedlo, že neví, kdy jim byla naposledy stanovena hladina cholesterolu v krvi, další třetina studentů tvrdí, že jim cholesterol nebyl vyšetřen nikdy. Současně to znamená, že tyto osoby ani nemohou znát svoji hladinu cholesterolu. Pouze 23% respondentů uvedlo, že jim cholesterol měřen někdy byl, necelá desetina uvedla, že v průběhu posledního roku. Je samozřejmě otázkou, zda je toto pravda, a nebo zda jim hladina cholesterolu měřena byla, ale pouze nebyli o tomto měření a výsledku lékařem informováni. Přesto skutečnost, že minimálně více než 3/4 šestnáctiletých nezná svůj stav cholesterolu, považujeme za poměrně závažnou.

Graf č. 43: Odpovědi na otázku „Kdy Vám byla naposledy stanovena hladina cholesterolu v krvi?“ v %



Rozdíly mezi chlapci a dívkami nejsou prakticky žádné – 77% dívek i chlapců uvedlo, že jim hladina cholesterolu nebyla stanovena nikdy a nebo, že neví, zda jim byla stanovena.

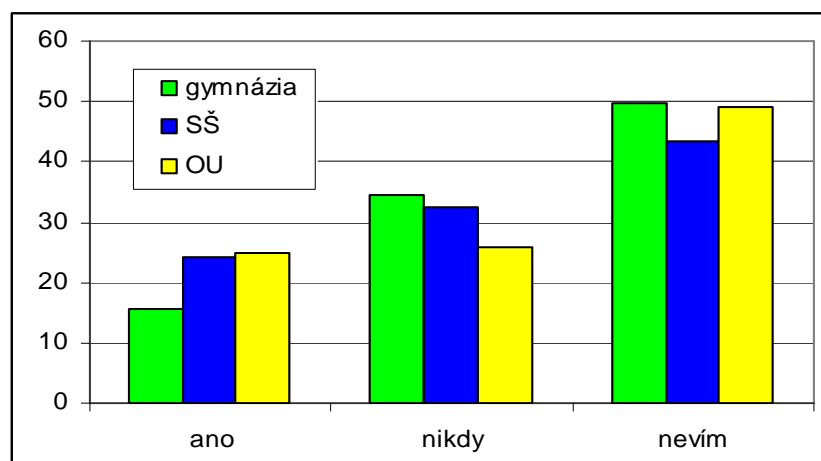
Graf č. 44: Odpovědi na otázku „Kdy Vám byla naposledy stanovena hladina cholesterolu v krvi?“ podle pohlaví v %



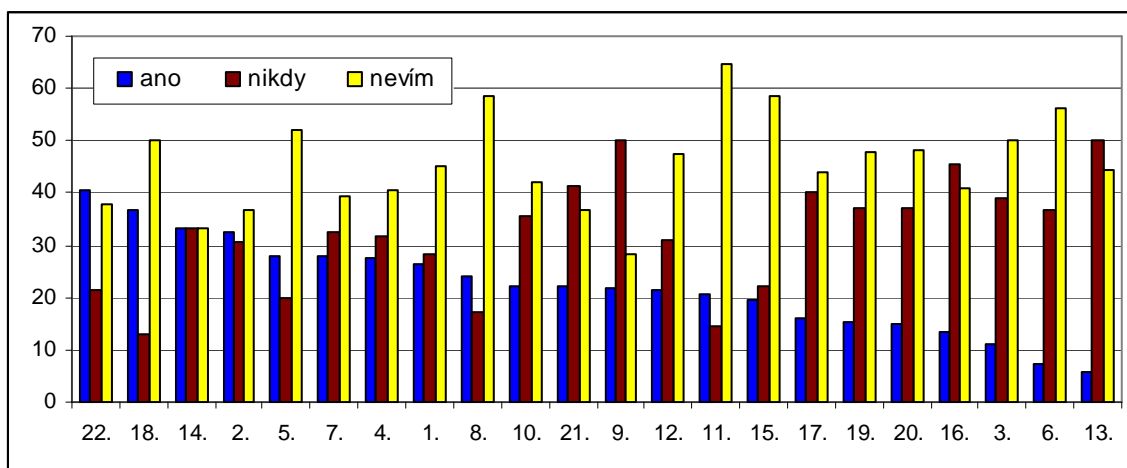
Určité rozdíly byly zaznamenány v odpovědích u studentů různých typů SŠ. Pro větší přehlednost jsme spojili první tři druhy odpovědí dohromady, protože všechny znamenají, že dotazovaný ví, že mu někdy byl měřen cholesterol. Tyto kladné odpovědi výrazně méně uvedli žáci gymnázií (16%), kdežto žákům odborných učilišť byl cholesterol měřen v plné čtvrtině případů.

Značné rozdíly jsou zaznamenány i ve vyhodnocení těchto odpovědí podle jednotlivých škol. – zatímco ve škole č. 22 uvedlo 40% studentů, že jim cholesterol byl někdy stanoven, tak v SŠ č. 6 a č. 13 to nebyla ani desetina z dotázaných.

Graf č. 45: Odpovědi na otázku „Kdy Vám byla naposledy stanovena hladina cholesterolu v krvi?“ podle typu škol v %



Graf č. 46: Odpovědi na otázku „Kdy Vám byla naposledy stanovena hladina cholesterolu v krvi?“ podle jednotlivých škol v %

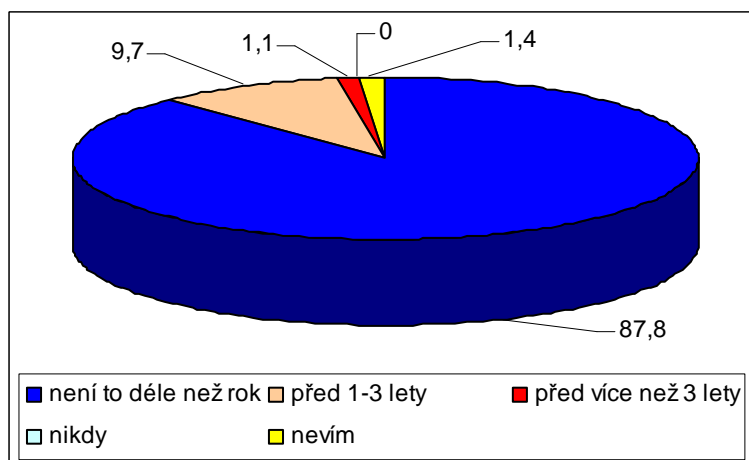


3.7 Kdy jste byl/a naposledy u zubního lékaře?

Tabulka č. 26: Odpovědi na otázku „Kdy jste byl naposledy u zubního lékaře?“ v %

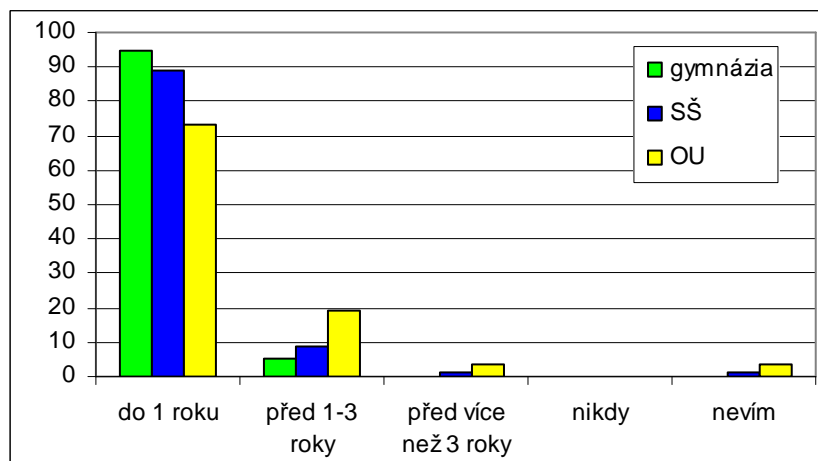
	celkem	chlapci	dívky
není to déle než rok	87,8	86,2	89,3
před 1-3 lety	9,7	10,1	9,3
před více než 3 lety	1,1	1,2	1,2
nikdy	0,0	0,0	0,0
nevím	1,4	2,5	0,2

Graf č. 47: Odpovědi na otázku „Kdy jste byl naposledy u zubního lékaře?“ v %



Na otázku „Kdy jste byl naposledy u zubního lékaře“ odpovědělo téměř 90% respondentů, že to není déle jak rok, pouze 1% procento uvedlo, že to bylo před více než třemi lety. Byly zaznamenány určité rozdíly v odpovědích podle typu škol. Studenti gymnázií odpověděli, že to není déle jak rok v téměř 95%, zatímco studenti odborných učilišť pouze v 73%. Rozdíly mezi pohlavími i mezi jednotlivými školami nejsou významné.

Graf č. 48: Odpovědi na otázku „Kdy jste byl naposledy u zubního lékaře?“ podle typu škol v %



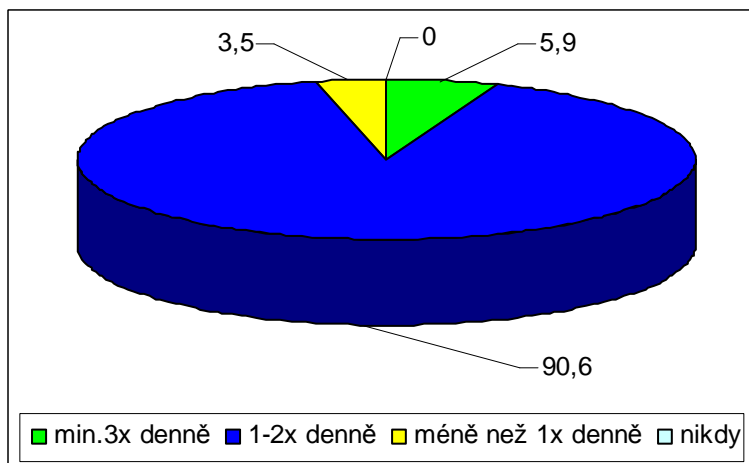
3.8 Jak často si čistíte zuby?

Tabulka č. 27: Odpovědi na otázku „Jak často si čistíte zuby?“ v %

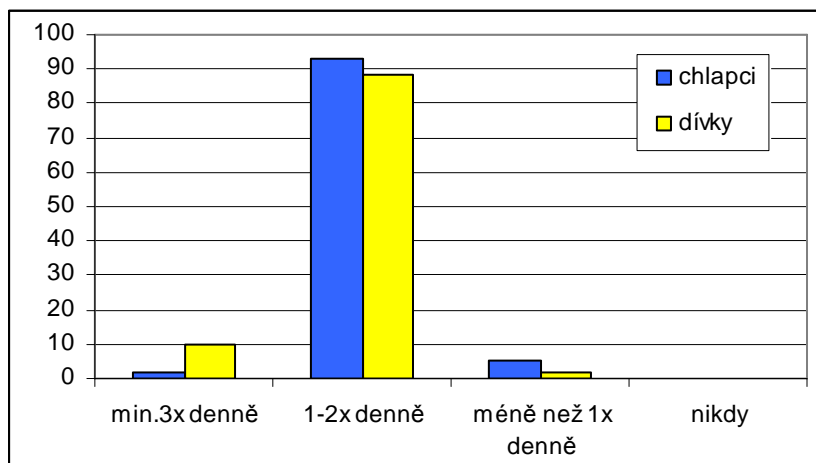
	celkem	chlapci	dívky
minimálně 3x denně	5,9	1,8	10,0
1x – 2x denně	90,6	93,1	88,2
méně než jednou denně	3,5	5,1	1,8
nikdy	0,0	0,0	0,0

Na otázku „Jak často si čistíte zuby?“ odpovědělo více než 90% šestnáctiletých, že 1x nebo 2x denně, pouze 6% mladých lidí si čistí zuby 3x nebo vícekrát denně a více než 3% respondentů uvedlo, že si čistí zuby méně než jednou denně. Významné rozdíly v odpovědích byly zaznamenány ve srovnání dívek a chlapců. Dívky jsou podle předpokladu zodpovědnější – zatímco minimálně 3x denně si čistí zuby 10% dívek, tak u chlapců to jsou pouze necelá 2%. Podobně byly určité rozdíly podle typu škol – minimálně 3x denně si čistí zuby 10% gymnazistů, ale jen 4% žáků odborných učilišť. Hodnocení podle jednotlivých škol nevykazuje významné rozdíly – v souladu s předchozím si nejčastěji čistí zuby žáci gymnázií.

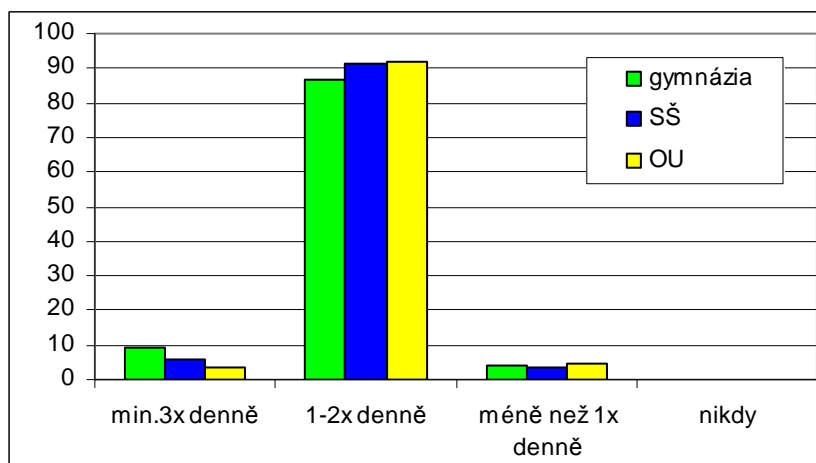
Graf č. 49: Odpovědi na otázku „Jak často si čistíte zuby?“ v %



Graf č. 50: Odpovědi na otázku „Jak často si čistíte zuby?“ podle pohlaví v %



Graf č. 51: Odpovědi na otázku „Jak často si čistíte zuby?“ podle typu škol v %

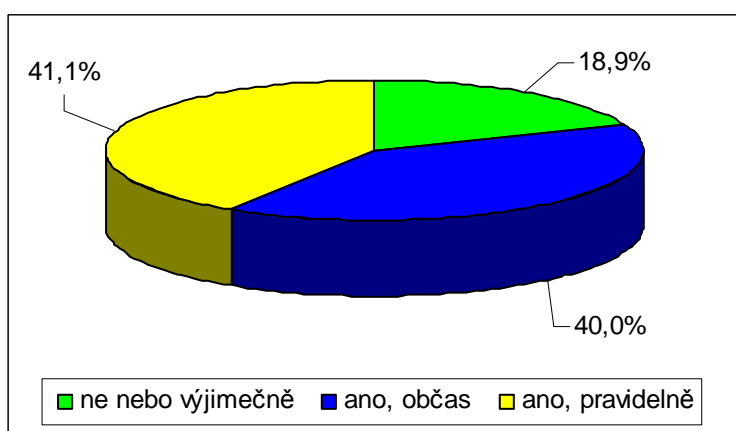


3.9 Snídáte?

Tabulka č. 28: Odpovědi na otázku „Snídáte?“ v %

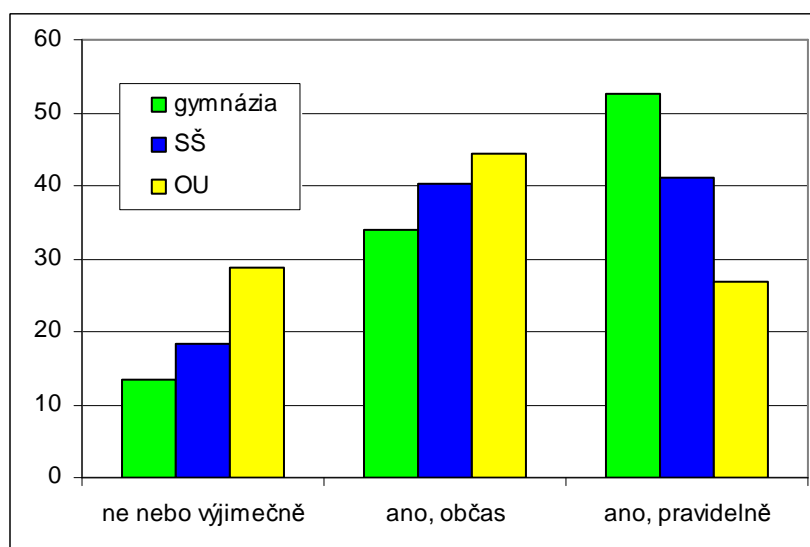
	celkem	chlapci	dívky
ne, nikdy nebo jen výjimečně	18,9	19,5	18,3
ano, ale jen občas, nepravidelně	40,0	42,1	37,8
ano, pravidelně	41,1	38,4	43,9

Graf č. 52: Odpovědi na otázku „Snídáte?“ v %



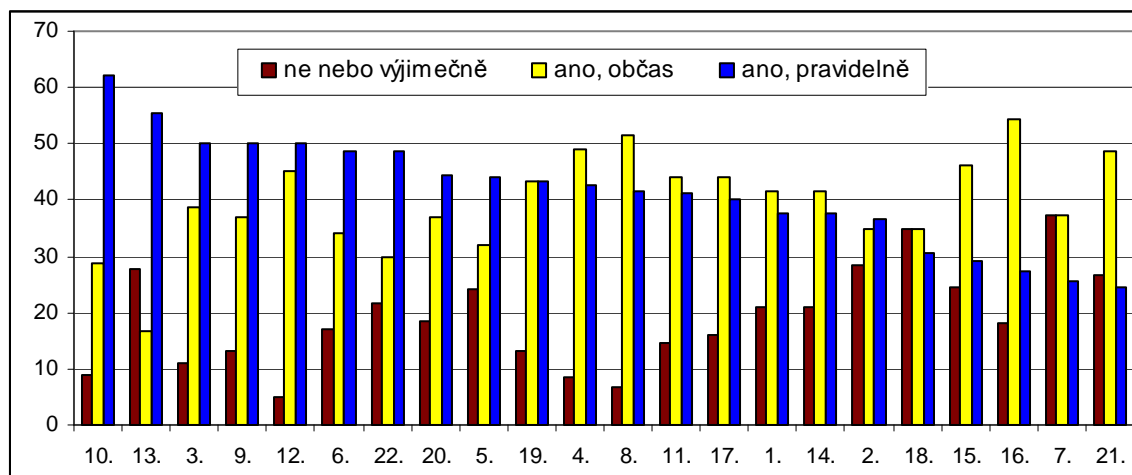
Snídaně je z hlediska zdravé výživy nejdůležitějším denním jídlem, proto byla jedna otázka zaměřena na snídání. Pravidelně snídá pouze 41% z dotazovaných, téměř pětina mladých nesnídá vůbec a nebo jen výjimečně. Rozdíly mezi dívkami a chlapci nejsou příliš značné, pravidelně snídá více dívek (44% oproti 38% chlapců).

Graf č. 53: Odpovědi na otázku „Snídáte?“ podle typu škol v %



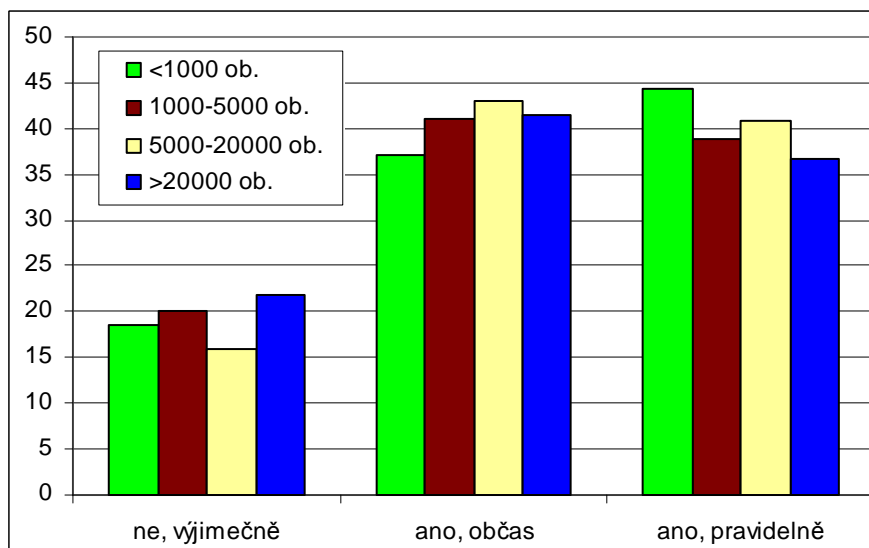
Studenti gymnázií jsou zodpovědnější – výrazně vyšší procento z nich, a to více než polovina – snídá pravidelně, zatímco z žáků, kteří studují učiliště, pravidelně snídá pouze necelá čtvrtina a naopak téměř třetina z nich (28,7%) nesnídá vůbec nebo jen výjimečně.

Graf č. 54: Odpovědi na otázku „Snídáte?“ podle jednotlivých škol v %



Poměrně značné rozdíly jsou i mezi žáky jednotlivých škol – nejvíce „kladných“ odpovědí, tj. odpovědí „ano, snídám pravidelně“ – uvedli žáci ze škol č. 10 a 13, naopak nejméně pravidelně snídají studenti ve školách č. 7 a 21.

Graf č. 55: Odpovědi na otázku „Snídáte?“ podle bydliště v %



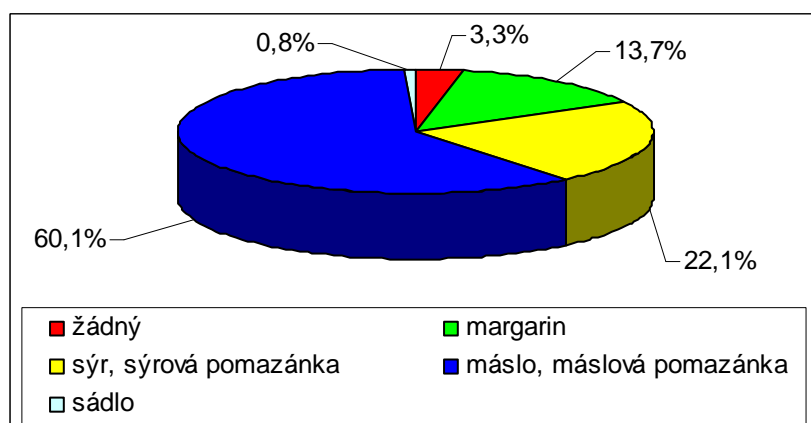
Očekávali jsme, že mládež na vesnicích snídá výrazně častěji pravidelně než ve městech – toto se potvrdilo, nicméně rozdíly nejsou velké, ani významné. Více než 44% studentů, kteří bydlí v obcích do tisíce obyvatel snídají pravidelně, na rozdíl od studentů ve větších obcích či městech – těch pravidelně snídá necelých 39%, ve velkých městech nad 20 tis. obyvatel pravidelně snídá jen necelých 37% studentů.

3.10 Jaký tuk používáte nejčastěji jako pomazánku na chléb, rohlík či jiné pečivo?

Tabulka č. 29: Odpovědi na otázku „Jaký tuk používáte nejčastěji jako pomazánku na chléb, rohlík či jiné pečivo?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
žádný	3,3	3,4	3,2
margarin	13,7	13,8	13,7
sýr nebo pomazánku vyrobenou ze sýru	22,2	21,5	22,7
máslo, pomazánkové máslo, pomazánku vyrobenou z másla	60,0	60,0	60,1
sádlo	0,8	1,4	0,2

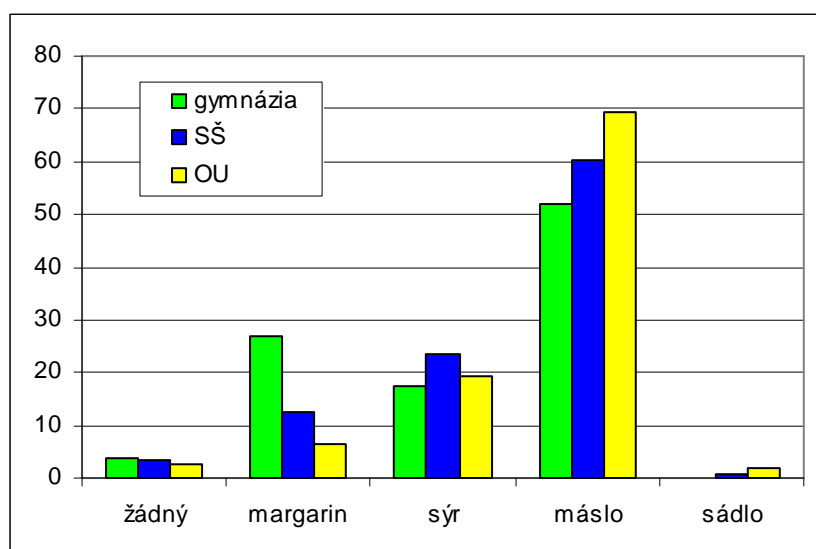
Graf č. 56: Odpovědi na otázku „Jaký tuk používáte nejčastěji jako pomazánku na chléb, rohlík či jiné pečivo?“ v %



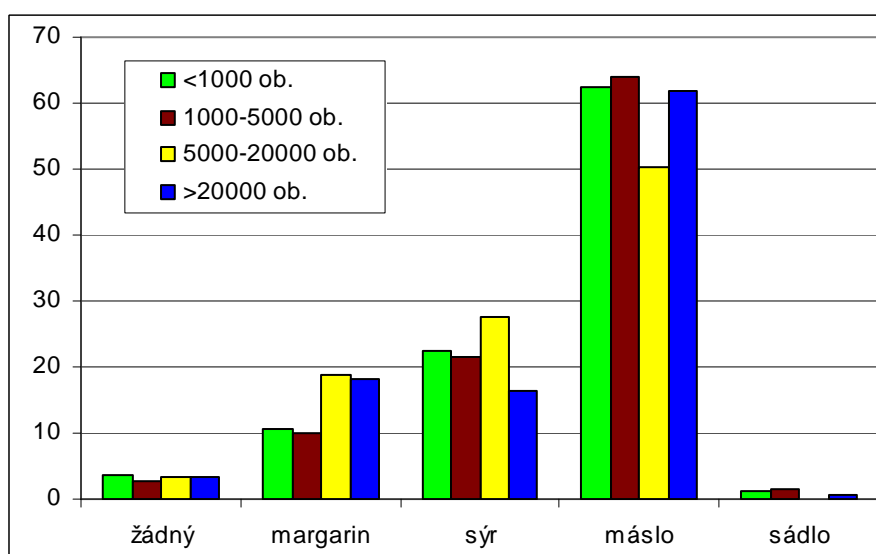
Na otázku „Jaký tuk používáte nejčastěji jako pomazánku na chléb, rohlík či jiné pečivo?“ uvedlo 60% respondentů odpověď „máslo, pomazánkové máslo nebo pomazánku vyrobenou z másla“, druhou nejčastější odpovědí byl „sýr nebo pomazánka vyrobená ze sýra“. Rozdíly mezi chlapci a dívkami – možná překvapivě – nebyly prakticky vůbec žádné (viz tabulka), chlapci nepatrně více používají sádlo. Značné rozdíly jsou opět u studentů různých typů škol. Zatímco gymnazisté používají výrazně častěji margarín než žáci odborných učilišť (27% oproti 7%), tak naopak žáci učilišť výrazně více používají máslo a pomazánky z másla (70% oproti 52%).

Očekávali jsme, že mládež žijící na vesnicích bude častěji jako pomazánku používat sádlo, případně máslo – toto se však nepotvrdilo, rozdíly v odpovědích podle jsou velmi malé (viz následující graf).

Graf č. 57: Odpovědi na otázku „Jaký tuk používáte nejčastěji jako pomazánku na chléb, rohlík či jiné pečivo?“ podle typu škol v %



Graf č. 58: Odpovědi na otázku „Jaký tuk používáte nejčastěji jako pomazánku na chléb, rohlík či jiné pečivo?“ podle bydliště v %



3.11 Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a následující potraviny a nápoje?

Tato otázka byla zaměřena na to, co mládež jí, a jak často jí některé do dotazníku vybrané potraviny a pokrmy. Otázka ve formě tabulky obsahovala celkem 26 různých jídel či skupin jídel a respondenti si mohli vždy vybrat ze čtyř nabídnutých odpovědí.

V následující tabulce je přehled odpovědí všech respondentů na jednotlivé podotázky v %. Protože jsou tabulka z důvodu svého rozsahu poměrně nepřehledná, tak jsou u výsledků na tyto odpovědi zaokrouhlena procenta na celá čísla a červeně jsou označeny výsledky, které pokládáme za nejzajímavější či nejdůležitější. Komentáře k výsledkům jsou uvedeny následně v textu.

Tabulka č. 30: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a následující potraviny a nápoje?“ v %

	ani jednou	1-2x	3-4x	5x nebo vícekrát
a) vařené brambory	8	71	19	1
b) smažené brambory (hranolky, americké apod.)	59	39	2	0,2
c) rýži nebo těstoviny	14	69	16	1
d) houskové knedlíky	41	55	4	0,2
e) cereálie (cornflakes, ovesná kaše)	49	30	13	8
f) mléko, mléčné nápoje, zákys...	11	33	33	23
g) sýry (tvrdý či měkký)	8	45	34	13
h) běžné jogurty apod. výrobky	18	45	26	10
i) nízkotučné, tzv. light jogurty apod. výrobky	75	19	5	2
j) kuře, krůtu či jiné bílé maso	12	66	20	2
k) rybu, rybí maso	60	38	2	0,1
l) vepřové maso, hovězí maso, zvěřinu	21	61	17	1
m) luštěniny (hrách, čočka, fazole...)	60	37	3	0
n) uzeniny, salámy, párky, uzené maso...	17	48	27	8
o) čerstvou zeleninu	9	40	33	19
p) čerstvé ovoce	10	40	31	19
q) zeleninu či ovoce vařené, konzervované...	50	40	8	2
r) bílé pečivo (rohlíky, housky, sušenky, koláče...)	4	19	35	43
s) celozrnné či tmavé pečivo	32	39	21	8
t) čokolády, cukrovinky, zákusky	11	46	28	15
u) smažené nebo grilované pokrmy	34	55	10	2
v) vejce a pokrmy z nich	33	53	11	2
w) chipsy, brambůrky apod. pochutiny	40	47	11	2
x) alkoholické nápoje (pivo, víno, destiláty)	35	43	15	7
y) neslazené nápoje (minerálku, sodu, čaj...)	8	27	27	37
z) slazené nápoje (colu, kofolu, limonády...)	15	44	27	15

a) Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a některou z uvedených příloh (uvedené pod body a – d)?

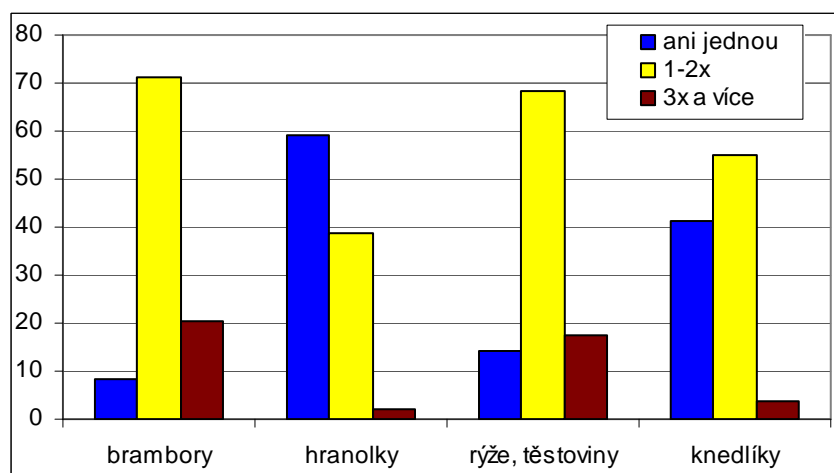
První čtyři podotázky směřovaly k přílohám, které mládež používá. Respondenti měli uvést kolikrát v posledním týdnu, tj. v posledních 7 dnech konzumovali vařené brambory, smažené brambory (hranolky, americké brambory apod.), rýži nebo těstoviny, případně houskové knedlíky. Pro lepší přehlednost jsme v hodnocení odpovědí spojili odpovědi „3-4x“ a „5x nebo více“ do jedné odpovědi, a to „3x a více“.

Tabulka č. 31: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a některou z uvedených příloh“ v %

	brambory	hranolky	rýže, těstoviny	knedlíky
ani jednou	8,4	59,1	14,2	41,1
1-2x	71,2	38,8	68,5	55,0
3x a více	20,4	2,1	17,3	3,9

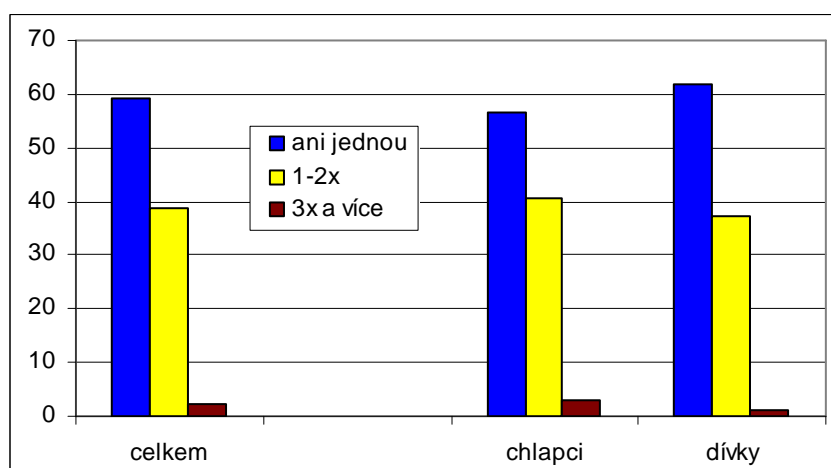
Nejvíce jako přílohy mladí lidé jedí vařené brambory – více než 90% z nich je mělo alespoň 1x týdně, více než pětina pak alespoň 3x týdně. V četnosti pak následují těstoviny a rýže. Hranolky a podobné smažené výrobky z brambor jedí jako přílohu mladí lidé nejméně často, přesto více než 40% respondentů uvedlo, že je v posledních 7 dnech mělo aspoň jednou. Více než 2/5 studentů nemělo ani jednou jako přílohu ani houskové knedlíky.

Graf č. 59: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a některou z uvedených příloh“ v %

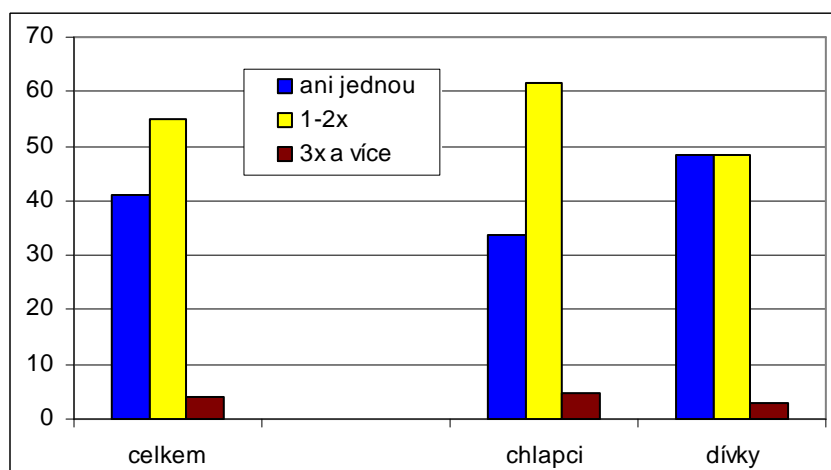


Rozdíly mezi dívkami a chlapci nebyly prakticky žádné zjištěny v konzumaci vařených brambor, těstovin či rýže. Chlapci jí hranolky a podobná smažená jídla z brambor o něco častěji než dívky. Chlapci jedí výrazně častěji houskové knedlíky než dívky. V posledním týdnu je ani jednou neměla plná polovina dívek, ale „jen“ třetina chlapců.

Graf č. 60: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a smažené brambory (hranolky, americké apod.)“ celkem a podle pohlaví v %



Graf č. 61: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a houskové knedlíky“ celkem a podle pohlaví v %



b) Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a cereálie (cornflakes, ovesnou kaši apod.)?

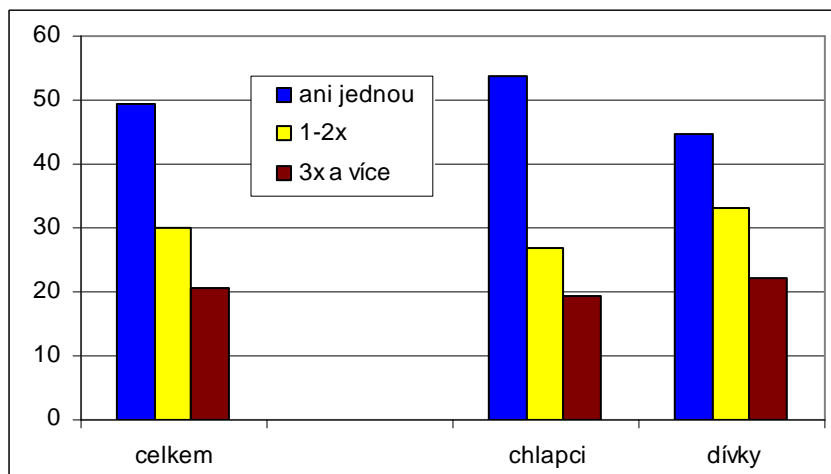
Cereálie byly další potravinou, na kterou byla zaměřena další otázka.

Tabulka č. 32: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a cereálie (cornflakes, ovesnou kaši apod.)“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ani jednou	49,3	53,8	44,8
1-2x	30,0	26,9	33,2
3x a více	20,7	19,3	22,0

Polovina studentů cereálie buď nejlí vůbec nebo prakticky vůbec, pětina je pak jí velmi často – v posledním týdnu je měla minimálně 3x. Jak se dalo očekávat, cereálie jí častěji dívky.

Graf č. 62: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a cereálie (cornflakes, ovesnou kaši apod.)“ celkem a podle pohlaví v %



c) Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a mléko a mléčné výrobky (uvedené pod body f – i)?

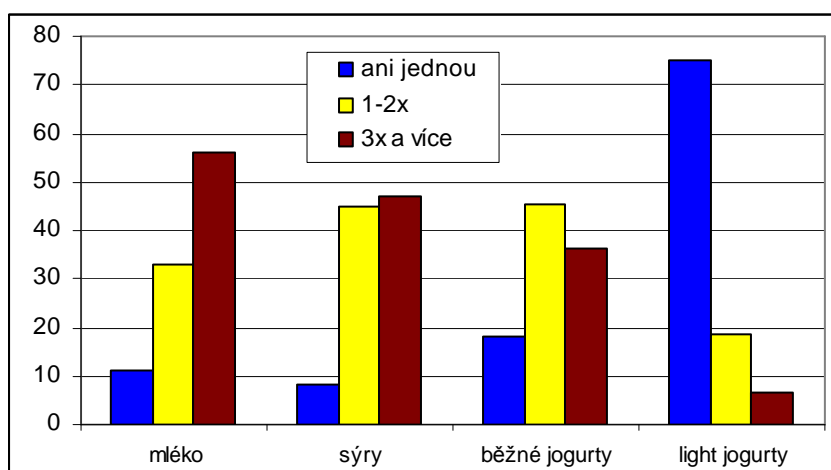
Na konzumaci mléka, mléčných nápojů a produktů, sýrů, běžných i nízkotučných (tzv. light) jogurtů byly zaměřeny další 4 podotázky (v dotazníku uvedené bod body f – i).

Tabulka č. 33: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a mléko a mléčné výrobky“ v %

	mléko...	sýry...	běžné jogurty	light jogurty
ani jednou	11,1	8,2	18,2	74,9
1-2x	32,9	44,9	45,4	18,5
3x a více	56,0	46,9	36,4	6,6

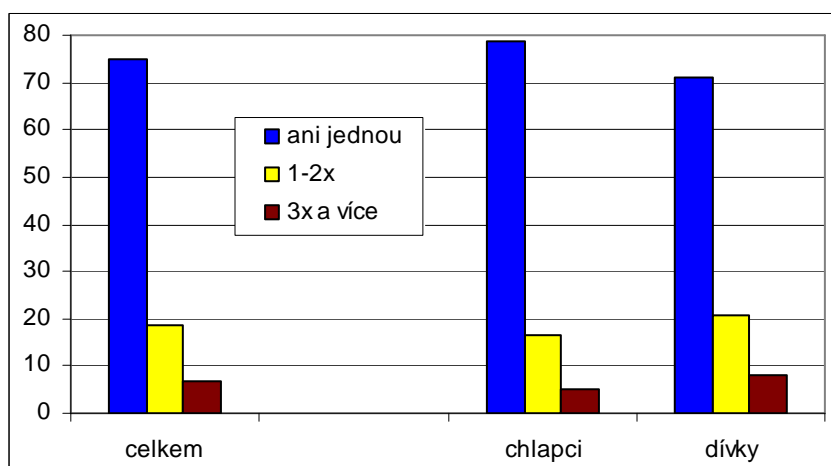
Je zajisté potěšitelné, že mléko a mléčné výrobky konzumují mladí studenti středních škol poměrně často – mléko nepila v posledním týdnu desetina (11,1%) z nich, sýry nejedlo necelých 10% a běžné jogurty pak pětina mládeže. Naopak více než 3x měla mléko či mléčné nápoje v posledním týdnu více než polovina (56%) žáků, sýry pak téměř polovina (47%) a běžné jogurty více než třetina (36%) z nich. Mnohem horší je situace v konzumaci nízkotučných, tzv. light jogurtů – ty konzumuje poměrně málo mládeže – 3/4 je nemělo v posledních 7 dnech ani jednou.

Graf č. 63: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a nízkotučné, tzv. light jogurty apod.“ výrobky v %



V konzumaci mléka, mléčných nápojů a sýrů nebyly mezi dívkami a chlapci zjištěny prakticky žádné rozdíly. Tak jak se dalo očekávat, dívky konzumují častěji jogurty, zvláště pak nízkotučné. Zatímco zhruba 70% dívek uvedlo, že tento mléčný výrobek nemělo v posledním týdnu ani jednou, chlapců to uvedlo téměř osm z deseti (79%).

Graf č. 64: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a nízkotučné, tzv. light jogurty apod. výrobky“ celkem a podle pohlaví v %



d) Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a různé druhy masa (uvedené pod body j – l)?

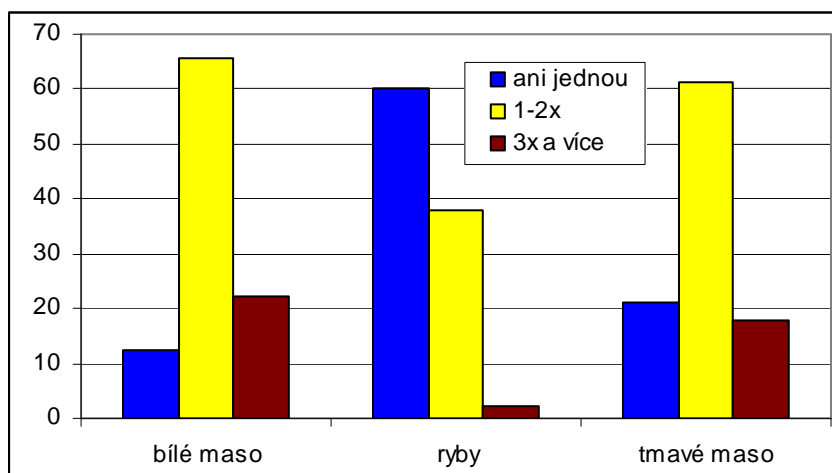
Další tři podotázky byly věnovány konzumaci masa – nabízené odpovědi byly uvedeny tak, aby spojovaly kuře, krůtu či jiné bílé (zdravější) maso, dále pak ryby a nakonec „tmavé“ maso – tzn. vepřové, hovězí, případně zvěřinu.

Tabulka č. 34: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a různé druhy masa“ v %

	bílé maso	ryby	tmavé maso
ani jednou	12,4	60,0	21,0
1-2x	65,5	37,8	61,1
3x a více	22,2	2,2	17,9

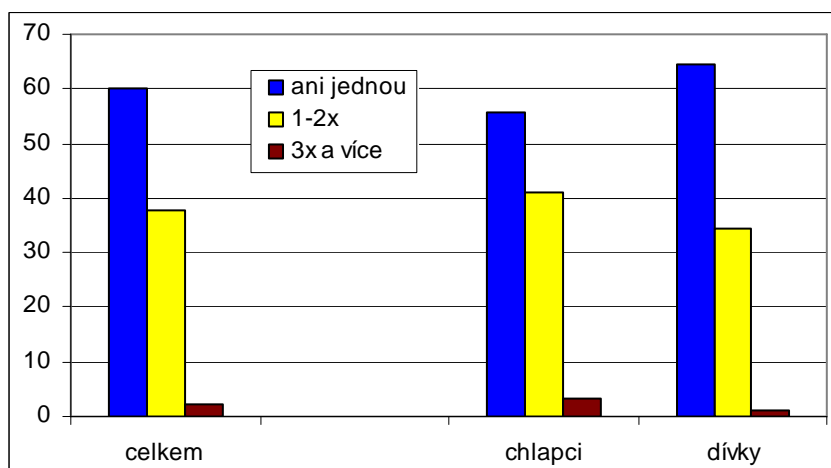
Nejčastěji jí mládež kuřecí, krůtí a ev. další „bílé“ maso – pouze desetina (12%) z nich neměla tento druh masa v posledním týdnu ani jednou, naopak více než pětina (22%) z nich pak alespoň 3x. Bohužel, nejméně často – jak lze předpokládat – jí mladí lidé ryby a rybí maso, přesně 60% z nich nekonzumovalo ryby v poslední týdnů ani jednou.

Graf č. 65: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a různé druhy masa“ v %

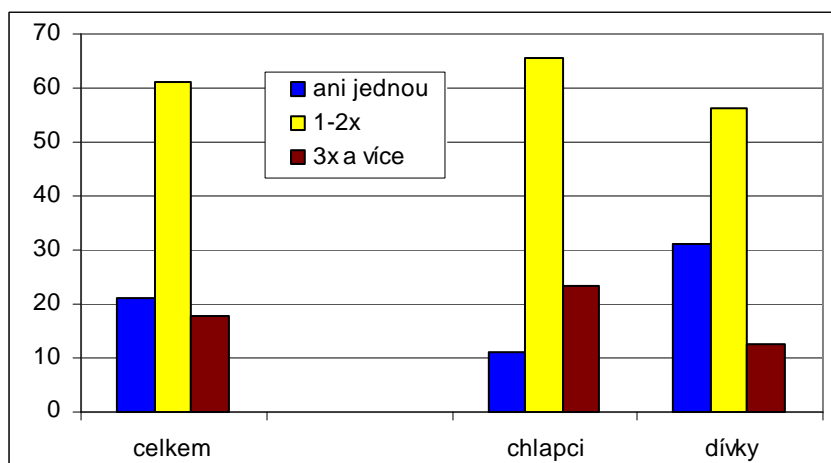


Obecně muži jí maso častěji než ženy, potvrdila to i tato studie – chlapci jí častěji všechny druhy masa. Rozdíly v konzumaci bílého masa nejsou velké, spíše nepatrné, rozdíly u dalších druhů masa jsou již výraznější, což dokladují i následující dva grafy. Větší konzumace ryb u chlapců může trochu překvapit – zatímco je v posledním týdnu vůbec nejedly dvě třetiny (65%) dívek, tak u chlapců to je výrazně nižší procento – 55%. Naopak dívky jí zdravěji co se týče konzumace tmavého masa – v posledních 7 dnech ani jednou nejedla tento druh masa třetina (31%) dívek, ale jen desetina (11%) chlapců. Naopak minimálně 3x za týden vepřové, hovězí či zvěřinu jedla téměř čtvrtina chlapců, ale „jen“ 12% dívek.

Graf č. 66: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a rybu, rybí maso“ celkem a podle pohlaví v %



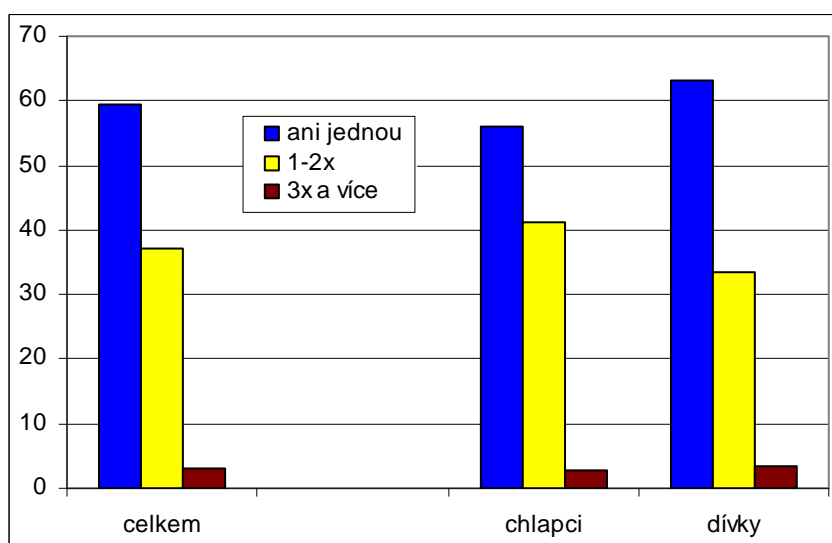
Graf č. 67: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a vepřové maso, hovězí maso, zvěřinu“ celkem a podle pohlaví v %



e) Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a luštěniny (hrách, čočka, fazole...)?

Na konzumaci masa navazovala otázka, týkající se spotřeby luštěnin. Tři pětiny (60%) respondentů uvedlo, že luštěniny v posledním týdnu vůbec nejedlo – dívky jí luštěniny méně často, to, že mělo luštěniny alespoň jednou v posledních 7 dnech uvedlo 44% chlapců a 37% dívek.

Graf č. 68: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a luštěniny (hrách, čočku, fazole...)“ celkem a podle pohlaví v %



f) Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a uzeniny, salámy, párky, uzené maso...?

Konzumace různých uzenin, salámů, párků, uzeného masa a podobných potravin je zajisté velmi nezdravá a přispívá nejen k obezitě, ale také k různým srdečně cévním, metabolickým a nádorovým onemocněním.

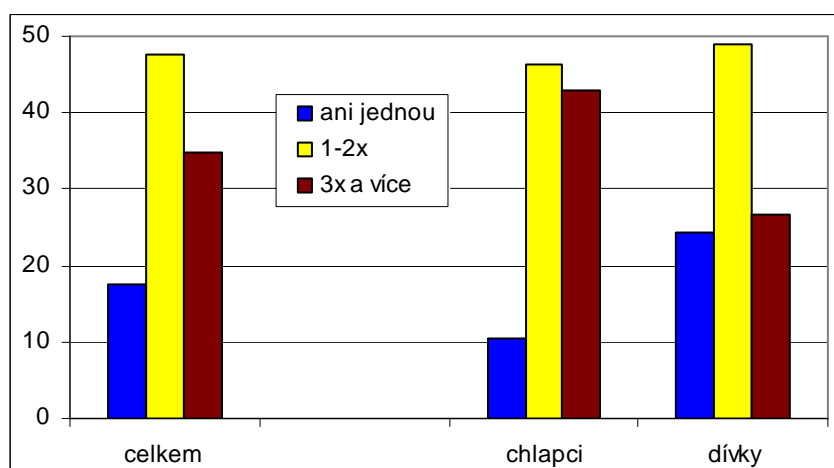
Studie, bohužel, prokázala, že uzeniny jí mládež více než by měla. Více než třetina (35%) studentů jí uzeniny a podobné potraviny minimálně 3x týdně, pouze 17% žáků SŠ je v posledním týdnu nejedlo ani jednou.

Tabulka č. 35: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a uzeniny, salámy, párky, uzené maso...“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ani jednou	17,4	10,6	24,4
1-2x	47,7	46,4	48,9
3x a více	34,9	43,0	26,7

Potvrdila se „známá pravda“, že uzeniny a podobná jídla jí častěji muži. I šestnáctiletí středoškoláci mužského pohlaví v této studii uvedli výrazně častější konzumaci těchto potravin. Zatímco ani jednou uzeniny nejedla čtvrtina (24%) dívek, tak pouze desetina (10%) chlapců. Minimálně třikrát týdně jí uzeniny více než čtvrtina (27%) dívek a 43% chlapců. Ukazuje se, bohužel, že uzeniny patří mezi mládeží k nejčastěji konzumovaným potravinám.

Graf č. 69: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a uzeniny, salámy, párky, uzené maso...“ celkem a podle pohlaví v %

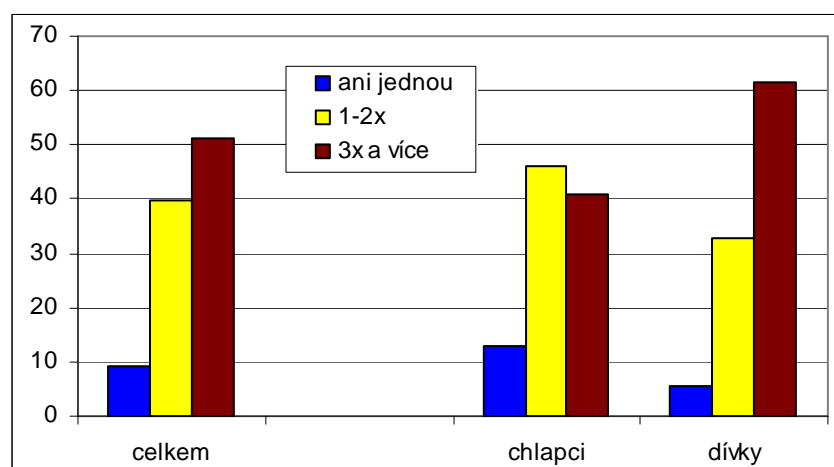


g) Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a zeleninu a ovoce?

Naopak zelenina a ovoce patří k nejzdravějším potravinám a nejen mladí lidé by je měli konzumovat, když ne několikrát denně, tak alespoň každý den. Výsledky studie však ukazují, že tomu tak u šestnáctileté mládeže v Kraji Vysočina zdaleka není.

Čerstvou zeleninu neměla ani jednou za posledních 7 dnů desetina (9%) žáků středních škol, 3x a častěji za týden ji konzumuje pouze polovina (51%) mládeže. Podle očekávání dívky používají čerstvou zeleninu častěji než chlapci – minimálně 3x týdně ji však konzumuje pouze šest z deseti dívek (61%) a čtyři z deseti chlapců (41%). Velmi často, 5x a nebo vícekrát týdně, jí zeleninu 19% mládeže (26% dívek a 12% chlapců).

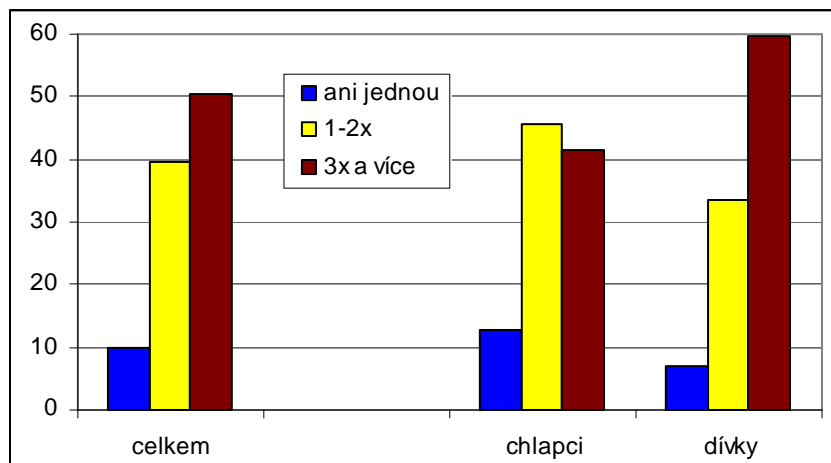
Graf č. 70: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a čerstvou zeleninu“ celkem a podle pohlaví v %



Čerstvé ovoce konzumují mladí lidé prakticky stejně často jako čerstvou zeleninu. Desetina (10%) respondentů uvedla, že čerstvé ovoce v posledním týdnu nejedlo ani jednou, polovina (50%) pak, že ho jedla minimálně 3x týdně. I ovoce jí častěji dívky, šest dívek z deseti (60%) uvedlo, že ovoce

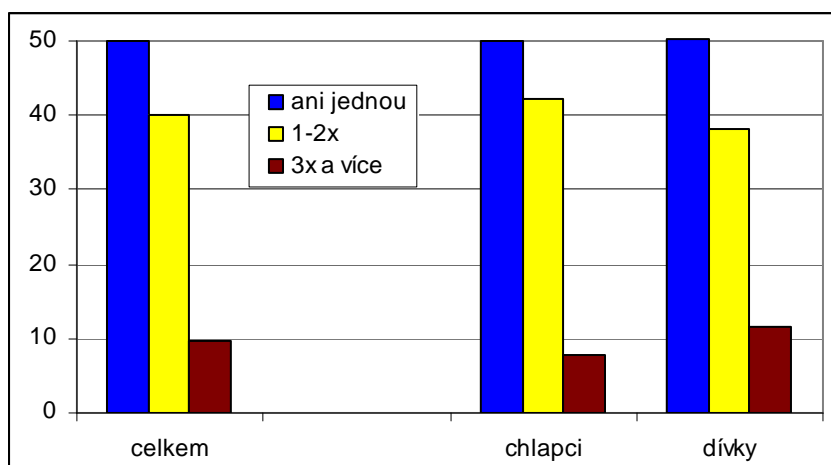
jí minimálně 3x týdně, chlapců bylo výrazně méně (42%). Velmi často, 5x a nebo vícekrát týdně jí čerstvé ovoce podobně jako zeleninu 19% mládeže (27% dívek a 12% chlapců).

Graf č. 71: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a čerstvé ovoce“ celkem a podle pohlaví v %



Zeleninu a ovoce vařené či konzervované konzumovala v posledním týdnu polovina studentů, často, tj. minimálně 3x týdně, tyto pokrmy jí desetina respondentů. Dívky využívají konzervovanou či vařenou zeleninu či ovoce o něco častěji – často jí jí 12% dívek a 8% chlapců.

Graf č. 72: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a čerstvé ovoce“ celkem a podle pohlaví v %



h) Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a různé druhy pečiva?

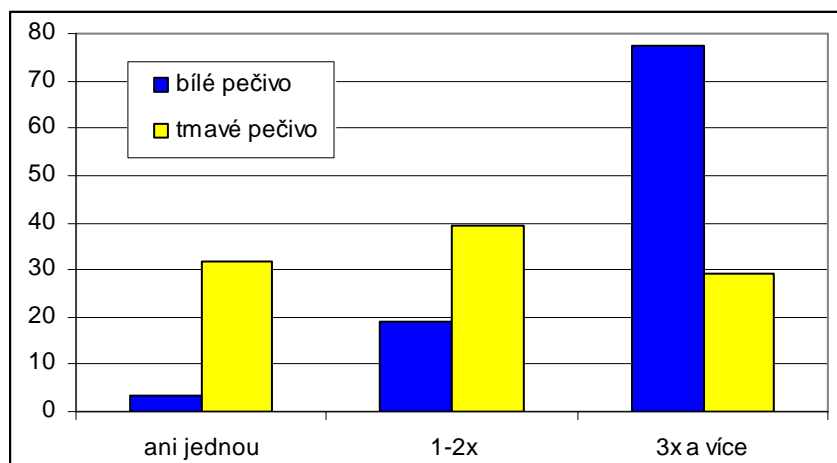
Pečivo jí zřejmě téměř každý člověk každý den, z hlediska vlivu na zdraví však má značný význam, jaké pečivo člověk jí. Proto 2 otázky byly zaměřeny na konzumaci bílého a celozrnného či tmavého pečiva.

Sřredořkoláci, bohuřel, mnohem více konzumují méně zdravé bílé peřivo, což dokládá i následující graf. Zatímco bílé peřivo alespoň jednou v posledním týdnu jedli prakticky všichni řáci druhých ročníků sřredních řkol (pouze 4% respondentů uvedlo, ře ho nejedlo), tak tmavé ři celozrnné peřivo jedly pouze dvě třetiny (68%) řáků. Často, tj. minimálně 3x týdně, jí bílé peřivo téměř 80% studentů, ale tmavé ři celozrnné peřivo pouze 30% studentů.

Tabulka ř. 36: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a bílé a tmavé (celozrnné) peřivo v %“

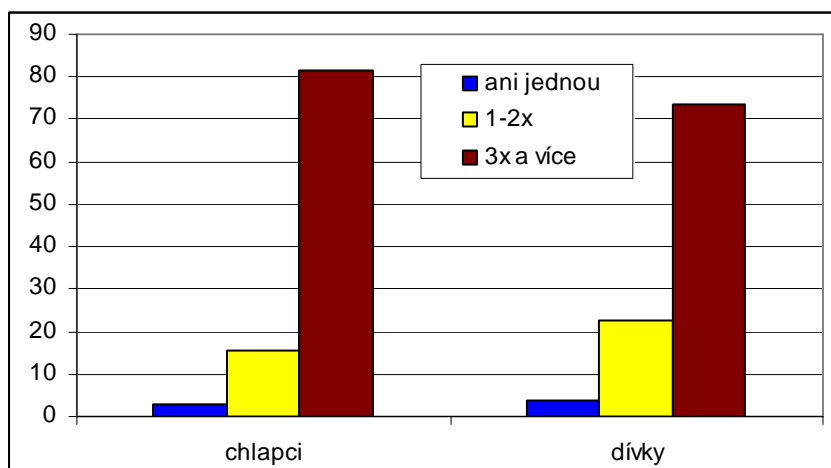
	bílé peřivo	tmavé peřivo
ani jednou	3,5	31,6
1-2x	18,9	39,3
3x a více	77,6	29,1

Graf ř. 73: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a bílé a tmavé (celozrnné) peřivo“ v %

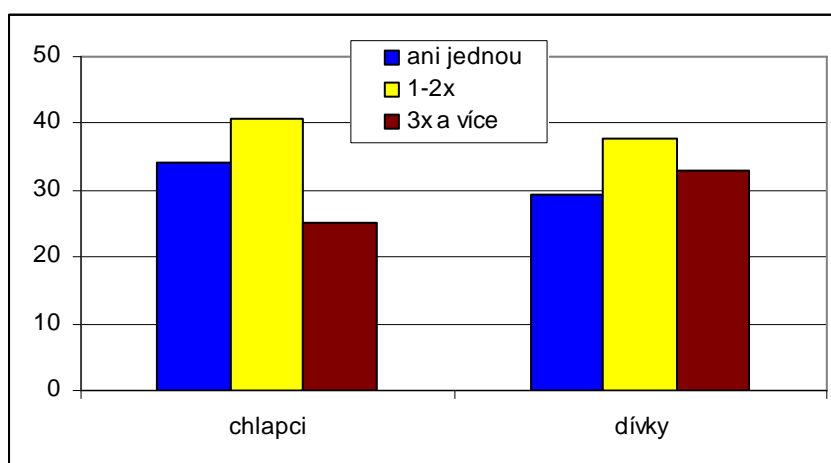


Podle očekávání chlapci jsou méně zodpovědnější a konzumují tmavé a celozrnné peřivo méně často než dívky. Zatímco třetina (33%) dívek uvedla, ře tyto druhy peřiva jí alespoň 3x týdně (a 11% dívek dokonce 5x nebo vícekrát týdně), chlapců byla pouze čtvrtina (25%). To, jak často konzumují dívky a chlapci bílé ři naopak tmavé nebo celozrnné peřivo, a jaké jsou mezi nimi rozdíly, dokumentují následující 2 grafy.

Graf č. 74: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a bílé pečivo“ podle pohlaví v %



Graf č. 75: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a tmavé či celozrnné pečivo“ podle pohlaví v %



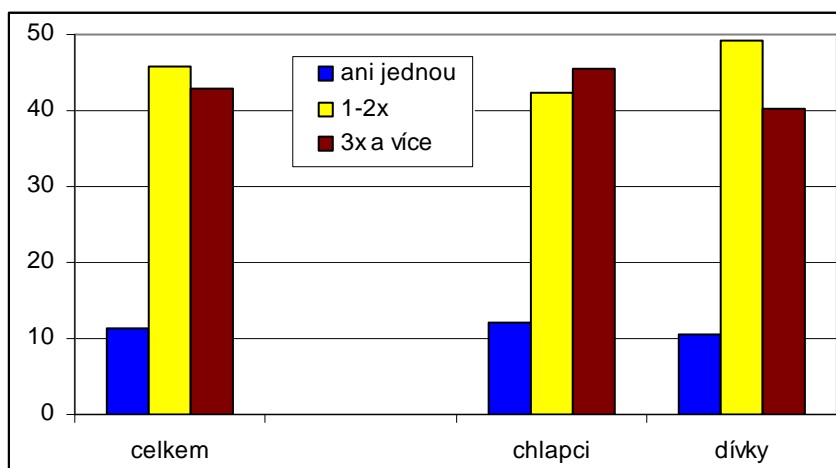
i) Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a čokolády, cukrovinky, zákusky?

Na stoupajícím počtu diabetiků v naší společnosti, podobně jako na rostoucím výskytu různých srdečně cévních nemocí, má značný podíl i nadměrná konzumace různých sladkostí. Bohužel, tato studie mládeže potvrdila, že sladkosti – různé čokolády, zákusky a cukrovinky – jsou oblíbené i mezi mládeží a ta je jí více než by měla a než odpovídá zásadám zdravé a racionální výživy. Pouze desetina (11%) mladých středoškoláků uvedla, že v posledním týdnu neměla ani jednou žádnou sladkost, naopak 43% mladých konzumuje sladkosti minimálně 3x týdně a dokonce 15% respondentů uvedlo, že čokoládu, zákusky či jiné sladkosti jí 5x či vícekrát týdně. Rozdíly mezi dívkami a chlapci jsou malé, nevýznamné.

Tabulka č. 37: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a čokolády, cukrovinky, zákusky“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ani jednou	11,3	12,2	10,4
1-2x	45,7	42,3	49,2
3x a více	43,0	45,5	40,4

Graf č. 76: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a čokolády, cukrovinky, zákusky“ celkem a podle pohlaví v %



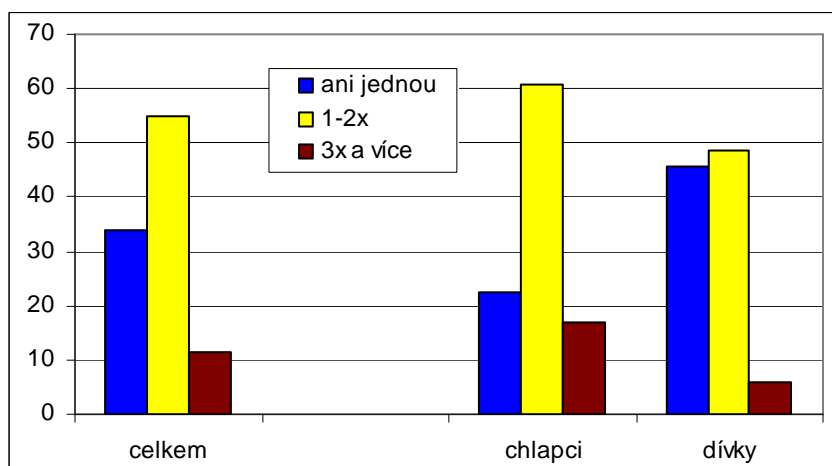
j) Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a smažené nebo grilované pokrmy?

Velmi nezdravá, ale dost častá, je i nadměrná konzumace smažených a grilovaných pokrmů. Mladí lidé mají tato jídla ve značné oblibě, což potvrdil i tento projekt. Pouze třetina (34%) respondentů neměla v posledním týdnu ani jednou některé z těchto jídel, naopak více než desetina studentů uvedla, že smažená či grilovaná jídla měli minimálně třikrát. Potvrdilo se i to, že tento druh jídel konzumují častěji muži – zatímco téměř polovina (46%) dívek neměla žádné z těchto jídel ani jednou, chlapců byla pouze pětina (22%), naopak 17% chlapců smaženému či grilovanému holduje velmi často, minimálně 3x týdně, podobných dívek je mnohem méně – 6%.

Tabulka č. 38: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a smažené nebo grilované pokrmy“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ani jednou	33,9	22,3	45,7
1-2x	54,7	60,9	48,5
3x a více	11,3	16,8	5,8

Graf č. 77: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a smažené nebo grilované pokrmy“ celkem a podle pohlaví v %

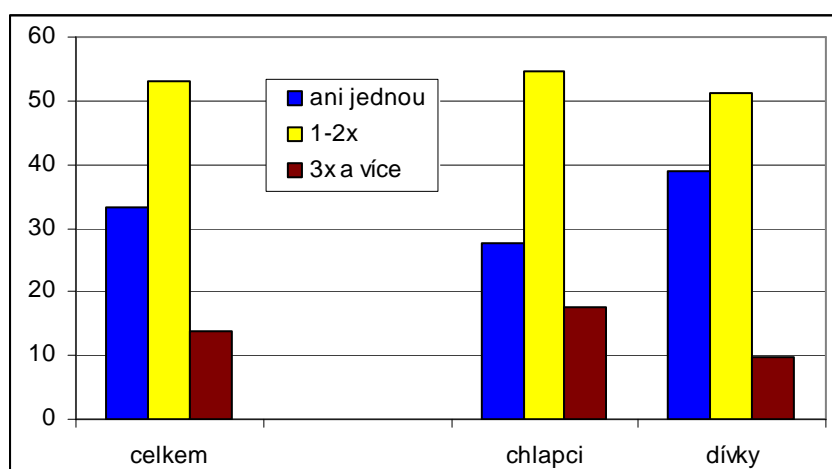


k) Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a vejce a pokrmy z nich?

Tabulka č. 39: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a vejce a pokrmy z nich“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ani jednou	33,3	27,6	39,0
1-2x	53,0	54,7	51,3
3x a více	13,7	17,7	9,7

Graf č. 78: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a vejce a pokrmy z nich“ celkem a podle pohlaví v %



Vajíčka a nebo pokrmy z nich nejedla v posledním týdnu třetina (33%) z oslovených studentů, naopak 14% jich jedlo vejce v posledních 7 dnech minimálně třikrát. I tato většinou nepříliš zdravá jídla jedí chlapci výrazně častěji než dívky. Ani jednou vejce nekonzumovaly dvě pětiny (39%)

dívek, ale 28% chlapců, naopak minimálně 3x v týdnu jedlo vajíčka a pokrmy z nich 10% dívek, ale 18% chlapců.

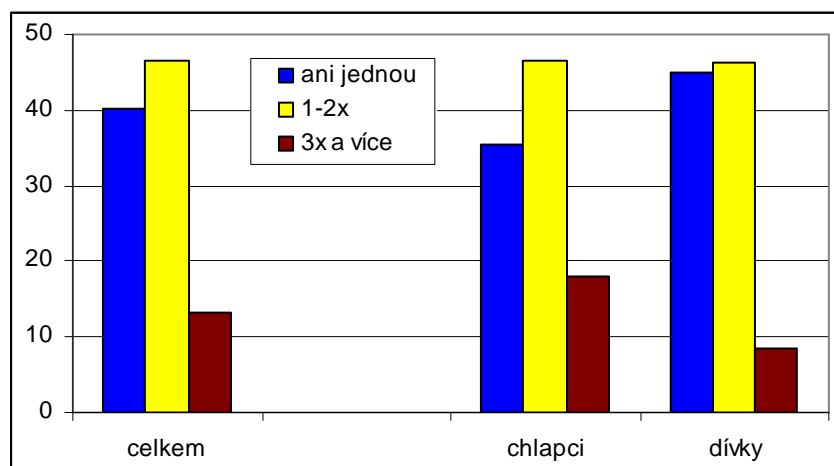
l) Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a chipsy, brambůrky apod. pochutiny?

K dalším oblíbeným a většinou velmi nezdravým pokrmům patří různé chipsy, brambůrky, tyčinky a podobné pochutiny. Má je ve značné oblibě i mládež – 60% respondentů uvedlo, že je v minulém týdnu konzumovalo alespoň jednou, 13% dokonce minimálně třikrát. I tyto pokrmy jí chlapci častěji než dívky, což dokládá i následující tabulka a graf.

Tabulka č. 40: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a chipsy, brambůrky apod. pochutiny“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ani jednou	40,2	35,4	45,0
1-2x	46,5	46,7	46,4
3x a více	13,3	17,9	8,6

Graf č. 79: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a chipsy, brambůrky apod. pochutiny“ celkem a podle pohlaví v %



m) Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a alkoholické nápoje (pivo, víno, destiláty)?

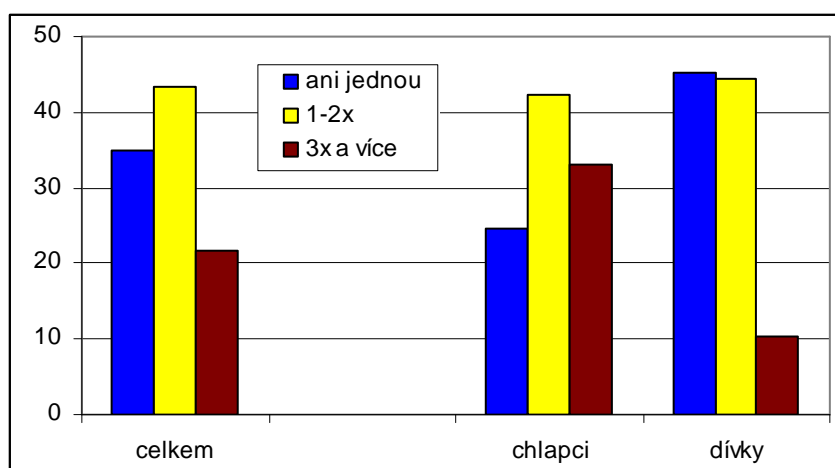
Časté a nadměrné pití alkoholu je pro mládež v naší zemi poměrně typické a prokázané již mnohými jinými studiemi. Bohužel to dokazuje i tato studie a analýza. Pouze třetina (35%) šestnáctiletých studentů různých středních škol v Kraji Vysočina nepila v posledním týdnu ani jednou alkohol, naopak více než pětina (22%) konzumovala alkohol v posledních 7 dnech minimálně ve třech dnech, 7% pak dokonce 5x nebo vícekrát.

Tabulka č. 41: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a alkoholické nápoje (pivo, víno, destiláty)“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ani jednou	34,9	24,6	45,2
1-2x	43,3	42,3	44,3
3x a více	21,8	33,1	10,4

Chlapci konzumují alkoholické nápoje výrazně častěji než dívky, pouze čtvrtina (25%) chlapců nepila v posledním týdnu žádný alkohol, stejně abstinujících dívek je mnohem více – 45%. Naopak třetina (33%) chlapců pije alkoholické nápoje minimálně třikrát týdně, zatímco takto často pijících dívek je „pouze“ 10%.

Graf č. 80: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a alkoholické nápoje (pivo, víno, destiláty)“ celkem a podle pohlaví v %



n) Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a uvedené neslazené či slazené nápoje?

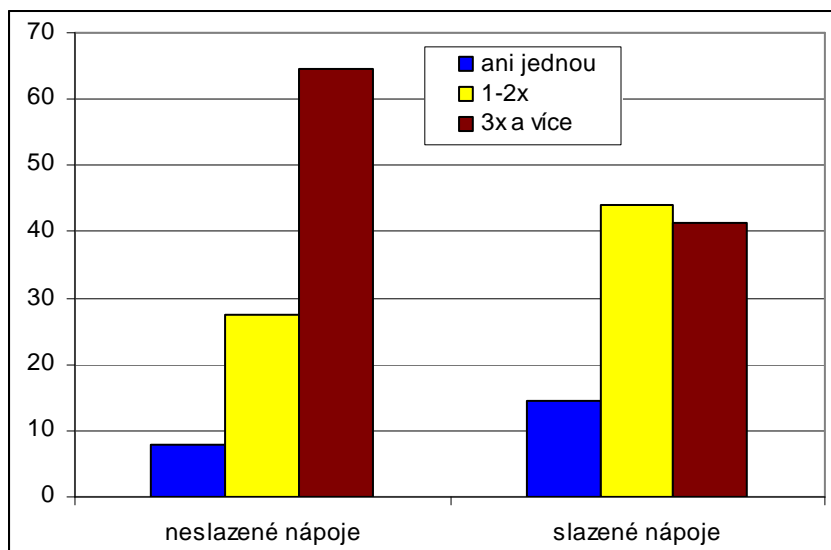
Dodržování pitného režimu a dostatek tekutin jsou důležitým předpokladem zdravého života, záleží však i na tom, co daný člověk pije. Je známo, že zvláště mládež často pije příliš často různé sladké nápoje, jak je cola, kofola či sladké limonády.

Tabulka č. 42: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a neslazené nebo slazené nápoje“ v %

	neslazené nápoje	slazené nápoje
ani jednou	8,0	14,5
1-2x	27,4	44,0
3x a více	64,7	41,5

Studie prokázala, že značné množství mladých osob pije slazené nápoje, pouze necelých 15% z nich uvedlo, že v posledním týdnu nemělo ani jednou žádný slazený nápoj typu cola, kofola apod., naopak více než 40% šestnáctiletých pije tyto nápoje velmi často – minimálně 3x v týdnu.

Graf č. 81: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a neslazené nebo slazené nápoje“ celkem a podle pohlaví v %

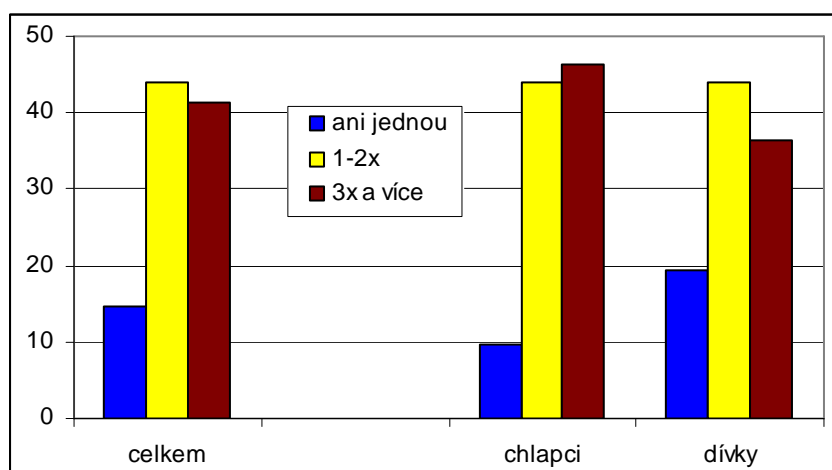


Jak se dalo očekávat, chlapci pijí slazené nápoje typu cola a kofola a slazené limonády výrazně častěji než dívky – pouze desetina chlapců uvedlo, že tyto nápoje v posledních 7 dnech nemělo, dívek bylo dvojnásobek – 20%. Téměř polovina (46%) chlapců pilo tyto slazené nápoje minimálně 3x v posledním týdnu, dívek bylo o 10 % méně, tj. 36%.

Tabulka č. 43: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a slazené nápoje (colu, kofolu, limonády...)“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ani jednou	14,5	9,7	19,5
1-2x	44,0	43,9	44,1
3x a více	41,5	46,4	36,4

Graf č. 82: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a slazené nápoje (colu, kofolu, limonády...)“ celkem a podle pohlaví v %



Další část otázek byla zaměřena na trávení volného času, na pohybové aktivity a používání ochranných pomůcek.

3.12 Pokud jezdíte na kole, používáte helmu?

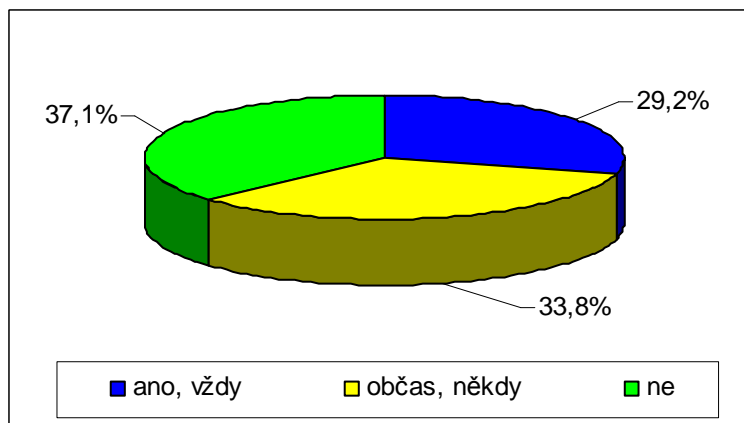
Na tuto otázku odpovídali pouze ti, kteří jezdí na kole, což bylo 782 (90,3%) studentů druhých ročníků středních škol a odborných učilišť v Kraji Vysočina.

Tabulka č. 44: Odpovědi na otázku „Pokud jezdíte na kole, používáte helmu?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ano, vždy	29,2	30,9	27,2
občas, někdy	33,8	30,9	36,8
ne	37,1	38,1	36,0

Používání helmy – nesmírně důležité ochranné pomůcky – při jízdě na kole není, bohužel, mezi mládeží příliš v oblibě. Pouze necelých 30% šestnáctiletých používá helmu vždy, 34% občas a téměř 40% pak vůbec. Rozdíly mezi dívkami a chlapci nejsou příliš velké – chlapci o něco více používají helmu vždy, dívky pak o něco častěji občas.

Graf č. 83: Odpovědi na otázku „Pokud jezdíte na kole, používáte helmu?“ v %

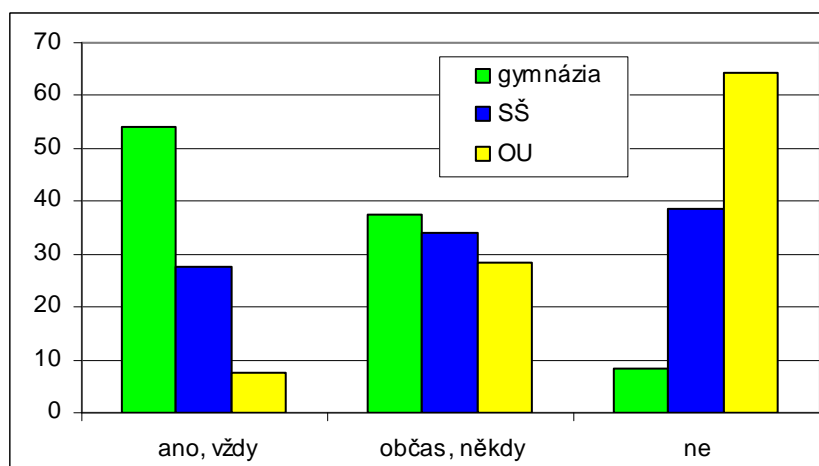


Značné rozdíly byly zjištěny v používání helmy při jízdě na kole u studentů v různých typech škol. Zatímco více než 54% gymnazistů uvedlo, že tuto ochrannou pomůcku používá vždy, tak na odborných učilištích to bylo pouze necelých 8%. A naopak zatímco 8% studentů gymnázií helmu nepoužívá vůbec, na učilištích se k tomuto přiznaly téměř dvě třetiny studentů.

Tabulka č. 45: Odpovědi na otázku „Pokud jezdíte na kole, používáte helmu?“ podle typu škol v %

	ano, vždy	občas	ne
gymnázia	54,2	37,5	8,3
SŠ	27,5	33,9	38,6
OU	7,4	28,4	64,2

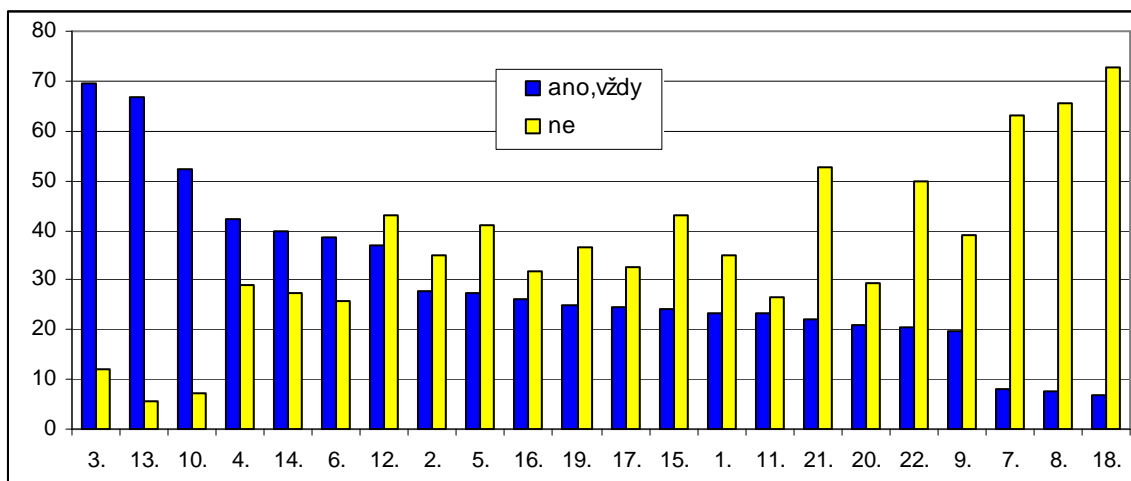
Graf č. 84: Odpovědi na otázku „Pokud jezdíte na kole, používáte helmu?“ podle typu škol v %



Až obrovské rozdíly jsme zaznamenali i v odpovědích u žáků z jednotlivých škol. Pro lepší přehlednost jsme do následujícího grafu zařadili pouze odpovědi „ano, vždy nebo téměř vždy“ a „ne, helmu při jízdě na kole nepoužívám“ (proto součet těchto odpovědí není 100%). Na školách

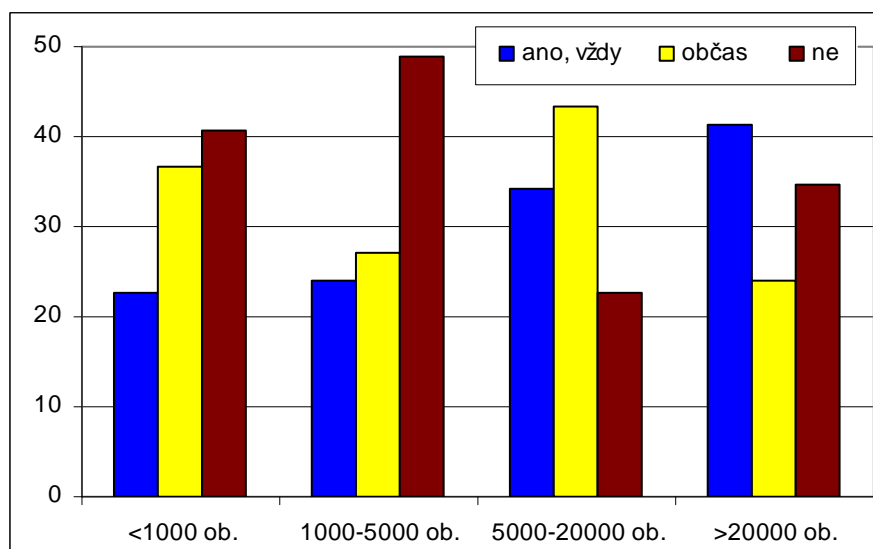
č. 3, č. 13 a č. 10 používá helmu při jízdě na kole vždy více než polovina žáků, naopak na školách č. 7, č. 8 a č. 18 používá helmu vždy pouze méně než 10% žáků a nepoužívá helmu vůbec více než 60% z dotázaných.

Graf č. 85: Odpovědi na otázku „Pokud jezdíte na kole, používáte helmu?“ podle jednotlivých škol v %



Velké rozdíly byly zjištěny v používání helmy při jízdě na kole podle velikosti bydliště. Dá se jednoznačně říct, že mládež, která bydlí ve větších či velkých městech, nosí tuto důležitou a nezbytnou ochrannou pomůcku mnohem častěji než mládež na vesnicích a malých městech. Zatímco ve velkých městech (nad 20 tis. obyvatel) nosí helmu na kole vždy více než 40% respondentů, tak z těch, co žijí na vesnicích do tisíce obyvatel, to je pouhých 23%.

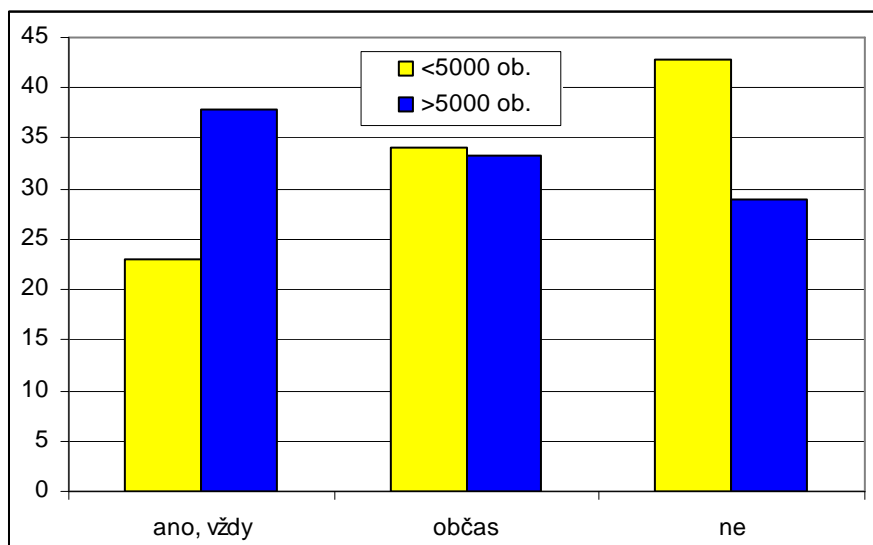
Graf č. 86: Odpovědi na otázku „Pokud jezdíte na kole, používáte helmu?“ podle bydliště v %



Ještě lépe je tento rozdíl vidět, když sloučíme studenty podle bydliště do obcí a malých měst do 5 tisíc a nad 5 tisíc obyvatel, což ukazuje následující graf. Zatímco ve městech nad 5 tisíc obyvatel nosí pravidelně na kole helmu více než 38%, a naopak vůbec nenosí 29% mládeže, na vesnicích a

malých městech nosí pravidelně helmu pouze necelých 23% a vůbec nenosí 43% mladých lidí, dotázaných v této studii.

Graf č. 87: Odpovědi na otázku „Pokud jezdíte na kole, používáte helmu?“ podle bydliště v %



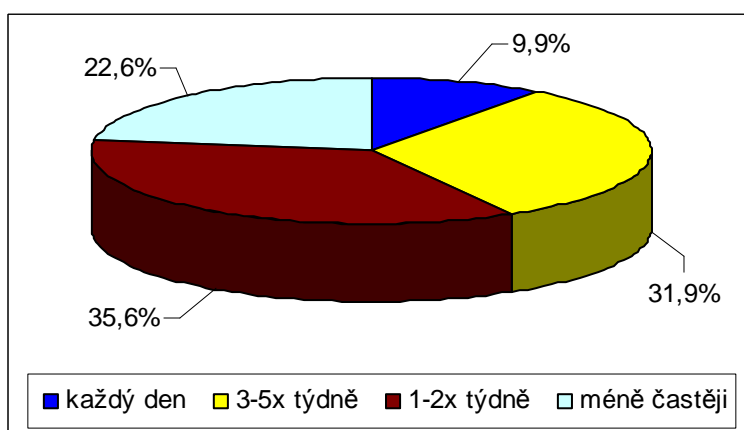
3.13 Jak často cvičíte, běháte, jezdíte na kole nebo jinak aktivně sportujete v min. délce 30 minut v „kuse“?

Tabulka č. 46: Odpovědi na otázku „Jak často cvičíte, běháte, jezdíte na kole nebo jinak aktivně sportujete v min. délce 30 minut v „kuse“?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
každý den	9,9	13,6	6,3
3-5x týdně	31,9	39,1	24,3
1-2x týdně	35,6	30,8	40,4
méně často	22,6	16,5	28,8

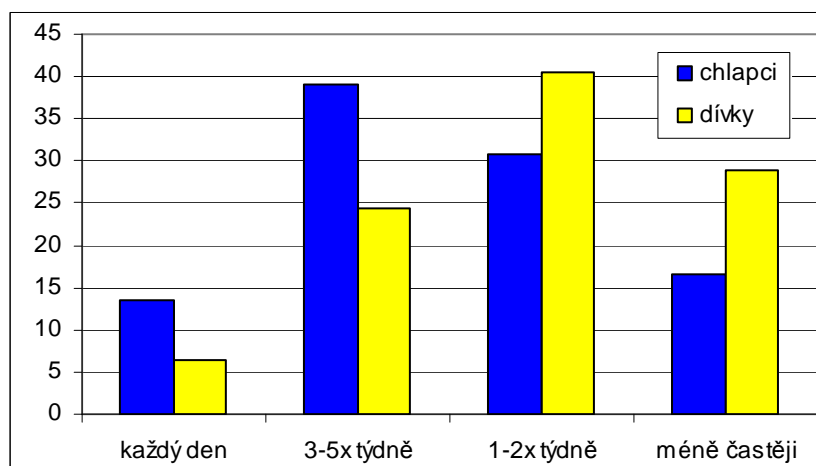
Na výše uvedenou otázku, která se týká pravidelné tělesné aktivity, která souvisle trvá minimálně 30 minut, odpověděla desetina žáků, že takto aktivně sportuje každý den, třetina (31,9%), že 3-5x týdně a více než pětina z dotázaných (22,6%) odpovědělo, že se takto hýbají méně než 1x týdně.

Graf č. 88: Odpovědi na otázku „Jak často cvičíte, běháte, jezdíte na kole nebo jinak aktivně sportujete v min. délce 30 minut v „kuse“?“ v %



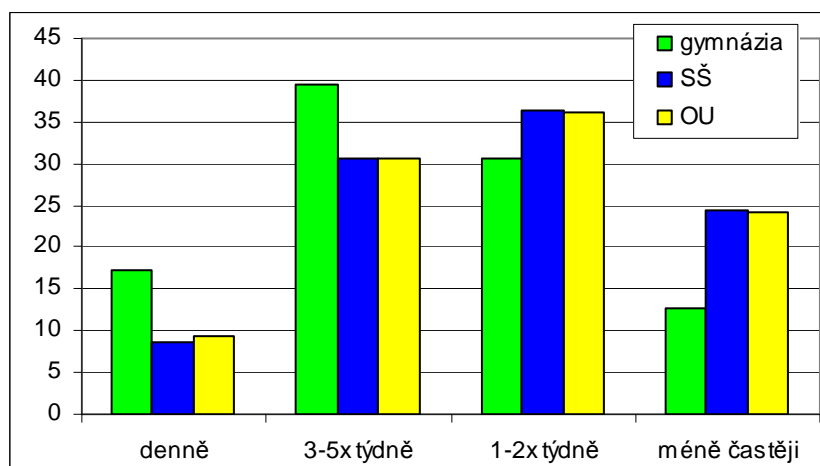
Poměrně překvapivé se mohou jevit rozdíly mezi chlapci a dívkami. Pokud budeme považovat pohybovou aktivitu v délce min. 30 minut alespoň 3x týdně za uspokojivou pohybovou aktivitu, tak tyto možné odpovědi zvolila více než polovina chlapců (52,7%) a naopak pouze tři z deseti dívek (30,6%).

Graf č. 89: Odpovědi na otázku „Jak často cvičíte, běháte, jezdíte na kole nebo jinak aktivně sportujete v min. délce 30 minut v „kuse“?“ podle pohlaví v %



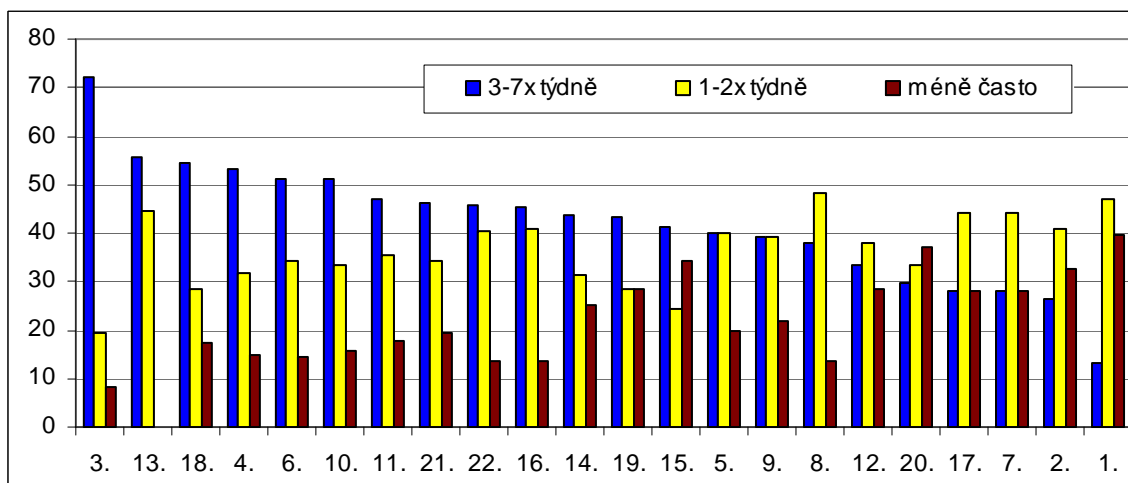
Určité rozdíly v odpovědích na tuto otázku byly zjištěny i u studentů podle typu škol. Na gymnáziích respondenti uvedli, že alespoň 3x týdně min. 30 minut v kuse aktivně sportuje 57% z nich, zatímco na ostatních SŠ a OU je to pouze necelých 40%.

Graf č. 90: Odpovědi na otázku „Jak často cvičíte, běháte, jezdíte na kole nebo jinak aktivně sportujete v min. délce 30 minut v „kuse“?“ podle typu škol v %



Značné rozdíly v pravidelné pohybové aktivitě byly zjištěny i u žáků na jednotlivých školách. Na šesti školách uvedla minimálně 3x týdně aspoň půlhodinový sport více než polovina žáků, naopak na jiných šesti školách to byla méně než třetina. Rozdíly v odpovědích u studentů podle velikosti bydliště nebyly velké, ani významné.

Graf č. 91: Odpovědi na otázku „Jak často cvičíte, běháte, jezdíte na kole nebo jinak aktivně sportujete v min. délce 30 minut v „kuse“?“ podle typu škol v %



3.14 Kolik času strávíte v průměru denně:

Další otázka ve svých šesti částech byla směřována na trávení volného času. Dotazy se týkaly šesti možností (viz níže a viz dotazník), kde mládež může trávit svůj volný čas. Respondenti na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně...“ neodpovídali přímo uvedením času, ale mohli si vždy vybrat ze čtyř časových pásem.

Pro názornost následně uvádíme odpovědi na jednotlivé otázky od všech respondentů v %. U jednotlivých otázek jsou červeně vyznačeny odpovědi, které byly nejméně časté a modře pak ty, které byly nejčastější.

Tabulka č. 47: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně:“ v %

	žádný nebo méně než 10 minut	10 – 30 minut	30 – 60 minut	více než 1 hodinu
a) chůzí (vč. cest do a ze školy)	2,8	27,0	37,8	32,4
b) cvičením (doma, v posilovně, ve Fitness apod.)	44,0	29,8	14,0	12,2
c) jízdou na kole, plaváním, jiným sportem, tancem...	29,8	29,6	22,5	18,1
d) u televize	18,4	23,6	29,2	28,8
e) u počítače	4,2	11,7	24,4	59,7
f) v přírodě, v parku, v lese...	16,9	25,8	29,4	27,9

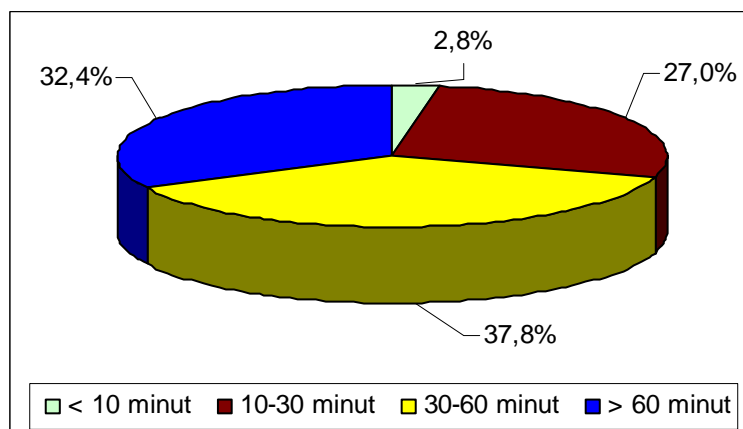
3.15 Kolik času strávíte v průměru denně chůzí (vč. cest do a ze školy)?

Tabulka č. 48: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně chůzí (vč. cest do a ze školy)“ v %

	celkem	chlapci	dívky
< 10 minut	2,8	3,0	2,6
10-30 minut	27,0	28,7	25,3
30-60 minut	37,8	38,2	37,4
> 60 minut	32,4	30,1	34,8

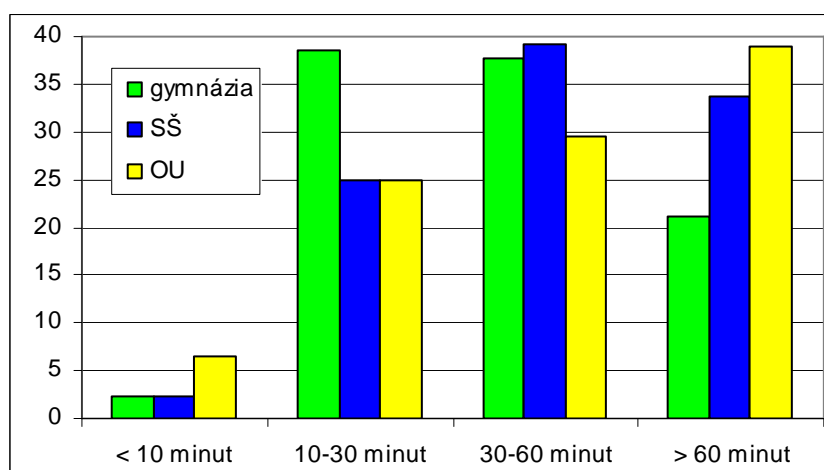
V průměru denně chůzí stráví více než hodinu pouze třetina studentů, nejvíce odpovědí (téměř 38%) bylo uvedeno v rozmezí 30 – 60 minut, téměř 30% respondentů pak uvedlo, že chůzí v průměru denně nestráví více než půl hodiny. Rozdíly mezi pohlavími nejsou významné, o něco vyšší procento dívek uvedlo, že chůzí denně tráví více než hodinu.

Graf č. 92: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně chůzí (vč. cest do a ze školy)“ v %



Studenti odborných učilišť tráví více času chůzí – 39% z nich uvedlo, že chůzí denně tráví více než hodinu, zatímco stejnou odpověď zvolilo pouze 21% studentů gymnázií.

Graf č. 93: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně chůzí (vč. cest do a ze školy)“ podle typu škol v %

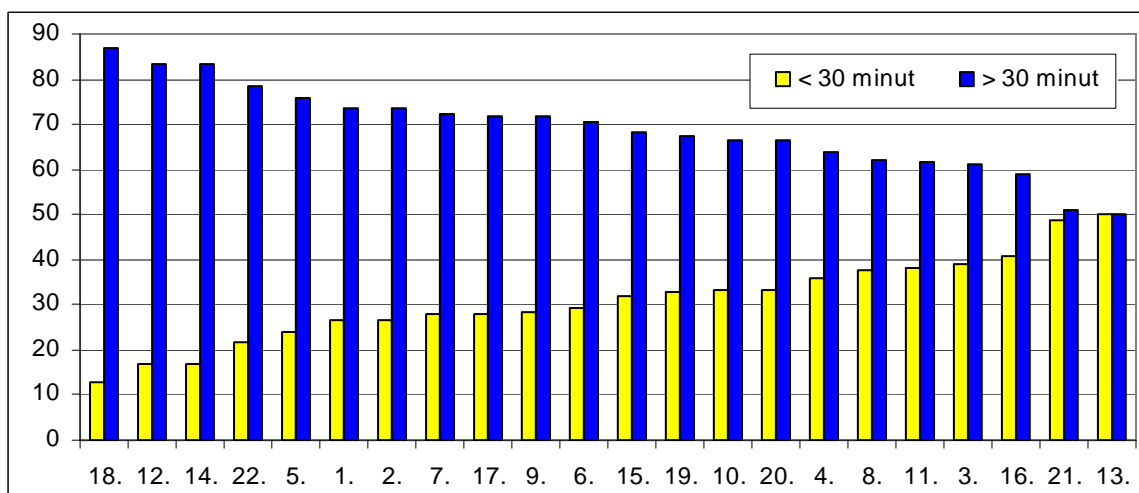


Ve srovnání jednotlivých škol jsme pro přehlednost zredukovali grafy na odpovědi na tento typ otázek na odpovědi uvádějící frekvenci do 30 minut (tj. první dvě odpovědi dohromady) a frekvenci vyšší než 30 minut (tj. v součtu zbývající dvě odpovědi).

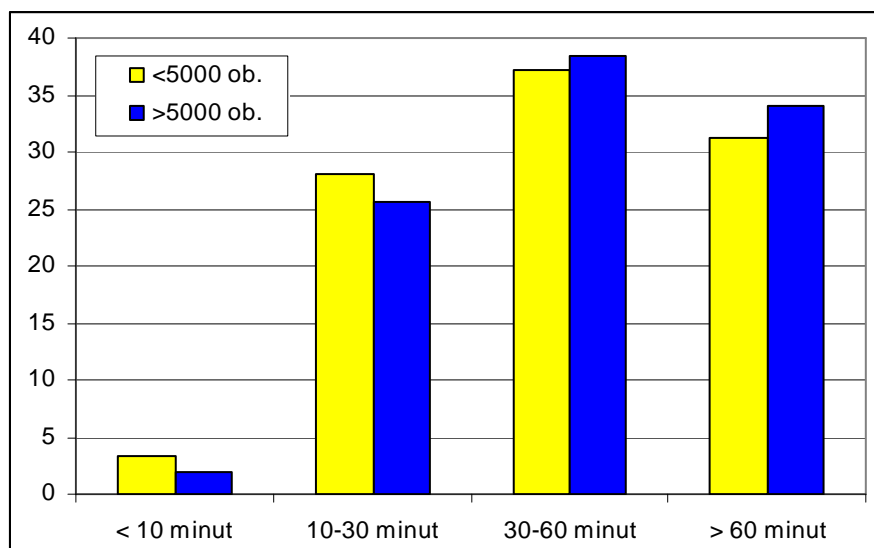
Více než 30 minut času, stráveného v průměru denně chůzí, uvedli nejvíce respondenti ze školy č. 18 (87,0%), naopak nejméně ve škole č. 13 (50,0%).

Rozdíly v odpovědích studentů podle velikosti bydliště nejsou významné. Obecně se dá říct, že mládež bydlící ve větších městech chodí více než mládež na vesnicích a malých městech.

Graf č. 94: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně chůzí (vč. cest do a ze školy)“ podle jednotlivých škol v %



Graf č. 95: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně chůzí (vč. cest do a ze školy)“ podle bydliště v %



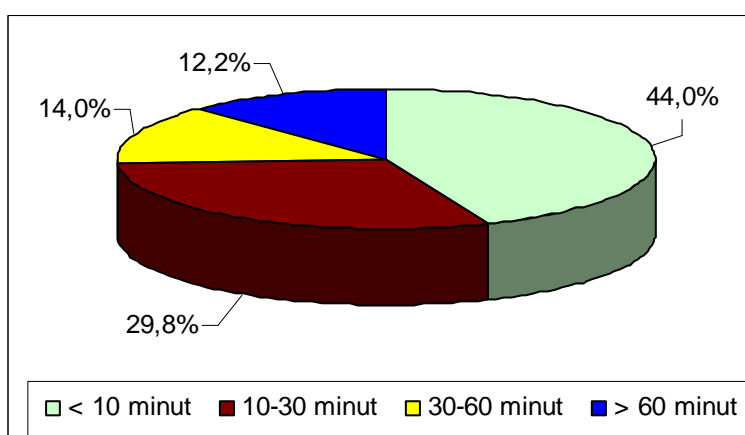
3.16 Kolik času strávíte v průměru denně cvičením (doma, v posilovně, ve Fitness apod.)?

V průměru denně různým cvičením (tj. doma nebo v posilovně, Fitness apod.) stráví více než půlhodiny pouhá čtvrtina (26,2%) žáků SŠ, nejvíce respondentů (44%) uvedlo, že buď necvičí vůbec a nebo v průměru denně max. do 10 minut.

Tabulka č. 49: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně cvičením (doma, v posilovně, ve Fitness apod.)“ v %

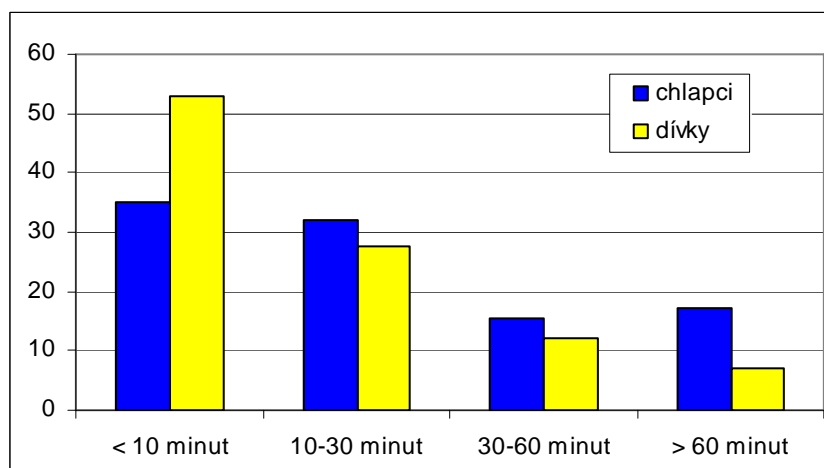
	celkem	chlapci	dívky
< 10 minut	44,0	35,2	52,9
10-30 minut	29,8	32	27,6
30-60 minut	14,0	15,6	12,3
> 60 minut	12,2	17,2	7,2

Graf č. 96: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně cvičením (doma, v posilovně, ve Fitness apod.)“ v %



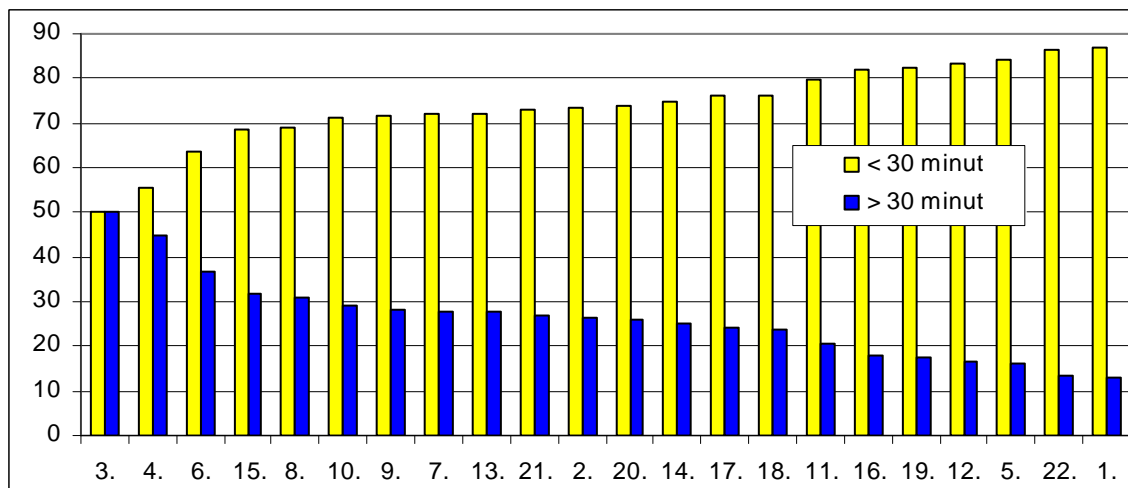
Rozdíly mezi pohlavími jsou významné – chlapci cvičí častěji a více než dívky. V průměru denně více než půl hodiny cvičí pouze pětina (19,5%) dívek, ale třetina (32,8% chlapců). Minimum času stráveného cvičením (v průměru denně do 10 minut) uvedlo 35% chlapců, ale více než polovina (52,9%) dívek.

Graf č. 97: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně cvičením (doma, v posilovně, ve Fitness apod.)“ podle pohlaví v %

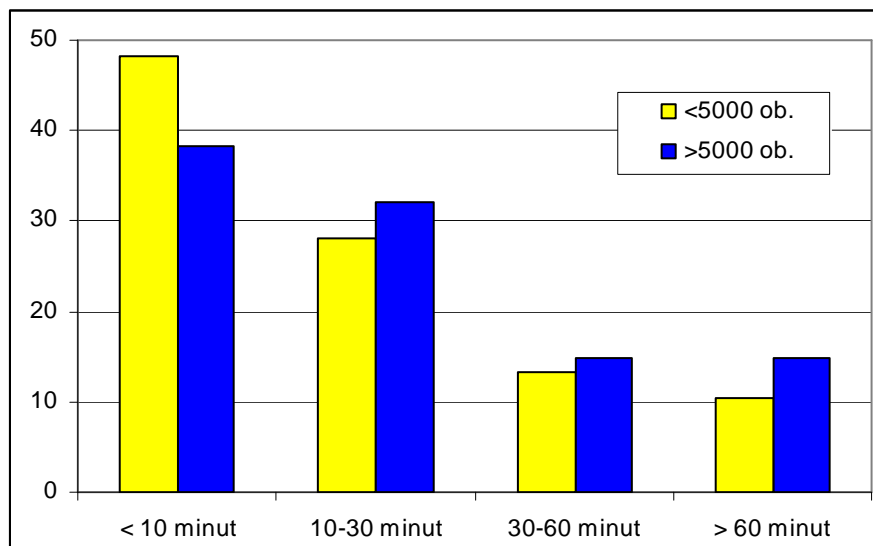


Významné rozdíly ve frekvenci cvičení mezi respondenty z různých typů škol nebyly zjištěny. Co se týče jednotlivých škol – nejčastější frekvenci cvičení (více než 30 minut v průměru denně) uvedli studenti ze školy č. 3 (50,0%) a nejméně často pak studenti ze školy č. 1 (13,2%).

Graf č. 98: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně cvičením (doma, v posilovně, ve Fitness apod.)“ podle jednotlivých škol v %



Graf č. 99: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně cvičením (doma, v posilovně, ve Fitness apod.)“ podle bydliště v %



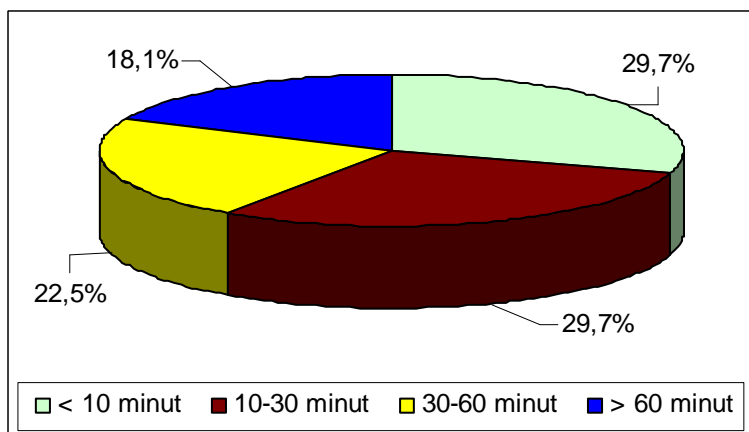
Rozdíly mezi studenty bydlícími v různých sídlech nejsou opět významné, nicméně dá se konstatovat, že mládež bydlící ve větších městech (nad 5 tis. obyvatel) cvičí o něco více (téměř 30% z nich cvičí v průměru denně více než 30 minut) než mládež žijící v menších městech a na vesnicích (takto cvičí pouze necelých 24% mládeže).

3.17 Kolik času strávíte v průměru denně jízdou na kole, plaváním, jiným sportem, tancem...?

Tabulka č. 50: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně jízdou na kole, plaváním, jiným sportem, tancem...?“ v %

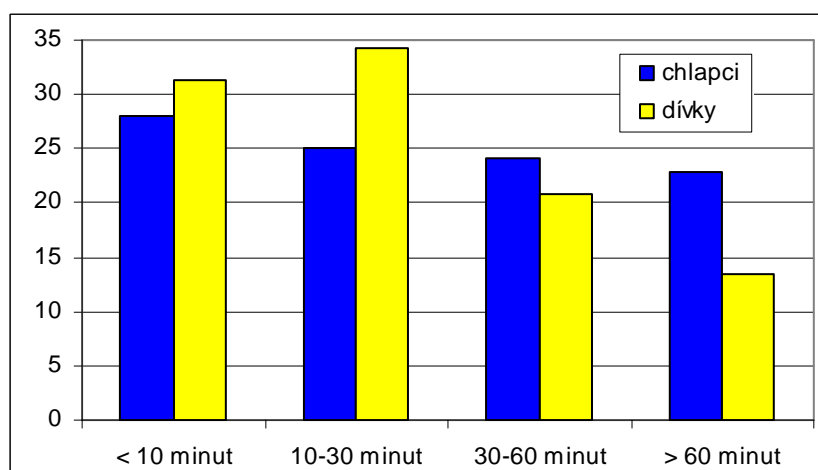
	celkem	chlapci	dívky
< 10 minut	29,7	28,0	31,3
10-30 minut	29,7	25,1	34,3
30-60 minut	22,5	24,1	20,9
> 60 minut	18,1	22,8	13,5

Graf č. 100: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně jízdou na kole, plaváním, jiným sportem, tancem...?“ v %



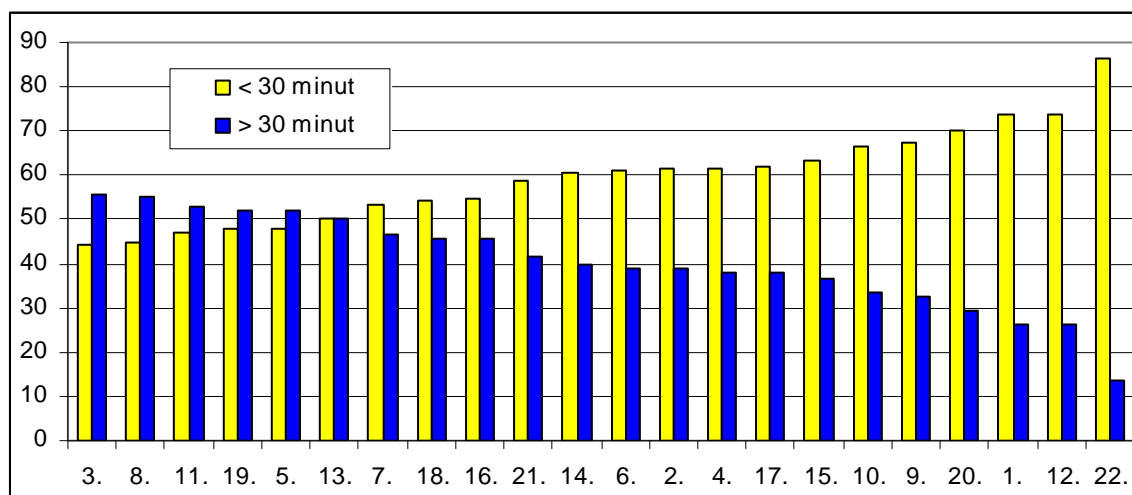
Další z otázek byla zaměřena na aktivní sportování – jízdu na kole, plavání, tanec apod. Respondenti si opět mohli zvolit ze čtyř časových úseků, které těmto pohybovým aktivitám v průměru denně věnují. Téměř 60% studentů SŠ uvedlo, že se aktivnímu sportu věnují v průměru denně méně než 30 minut, pouhých 18% pak více než hodinu. Podobně jako u chůze, tak i zde je možno konstatovat, že aktivnímu sportu se více věnují chlapci než dívky. Více než 30 minut denně aktivně sportuje 47% chlapců oproti 34% dívek.

Graf č. 101: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně jízdou na kole, plaváním, jiným sportem, tancem...?“ podle pohlaví v %



Významné rozdíly v odpovědích mezi studenty z různých typů škol nalezeny nebyly. Odpovědi respondentů z jednotlivých škol, zapojených do projektu, ukazuje následující graf. Nejvíce aktivního sportu uvedli žáci ze škol č. 3 a č. 8 (55% z nich odpovědělo, že se aktivnímu sportu věnují v průměru denně více než 30 minut), naopak nejméně ze školy č. 22 (13,5%). Rozdíly ve frekvenci aktivního sportování mezi studenty podle velikosti bydliště jsou nepatrné a zcela určitě nejsou významné.

Graf č. 102: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně jízdou na kole, plaváním, jiným sportem, tancem...?“ podle jednotlivých škol v %



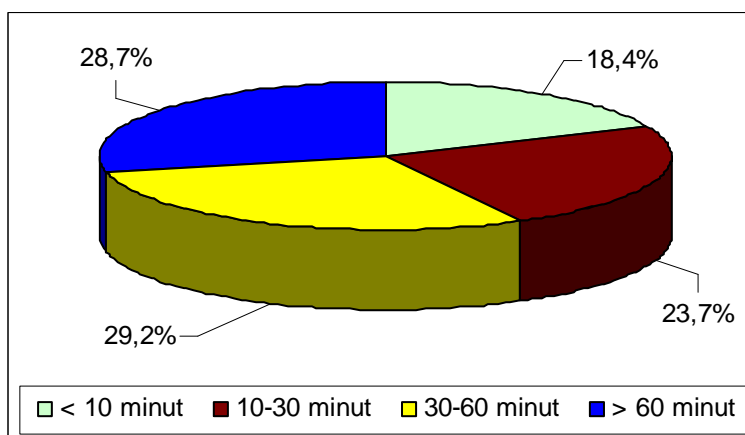
Ke značným rizikům zdraví patří sedavý způsob života, často spojený se sledováním televize nebo počítače. Proto následující dvě otázky byly vedeny tímto směrem.

3.18 Kolik času strávíte v průměru denně u televize?

Tabulka č. 51: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně u televize?“ v %

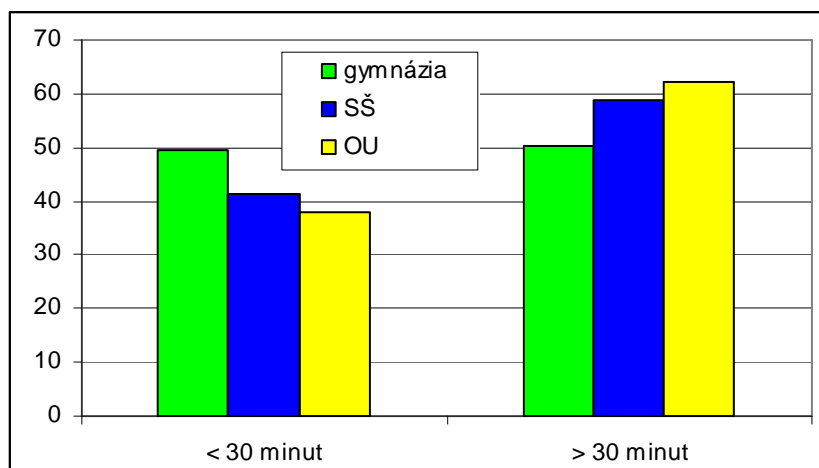
	celkem	chlapci	dívky
< 10 minut	18,4	18,4	18,3
10-30 minut	23,7	22,1	25,3
30-60 minut	29,2	27,6	30,9
> 60 minut	28,9	31,9	25,5

Graf č. 103: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně u televize?“ v %



Téměř pětina respondentů uvedla, že televizi prakticky vůbec nesledují, naopak téměř 30% ji sleduje v průměru denně více než hodinu. Rozdíly mezi pohlavími nejsou významné, nepatrně častěji sledují televizní programy chlapci.

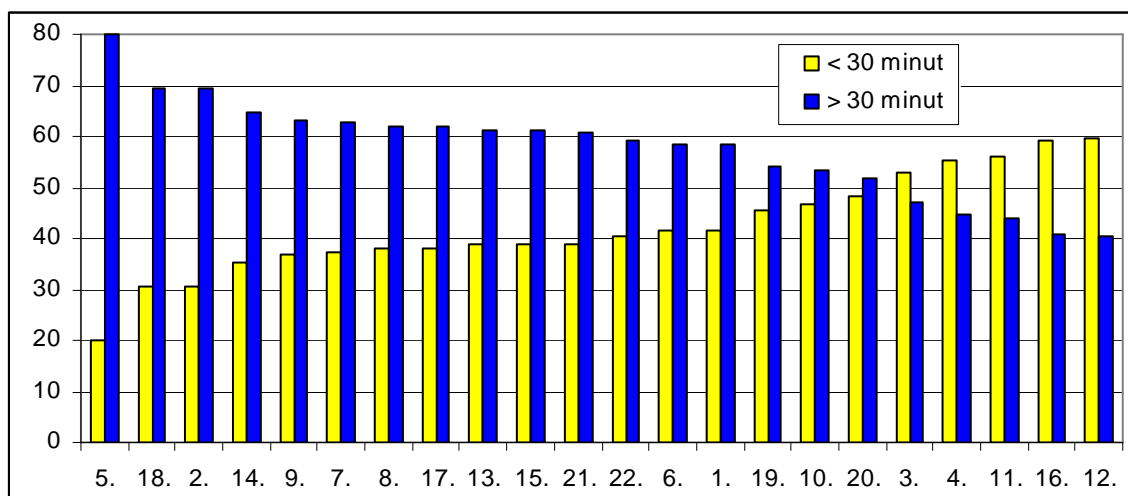
Graf č. 104: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně u televize?“ podle typu škol v %



Významnější rozdíly byly zaznamenány u respondentů z různých typů škol – studenti z odborných učilišť sledují televizi častěji než gymnazisté – v průměru denně více než půl hodiny ji sleduje 62% učňů oproti 50% studentů z gymnázií.

Srovnání odpovědí šestnáctiletých studentů z jednotlivých škol ukazuje následující graf. Nejčastější sledování televize uvedli žáci na škole č. 5 (80% z nich sleduje TV v průměru více než hodinu denně), naopak nejméně často sledují televizi studenti ze školy č. 12 (pouze 40% z nich sleduje TV v průměru více než hodinu denně). Rozdíly ve sledování televize podle velikosti bydliště nejsou významné.

Graf č. 105: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně u televize?“ podle jednotlivých škol v %

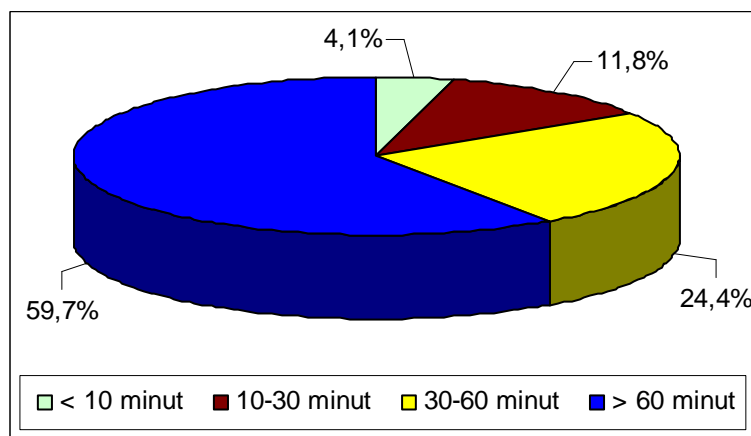


3.19 Kolik času strávíte v průměru denně u počítače?

Tabulka č. 52: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně u počítače?“ v %

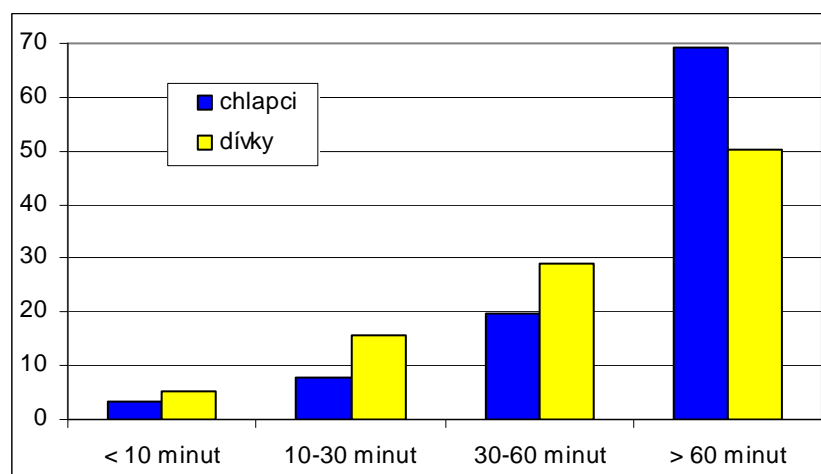
	celkem	chlapci	dívky
< 10 minut	4,1	3,2	5,1
10-30 minut	11,8	7,8	15,8
30-60 minut	24,4	19,8	29
> 60 minut	59,7	69,2	50,1

Graf č. 106: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně u počítače?“ v %



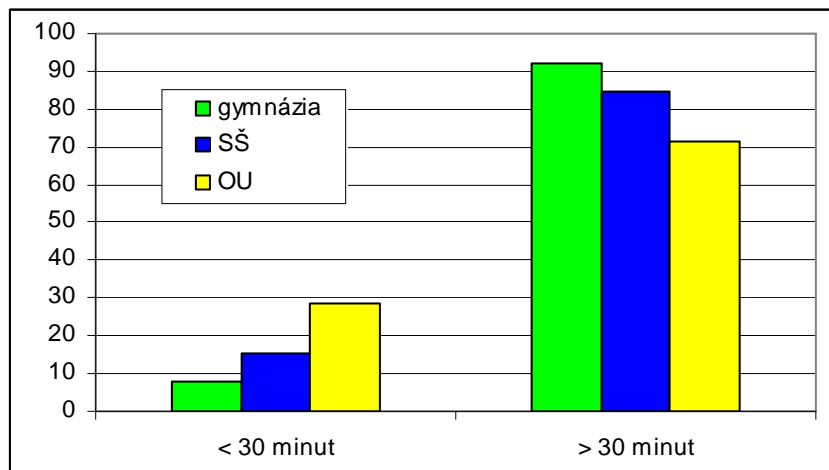
Tak, jak lze očekávat, většina studentů (60%) stráví a prosedí u počítače v průměru denně více než hodinu, pouhých 16% respondentů uvedlo, že u něj tráví méně než půl hodiny denně. Potvrdil se i předpoklad, že chlapci tráví u počítače delší dobu než dívky. To, že u něj v průměru denně stráví více než hodinu, uvedlo 70% chlapců oproti 50% dívek.

Graf č. 107: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně u počítače?“ podle pohlaví v %



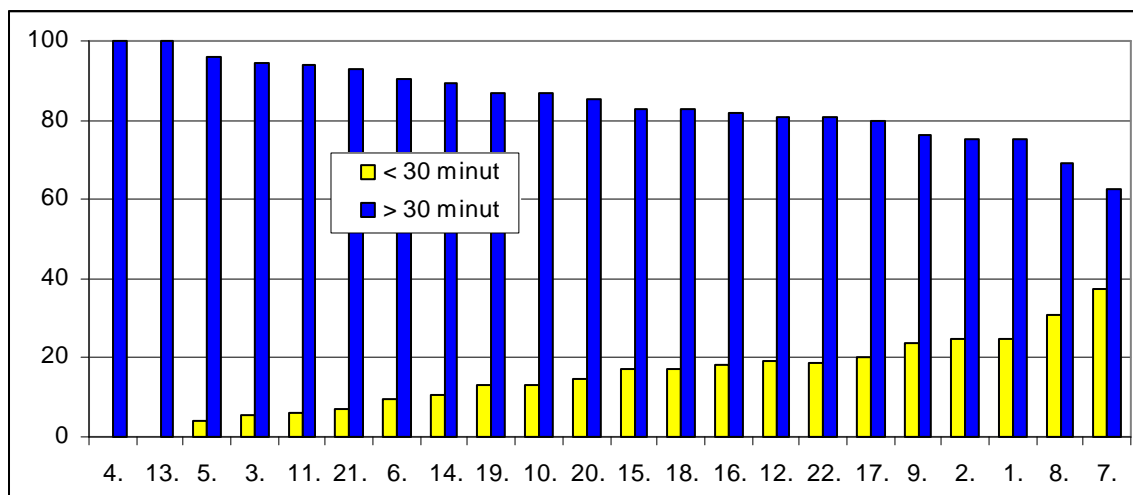
Téměř všichni studenti gymnázií (92%) uvedli, že stráví u počítače v průměru denně více než půl hodiny, je to výrazně více než u studentů na učilištích, kde tento čas tráví u počítačů 71% studentů. Více než hodinu denně u počítače uvedlo 66% gymnazistů, oproti tomu 44% studentů z učilišť.

Graf č. 108: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně u počítače?“ podle typu škol v %



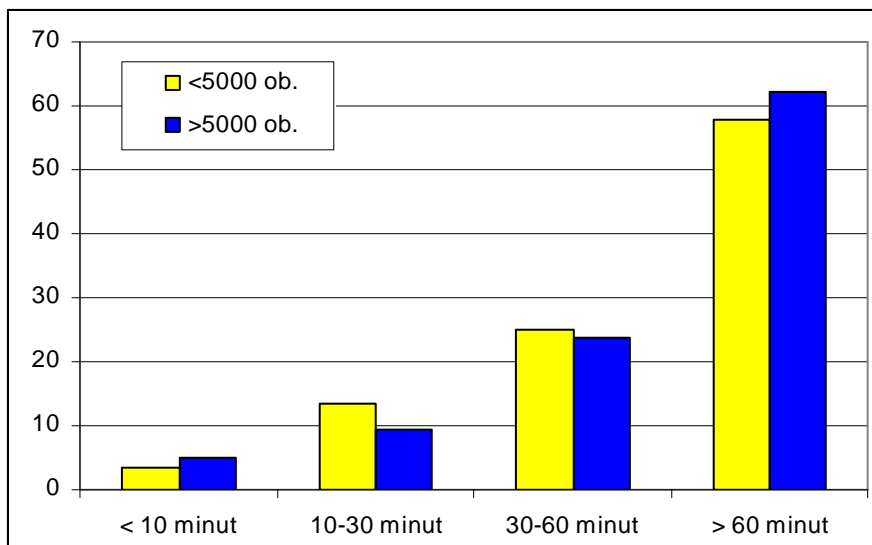
Srovnání jednotlivých škol ukazuje následující graf. Na školách č. 4 a č. 13 uvedli všichni respondenti, že tráví u počítače denně více než půl hodiny, přičemž na škole č. 4 uvedlo 92% studentů, že u počítače denně v průměru tráví více než hodinu. Nejmenší procento odpovědí „více než 30 minut“ bylo zaznamenáno na škole č. 7 (63%).

Graf č. 109: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně u počítače?“ podle jednotlivých škol v %



Mládež bydlící na vesnicích a v menších městech stráví u počítače o něco méně času než studenti ve větších a velkých městech. Více než šest desetin (62,1%) mládeže, bydlící ve městech větších než 5 tis. obyvatel, stráví v průměru každý den u počítače víc než hodinu, v menších sídlech je podobných studentů „jen“ 58%.

Graf č. 110: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně u počítače?“ podle bydliště v %

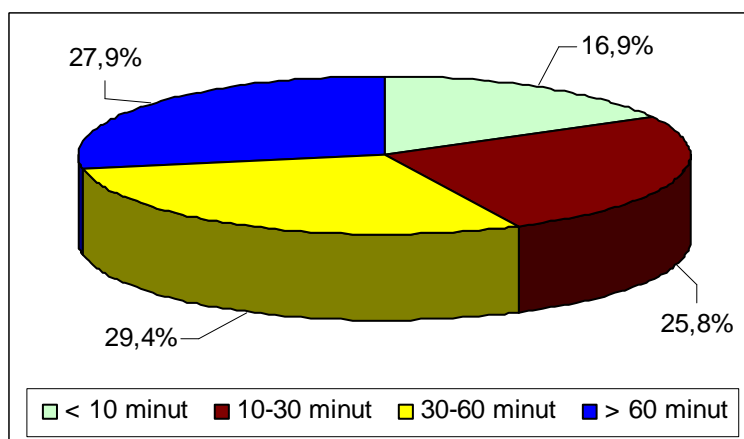


3.20 Kolik času strávíte v průměru denně v přírodě, v parku, v lese...?

Tabulka č. 53: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně v přírodě, v parku, v lese...?“ v %

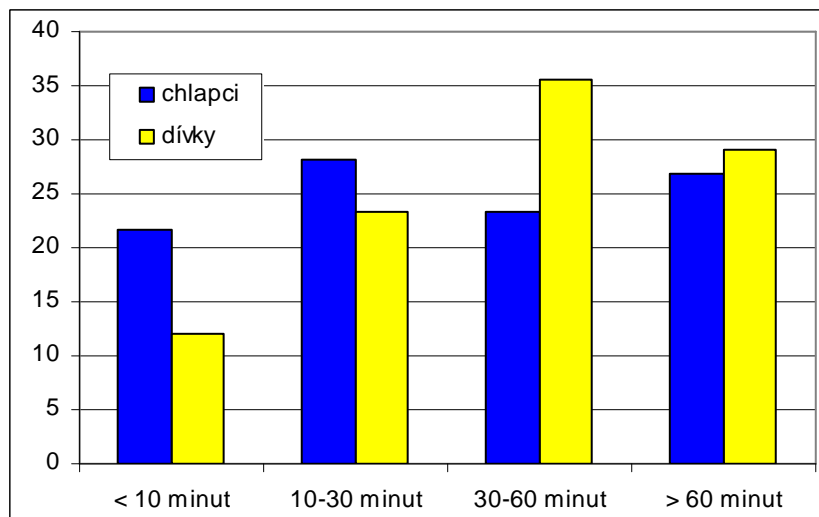
	celkem	chlapci	dívky
< 10 minut	16,9	21,6	12,1
10-30 minut	25,8	28,1	23,4
30-60 minut	29,4	23,4	35,5
> 60 minut	27,9	26,9	29,0

Graf č. 111: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně v přírodě, v parku, v lese...?“ v %



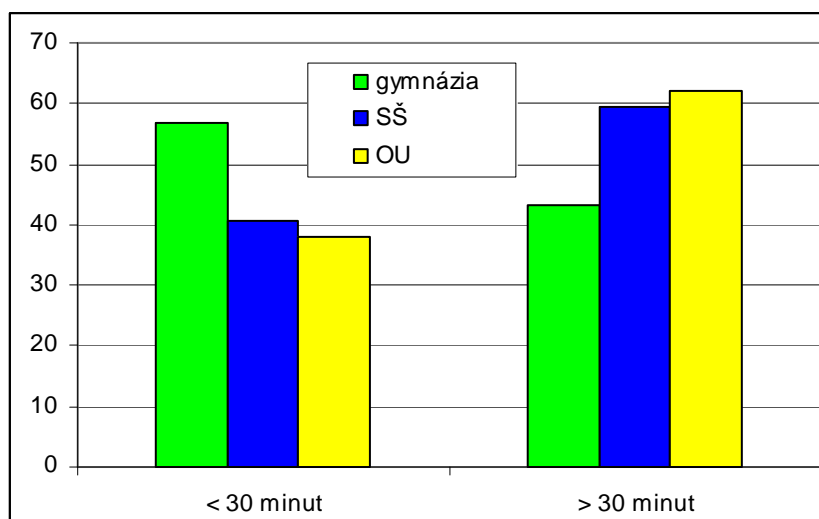
V přírodě, případně v lese, v parku a na podobných místech tráví v průměru denně více než hodinu 28% žáků SŠ v Kraji Vysočina, více než půl hodiny pak 57% z oslovených mladých lidí.

Graf č. 112: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně v přírodě, v parku, v lese...?“ podle pohlaví v %



Dívky tráví v tomto zdravém prostředí více času než chlapci – více než 30 minut v průměru denně zde stráví dvě třetiny dívek oproti 36% chlapců.

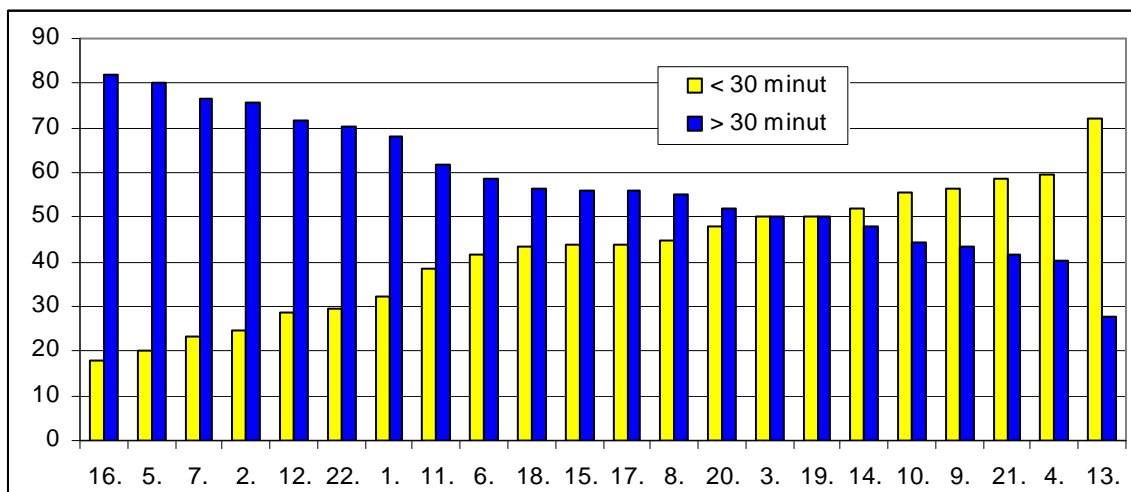
Graf č. 113: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně v přírodě, v parku, v lese...?“ podle typu škol v %



Více času v přírodě tráví studenti z odborných učilišť, nejméně pak gymnazisté. Více než v průměru 30 minut denně tam stráví 62% učňů, ale jen 43% studentů gymnázií.

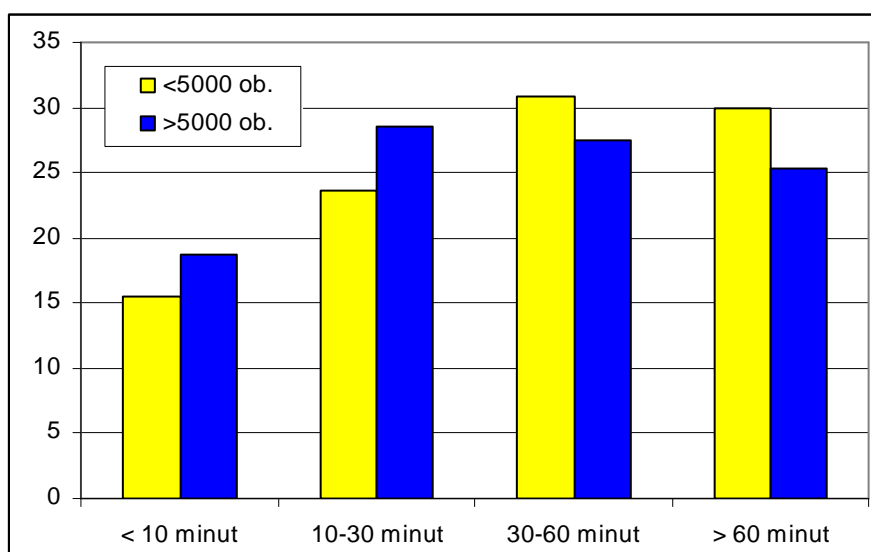
Srovnání jednotlivých škol ukazuje následující graf. Nejvíce času stráveného v přírodě uvedli studenti ze škol č. 16 a č. 5 – více než 80% z nich tráví v přírodě v průměru denně více než půl hodiny. Naopak pouze 28% studentů ze školy č. 13 tráví v přírodě minimálně tento čas.

Graf č. 114: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně v přírodě, v parku, v lese...?“ podle jednotlivých škol v %



Podle očekávání žáci středních škol, žijící na vesnicích a v menších sídlech, stráví v přírodě, parku či v lese více času než mládež z větších měst. Necelých 53% žáků ze sídel nad 5 tis. obyvatel stráví v průměru denně v přírodě více než 30 minut, v menších sídlech takto tráví čas více než 60% mladých lidí.

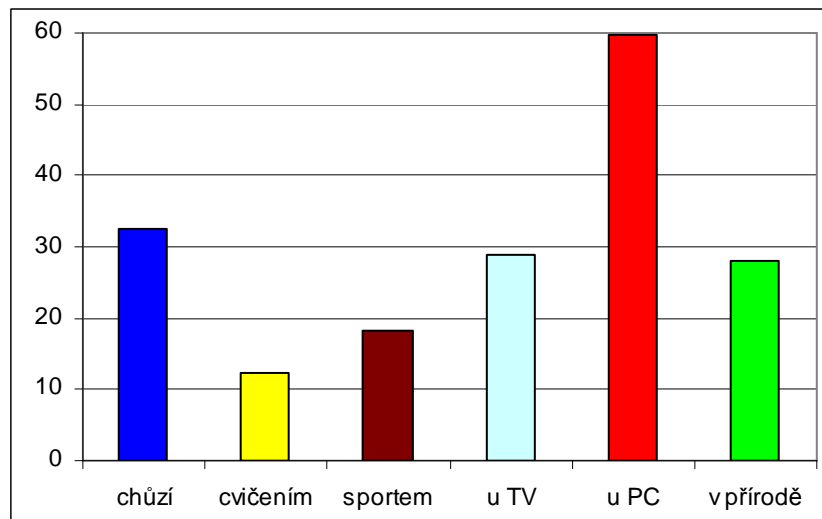
Graf č. 115: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně v přírodě, v parku, v lese...?“ podle bydliště v %



Na závěr kapitoly, která se týká času, který tráví šestnáctiletá mládež různými činnostmi, uvádíme graf, který znázorňuje kolik % studentů z druhých ročníků SŠ tráví při daných činnostech

v průměru denně více než hodinu. Nejvíce – 60% mládeže – takto tráví svůj čas u počítače. Sledováním televize tráví čas téměř 30% mládeže, naopak aktivním sportem necelá pětina (18%) a pravidelným cvičením pak pouze 12%.

Graf č. 116: Frekvence odpovědí „více než 1 hodinu?“ na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně“ (uvedenými činnostmi) v %



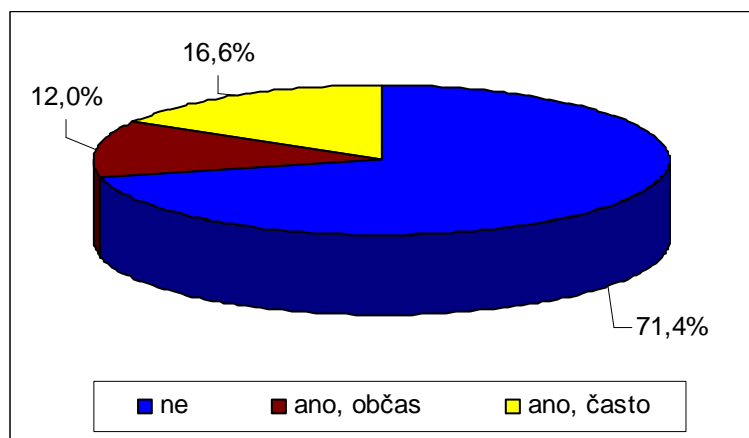
3.21 Kouří někdo z členů Vaší rodiny doma (tzn. uvnitř bytu)?

Tabulka č. 54: Odpovědi na otázku „Kouří někdo z členů Vaší rodiny doma (tzn. uvnitř bytu)?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ne, nikdo nekouří	71,4	74,5	68,2
ano, ale jen občas	12,0	9,9	14,2
ano, pravidelně nebo často	16,6	15,6	17,6

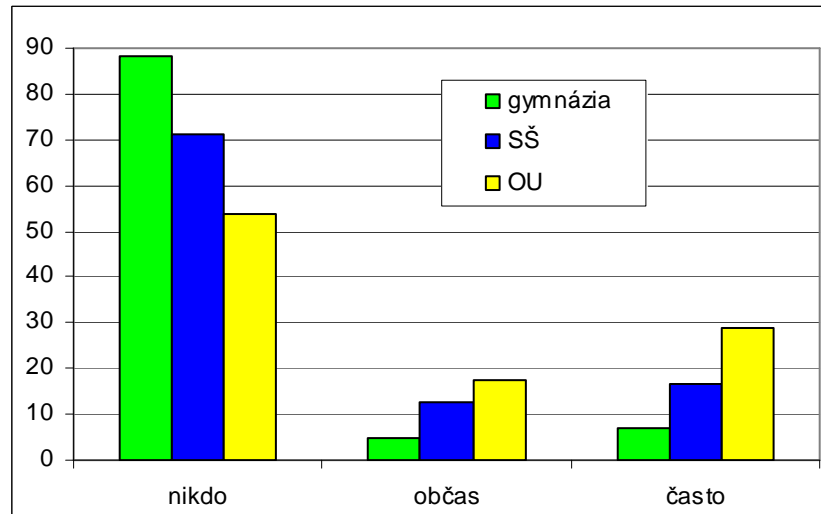
Zhruba 70% studentů uvedlo, že doma, uvnitř bytu, nikdo z dalších členů rodiny nekouří, naopak téměř 30% uvedlo, že někdo z členů rodiny doma kouří, téměř 17% dokonce přiznalo, že pravidelně nebo často. Rozdíly mezi chlapci a dívkami jsou logicky poměrně malé, dívky kouření „někoho“ doma uvedly častěji – možná proto, že dívky jsou vůči kouření více vnímavější než chlapci a víc jim kouření vadí.

Graf č. 117: Odpovědi na otázku „Kouří někdo z členů Vaší rodiny doma (tzn. uvnitř bytu)?“ v %



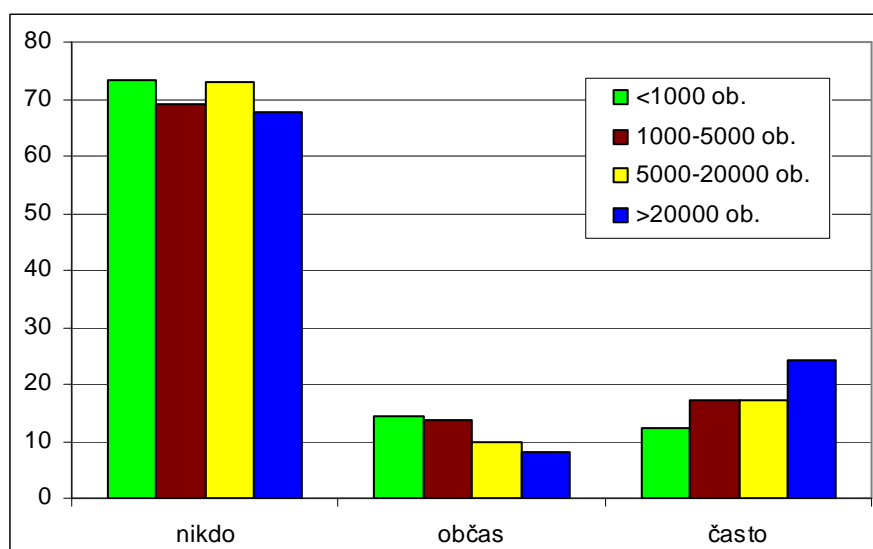
Zajisté k zamyšlení je skutečnost, že výrazně více studentů gymnázií uvedlo, že u nich doma nikdo nekouří – tuto odpověď zvolilo téměř 90% z nich, naopak tuto odpověď uvedlo pouze 54% respondentů z odborných učilišť. Znamená to, že 46% žáků z učilišť uvedlo, že doma uvnitř bytu někdo kouří. To, že doma někdo kouří často nebo pravidelně uvedlo „jen“ 7% gymnazistů, ale také čtyřnásobek učňů (29%).

Graf č. 118: Odpovědi na otázku „Kouří někdo z členů Vaší rodiny doma (tzn. uvnitř bytu)?“ podle typu škol v %



Více studentů bydlících ve velkých městech (nad 20 tis. obyvatel) uvedlo, že u nich doma uvnitř bytu někdo kouří často nebo pravidelně – bylo jich téměř čtvrtina (24%), zatímco z vesnic do tisíce obyvatel tuto odpověď uvedlo „pouze“ 12% studentů, tzn. polovina oproti těm, co bydlí ve velkých městech.

Graf č. 119: Odpovědi na otázku „Kouří někdo z členů Vaší rodiny doma (tzn. uvnitř bytu)?“ podle bydliště v %



3.22 Kolik hodin denně v průměru trávíte v prostředí, kde Vy nebo někdo jiný kouří?

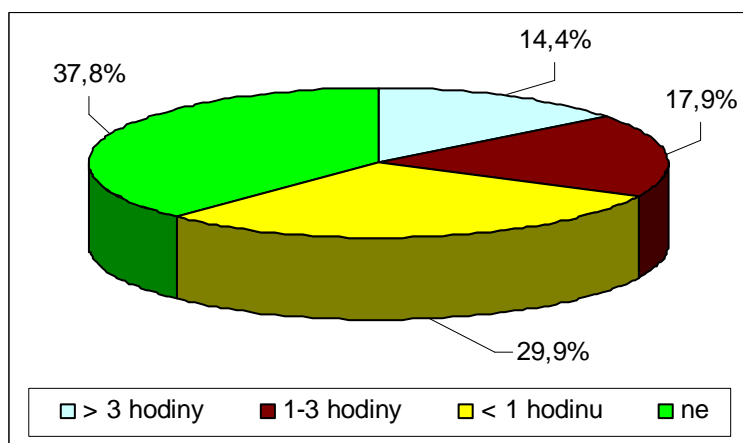
Tabulka č. 55: Odpovědi na otázku „Kolik hodin denně v průměru trávíte v prostředí, kde Vy nebo někdo jiný kouří?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
více než 3 hodiny	14,4	13,6	15,3
1-3 hodiny	17,9	19,1	16,7
méně než hodinu	29,9	29,4	30,4
většinou nebo vůbec ne	37,8	37,9	37,6

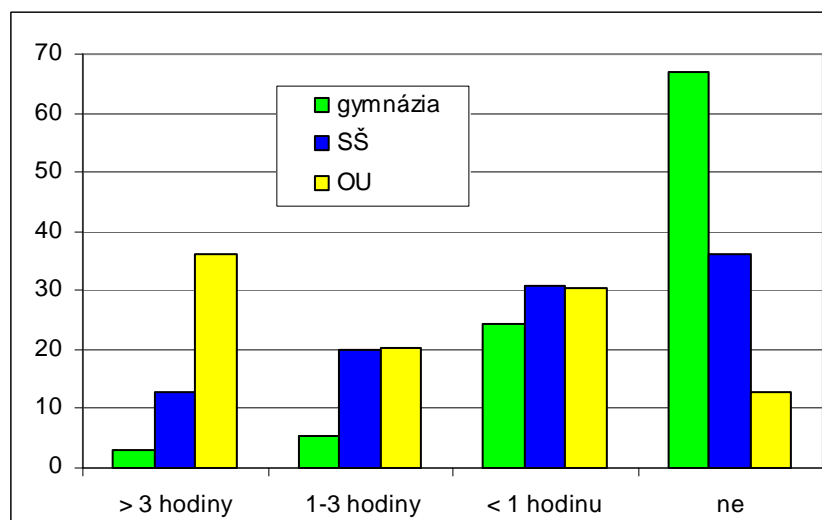
V prostředí, kde někdo kouří, tráví svůj čas 62% šestnáctiletých teenagerů, přitom třetina z dotázaných uvedla, že v zakouřeném prostředí každý den v průměru tráví více než hodinu. Rozdíly mezi chlapci a dívkami nejsou prakticky žádné.

Podobně jako u předcházející otázky, týkající se kouření doma, tj. uvnitř bytu, tak i u této otázky nejvíce v zakouřeném prostředí přebývají žáci odborných učilišť. Více než 56% z nich uvedlo, že v tomto prostředí tráví denně v průměru minimálně hodinu, 36% dokonce více než 3 hodiny. Oproti tomu dvě třetiny studentů gymnázií uvedlo, že v prostředí, kde někdo kouří, nebývají vůbec nebo většinou ne. Tuto odpověď naopak zvolilo pouze 13% studentů z učilišť.

Graf č. 120: Odpovědi na otázku „Kolik hodin denně v průměru trávíte v prostředí, kde Vy nebo někdo jiný kouří?“ v %



Graf č. 121: Odpovědi na otázku „Kolik hodin denně v průměru trávíte v prostředí, kde Vy nebo někdo jiný kouří?“ podle typu škol v %



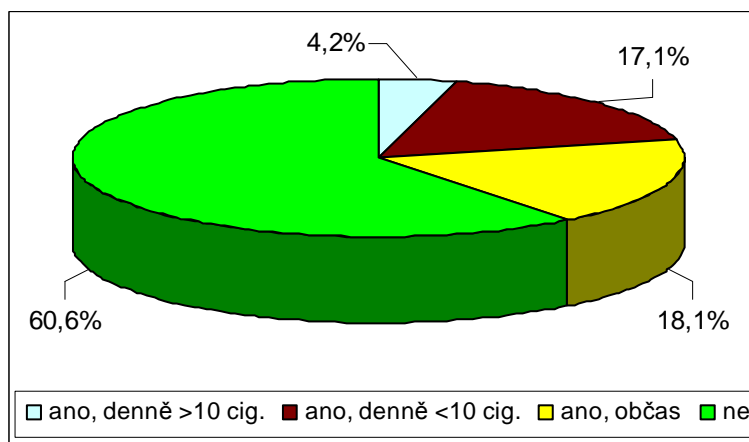
3.23 Kouříte v současné době?

Tabulka č. 56: Odpovědi na otázku „Kouříte v současné době?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ano, pravidelně víc než 10 cigaret denně	4,2	5,3	3,0
ano, pravidelně 10 nebo méně než 10 cigaret denně	17,1	17,2	16,9
ano, ale pouze občas, nepravidelně	18,1	16,8	19,5
ne	60,6	60,7	60,6

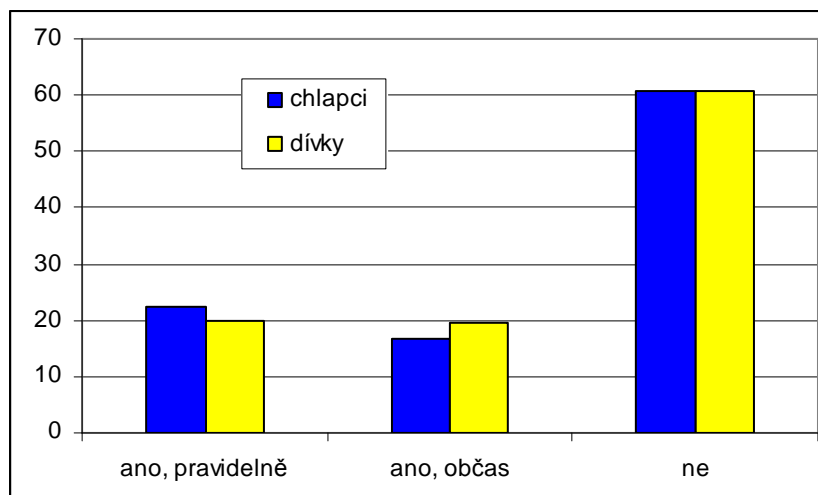
Téměř 40% šestnáctiletých studentů středních škol v Kraji Vysočina kouří, 18% kouří nepravidelně, tj. občas, a více než 21% pak pravidelně každý den.

Graf č. 122: Odpovědi na otázku „Kouříte v současné době?“ v %



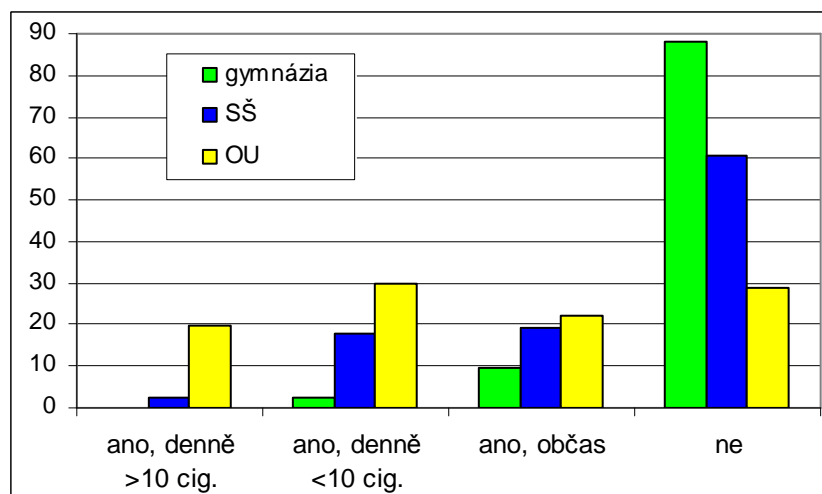
Rozdíly mezi dívkami a chlapci prakticky nejsou – o něco více chlapců kouří pravidelně (22,5% chlapců oproti 19,9 % dívek) a o něco více chlapců také kouří pravidelně denně více než 10 cigaret (chlapci – 5,3% a dívky – 3,0%). Naopak občas, nepravidelně kouří více dívek (19,5%) než chlapců (16,8%).

Graf č. 123: Odpovědi na otázku „Kouříte v současné době?“ podle pohlaví v %



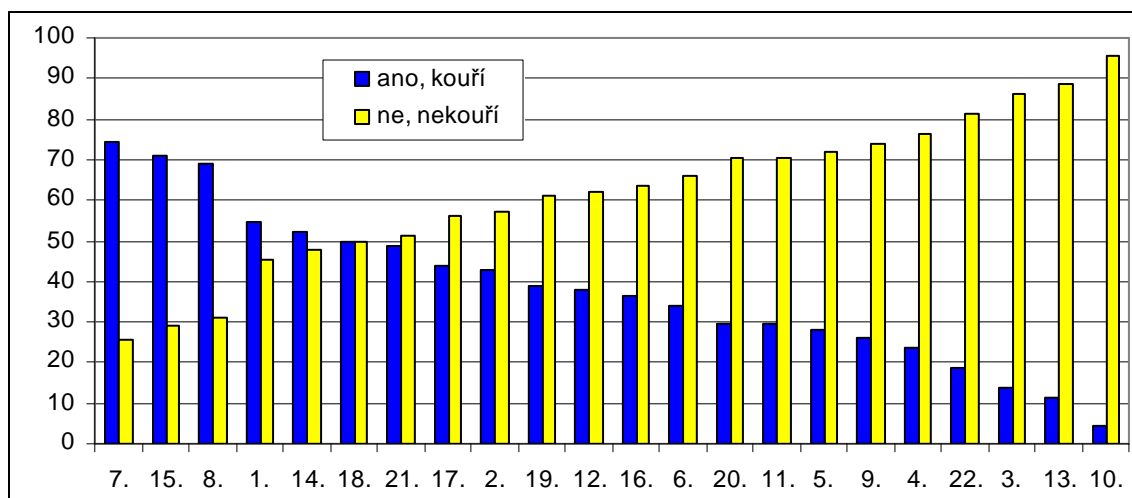
Významné rozdíly byly zjištěny v četnosti kouření u respondentů z různých typů škol. To, že kouří uvedlo 12% gymnazistů, ale naopak 71% studentů odborných učilišť. Pravidelně denně kouří „pouze“ necelá 3% studentů gymnázií, ale již 20% studentů z „jiných“ SŠ a dokonce téměř polovina učňů. Pětina učňovské mládeže pak kouří denně více než 10 cigaret.

Graf č. 124: Odpovědi na otázku „Kouříte v současné době?“ podle typu škol v %



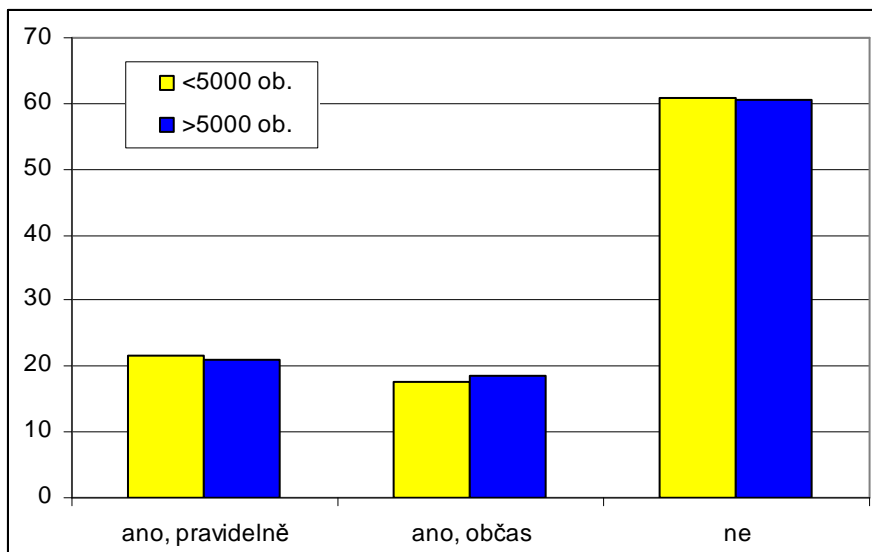
Značné rozdíly jsou patrné i u jednotlivých škol – ve třech školách více než 2/3 žáků přiznalo, že kouří, přičemž na školách č. 7 a č. 8 dokonce více než polovina žáků kouří pravidelně. Nejméně kuřáků je na školách č. 10, č. 13 a č. 3 – všude méně než 15%.

Graf č. 125: Odpovědi na otázku „Kouříte v současné době?“ podle jednotlivých škol v %



Jak je vidět z následujícího grafu, nebyly zjištěny prakticky žádné rozdíly v odpovědích respondentů, co se týče kouření v současné době, podle velikosti svého bydliště. Velikost obce či města, kde mladí lidé bydlí, nehraje v otázce kouření prakticky žádnou roli.

Graf č. 126: Odpovědi na otázku „Kouříte v současné době?“ podle bydliště v %

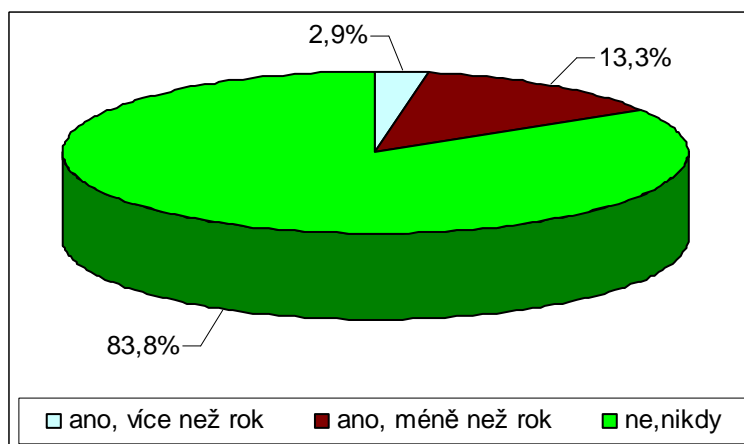


3.24 Pokud v současnosti nekouříte, kouřil/a jste někdy v minulosti pravidelně?

Tabulka č. 57: Odpovědi na otázku „Pokud v současnosti nekouříte, kouřil/a jste někdy v minulosti pravidelně?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ano, více než rok	2,9	4,2	1,5
ano, méně než rok	13,3	12,1	14,6
ne, nikdy	83,8	83,7	83,9

Graf č. 127: Odpovědi na otázku „Pokud v současnosti nekouříte, kouřil/a jste někdy v minulosti pravidelně?“ v %

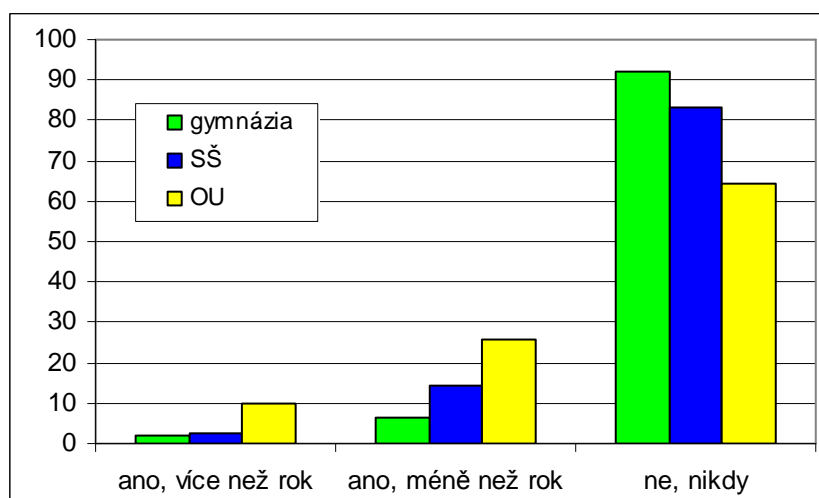


Na otázku odpovídali pouze ti respondenti, kteří v předchozí otázce uvedli, že nekouří. Celkový počet těchto studentů byl 525.

Většina současných studentů – nekuřáků (84%) nekouřila nikdy ani v minulosti, menšina, tj. 16%, v minulosti kouřila, a pouze 3% více než rok. Rozdíly mezi pohlavími jsou velmi malé, počet nikdy nekouřících se u dívek i chlapců prakticky shoduje.

Rozdíly byly opět zaznamenány u žáků z různých typů škol. Zatímco ze současných nekuřáků na gymnáziích nikdy předtím nekouřilo 92% respondentů, tak na odborných učilištích to je pouze 65%.

Graf č. 128: Odpovědi na otázku „Pokud v současnosti nekouříte, kouřil/a jste někdy v minulosti pravidelně?“ v %



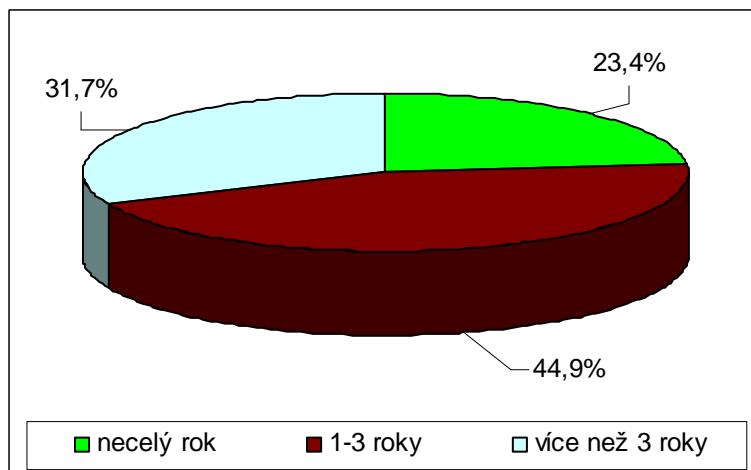
3.25 Pokud v současnosti kouříte, kolik let již kouříte?

Na otázku naopak odpovídali pouze ti respondenti, kteří předtím uvedli, že v současné době kouří. Celkový počet těchto studentů byl 341.

Tabulka č. 58: Odpovědi na otázku „Pokud v současnosti kouříte, kolik let již kouříte?“ v %

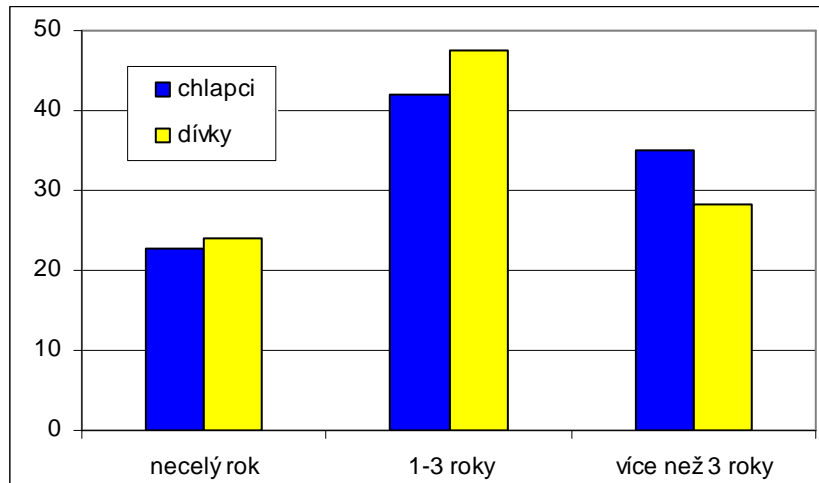
	celkem	chlapci	dívky
necelý rok	23,5	22,8	24,1
1-3 roky	44,9	42,1	47,6
více než 3 roky	31,7	35,1	28,3

Graf č. 129: Odpovědi na otázku „Pokud v současnosti kouříte, kolik let již kouříte?“ v %



Z těch, kteří v současnosti kouří, jich více než 3 roky kouří téměř třetina, znamená to, že s kouřením začali nejpozději ve svých třinácti letech. Pokud toto přepočítáme na celkový počet respondentů, znamená to, že 12,5% šestnáctileté mládeže začíná kouřit nejpozději ve svých třinácti letech. Připočteme-li k tomu i ty studenty, kteří kouří v šestnácti letech déle jak rok, vychází, že 30% mladých lidí začíná kouřit nejpozději v 15 letech.

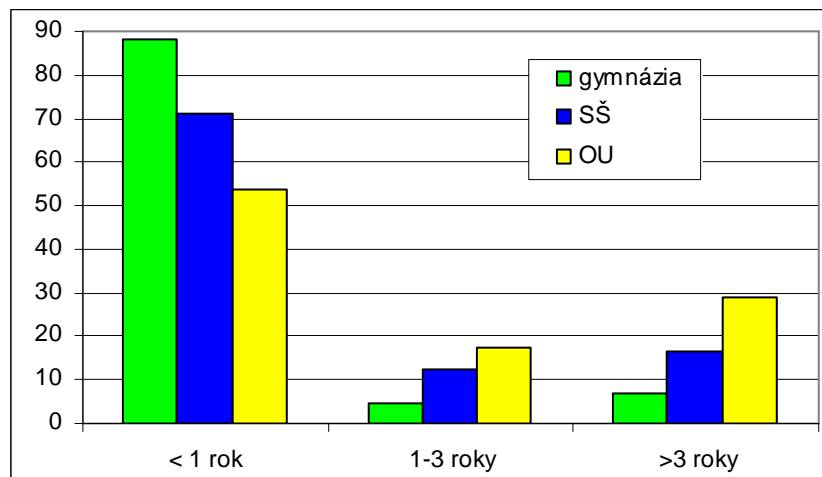
Graf č. 130: Odpovědi na otázku „Pokud v současnosti kouříte, kolik let již kouříte?“ podle pohlaví v %



Rozdíly mezi dívkami a chlapci jsou v tom smyslu, že více než 3 roky již v šestnácti letech kouří více chlapců, a to 35% z těch, co v současnosti kouří, zatímco dívek takto dlouho kouří 28%. Znamená to, že 14% chlapců a 11% dívek začíná kouřit nejpozději ve třinácti letech.

Předpokládané rozdíly jsou i u studentů z různých typů škol. Nejen, že nejvíce kouří, ale i nejdříve začíná kouřit mládež studující odborná učiliště. Více než pětina (20,5%) z celkového počtu učňů začíná kouřit již ve 13 letech nebo dříve.

Graf č. 131: Odpovědi na otázku „Pokud v současnosti kouříte, kolik let již kouříte?“ podle typu škol v %

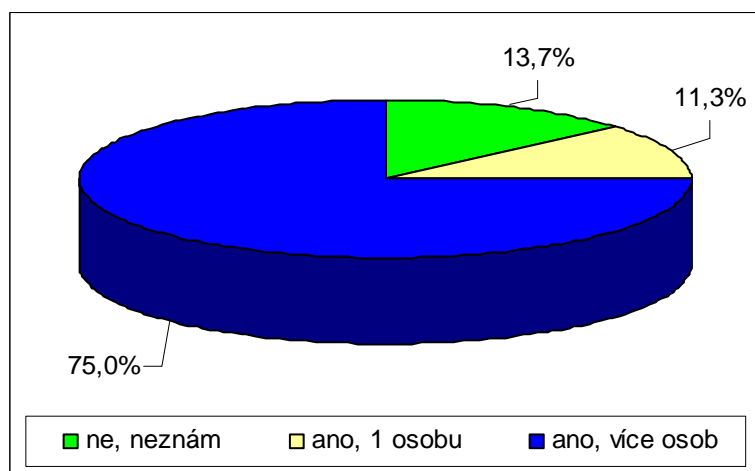


3.26 Znáte osobně někoho, kdo kouří marihuanu (tj. konopí, trávu)?

Tabulka č. 59: Odpovědi na otázku „Znáte osobně někoho, kdo kouří marihuanu (tj. konopí, trávu)?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ne, neznám	13,7	11,3	16,2
ano, 1 osobu	11,3	12,4	10,2
ano, více osob	75,0	76,3	73,6

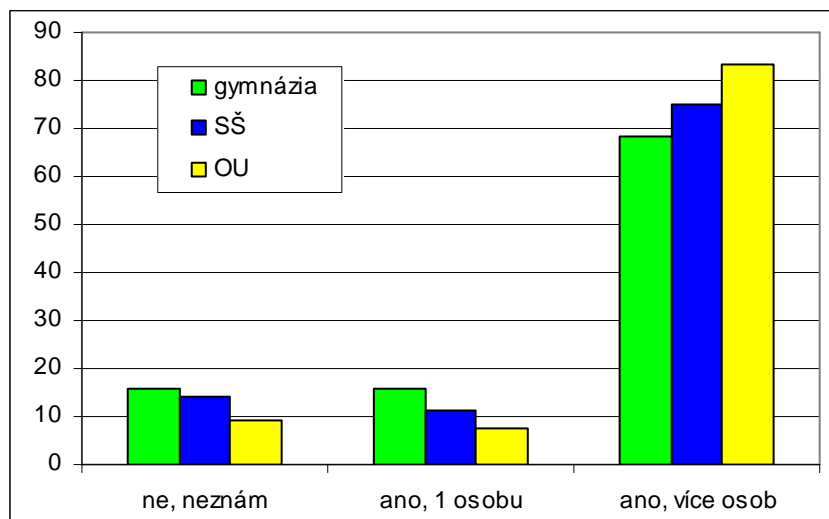
Graf č. 132: Graf č. : Odpovědi na otázku „Znáte osobně někoho, kdo kouří marihuanu (tj. konopí, trávu)?“ v %



Pouze necelých 14% studentů druhých ročníků SŠ v Kraji Vysočina nezná osobně, tj. ve svém okolí nikoho, kdo kouří marihuanu. Dívek, které nikoho osobně neznají, je více (16,2%), chlapců

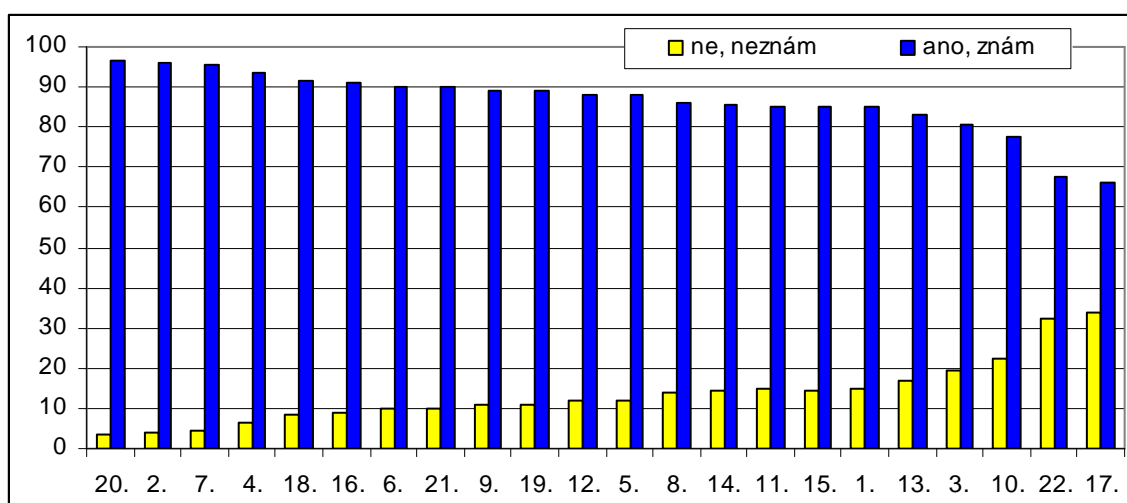
méně (11,3%). Naopak 3/4 (75,0%) šestnáctiletých zná osobně více lidí, kteří trávu kouří. Podobně výrazně více studentů na odborných učilištích zná osobně někoho, kdo marihuanu kouří – je to více než 83% učňů, zatímco na gymnáziích to je 68% studentů.

Graf č. 133: Odpovědi na otázku „Znáte osobně někoho, kdo kouří marihuanu (tj. konopí, trávu)?“ podle typu škol v %



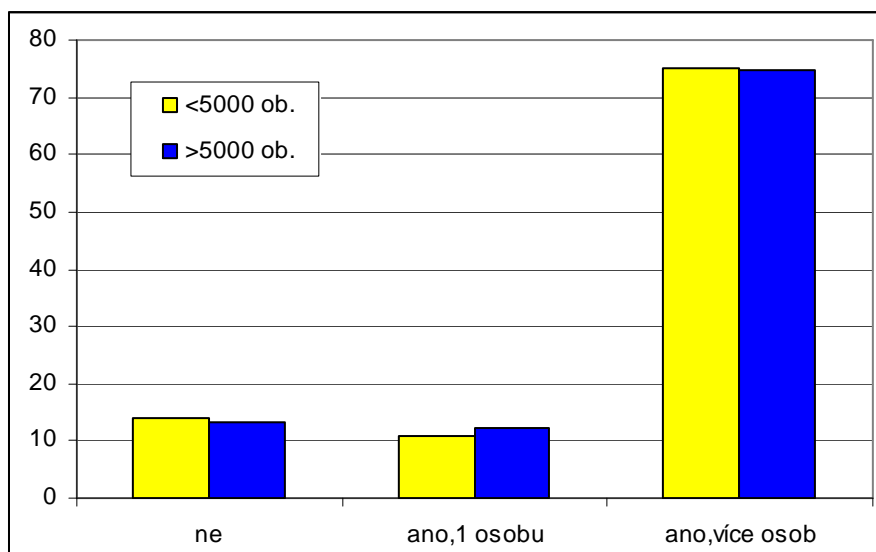
Situaci na jednotlivých školách znázorňuje následující graf, kde jsme pro lepší přehlednost spojili dvě odpovědi na odpověď ano, někoho znám (tzn. alespoň 1 osobu). Na osmi školách zná více než 90% studentů alespoň 1 osobu, která kouří marihuanu, a pouze na dvou školách je těchto studentů méně než tři čtvrtiny.

Graf č. 134: Odpovědi na otázku „Znáte osobně někoho, kdo kouří marihuanu (tj. konopí, trávu)?“ podle jednotlivých škol v %



Větší rozdíly v odpovědích na tuto otázku podle velikosti bydliště respondentů zjištěny nebyly, což dokládá následující graf.

Graf č. 135: Odpovědi na otázku „Znáte osobně někoho, kdo kouří marihuanu (tj. konopí, trávu)?“ podle bydliště v %

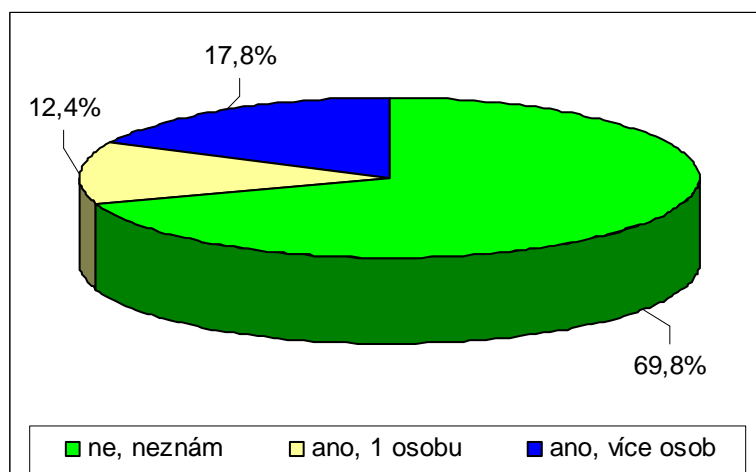


3.27 Znáte osobně někoho, kdo bere nějaké jiné drogy než je marihuana (např. hašiš, amfetamin, extázi, heroin...)?

Tabulka č. 60: Odpovědi na otázku „Znáte osobně někoho, kdo bere nějaké jiné drogy než je marihuana (např. hašiš, amfetamin, extázi, heroin...)?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ne, neznám	69,8	70,3	69,4
ano, 1 osobu	12,4	13,3	11,4
ano, více osob	17,8	16,4	19,2

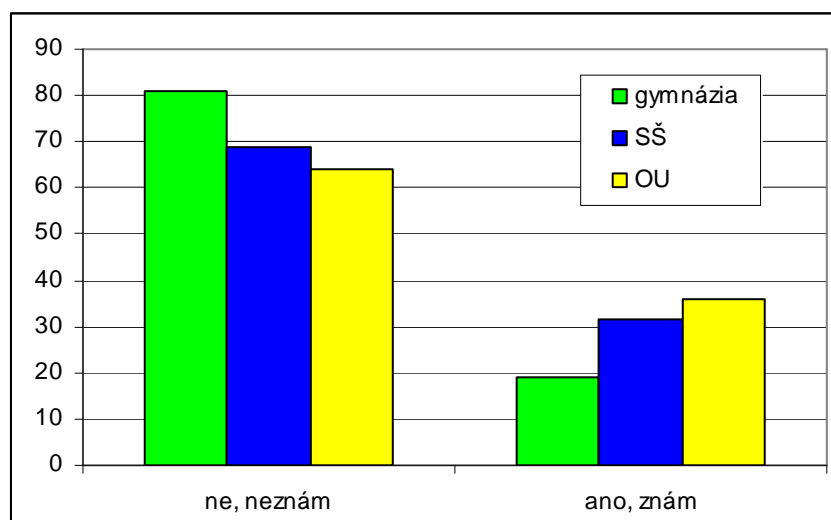
Graf č. 136: Odpovědi na otázku „Znáte osobně někoho, kdo bere nějaké jiné drogy než je marihuana (např. hašiš, amfetamin, extázi, heroin...)?“ v %



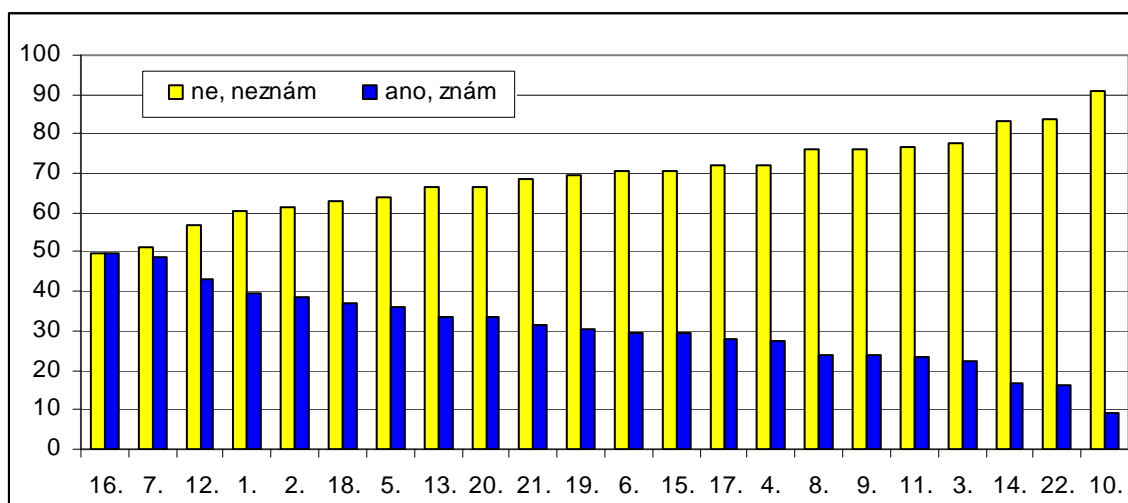
Osobně někoho (alespoň 1 osobu), kdo užívá nějakou jinou drogu než je marihuana, zná 30% z oslovených studentů, téměř 18% zná dokonce více než jednu osobu. Rozdíly mezi dívkami a chlapci nejsou velké, ani významné – nepatrně více dívek zná osobně někoho, kdo tyto drogy užívá.

Ve shodě s předcházejícími zjištěnými výsledky studie ukázala, že větší procento studentů z učilišť zná osobně někoho, kdo užívá tzv. tvrdou drogu – v anonymním dotazníku to přiznalo 36% z nich, v ostatních školách to je méně – uvedlo to 19% studentů gymnázií a 31% respondentů z ostatních středních škol.

Graf č. 137: Odpovědi na otázku „Znáte osobně někoho, kdo bere nějaké jiné drogy než je marihuana (např. hašiš, amfetamin, extázi, heroin...)?“ podle typu škol v %



Graf č. 138: Odpovědi na otázku „Znáte osobně někoho, kdo bere nějaké jiné drogy než je marihuana (např. hašiš, amfetamin, extázi, heroin...)?“ podle jednotlivých škol v %

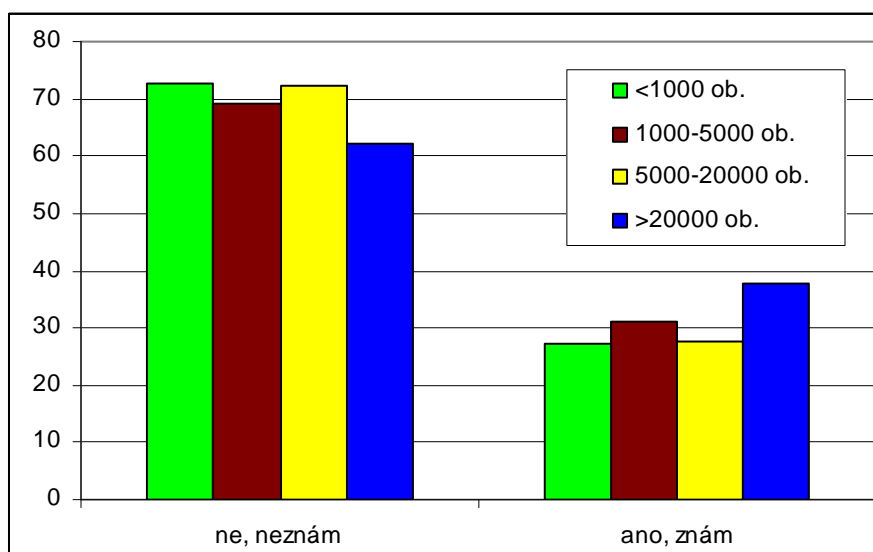


Výsledky odpovědí na tuto otázku podle jednotlivých škol, zapojených do studie, jsou patrné z předcházejícího grafu. Opět jsme pro lepší přehlednost spojili dvě možné odpovědi na odpověď

ano, znám (tzn. alespoň 1 osobu). Na školách č. 16 a č. 7 zná polovina žáků osobně alespoň jednoho člověka, který užívá nějakou jinou drogu než je marihuana, na školách č. 1 a č. 7 zná třetina studentů osobně více osob, které užívají některou z tzv. tvrdých drog.

Zatímco v malých a menších obcích zná osobně někoho, kdo bere jiné drogy než je marihuana 27% mladých lidí, ve velkých městech, kde žije více než 20 tis. obyvatel, je to již 38% šestnáctiletých. Naznačuje to minimálně skutečnost, že ve městech mládež užívá drogy více než na vesnicích. Toto potvrzují i odpovědi respondentů na další dvě otázky.

Graf č. 139: Odpovědi na otázku „Znáte osobně někoho, kdo bere nějaké jiné drogy než je marihuana (např. hašiš, amfetamin, extázi, heroin...)?“ podle bydliště v %

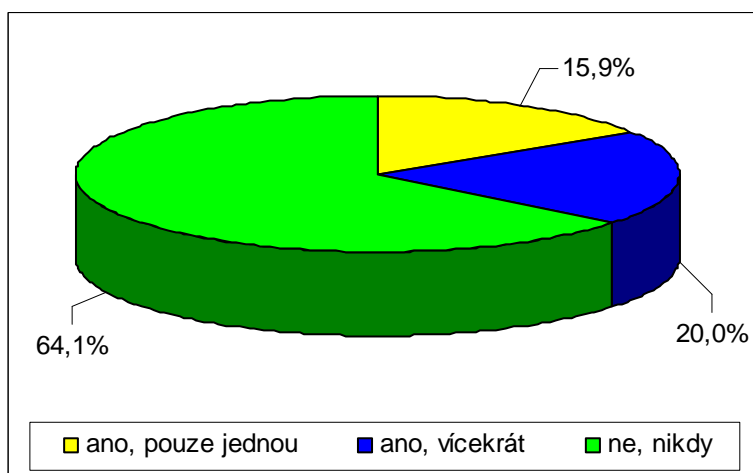


3.28 Užíval/a jste někdy v životě nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret)?

Tabulka č. 61: Odpovědi na otázku „Užíval/a jste někdy v životě nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret)?“ v %

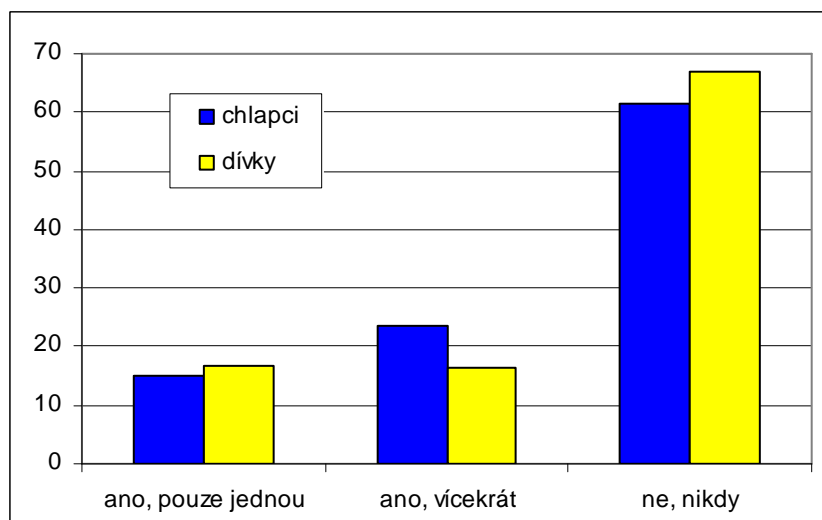
	celkem	chlapci	dívky
ano, pouze jednou	15,9	14,9	16,9
ano, vícekrát	20,0	23,7	16,3
ne, nikdy	64,1	61,4	66,8

Graf č. 140: Odpovědi na otázku „Užíval/a jste někdy v životě nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret)?“ v %



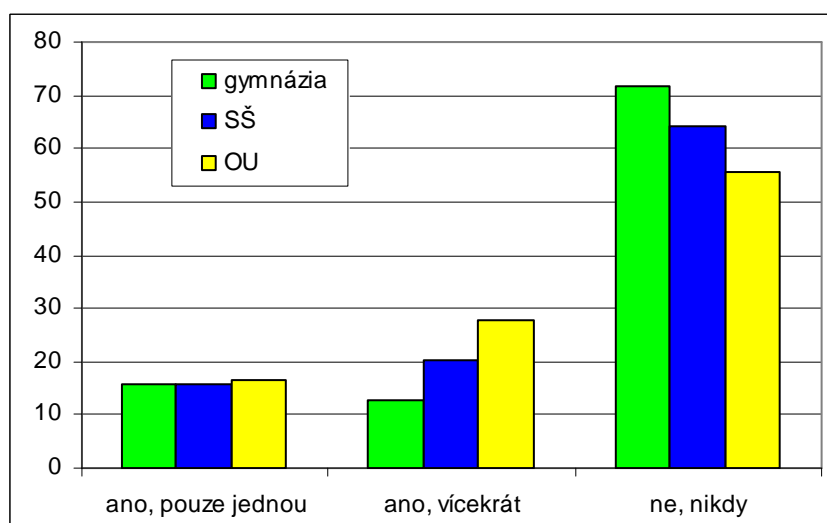
Téměř 36% šestnáctiletých uvedlo, že někdy (alespoň jednou) v životě brali nějakou drogu mimo alkoholu a kouření cigaret. Každý pátý student pak uvedl, že nějakou drogu užíval opakovaně. Chlapci jsou na tom ve srovnání s děvčaty hůře – drogu vyzkoušeli čtyři z deseti chlapců (38,6%) oproti třetině dívek (33,2%). Podobně je více i chlapců, kteří v životě užili nějakou drogu vícekrát – uvedlo to 23,7% chlapců oproti 16,3% dívek.

Graf č. 141: Odpovědi na otázku „Užíval/a jste někdy v životě nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret)?“ podle pohlaví v %



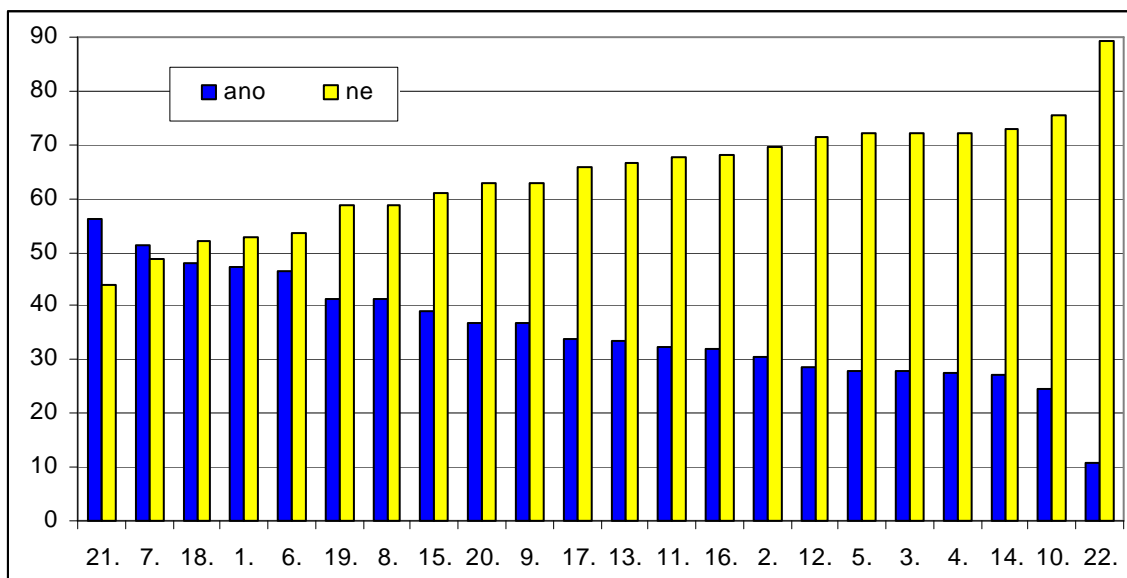
Poměrně značné rozdíly byly opět zaznamenány v odpovědích respondentů podle jednotlivých typů škol. Zatímco 28% studentů z gymnázií přiznalo, že již v životě nějakou drogu vyzkoušelo, na učilištích to bylo mnohem více – 45%. Vícekrát do svých 16 let drogu vyzkoušelo 13% gymnazistů, 20% studentů z ostatních SŠ a 28% učňů.

Graf č. 142: Odpovědi na otázku „Užíval/a jste někdy v životě nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret)?“ podle typu škol v %

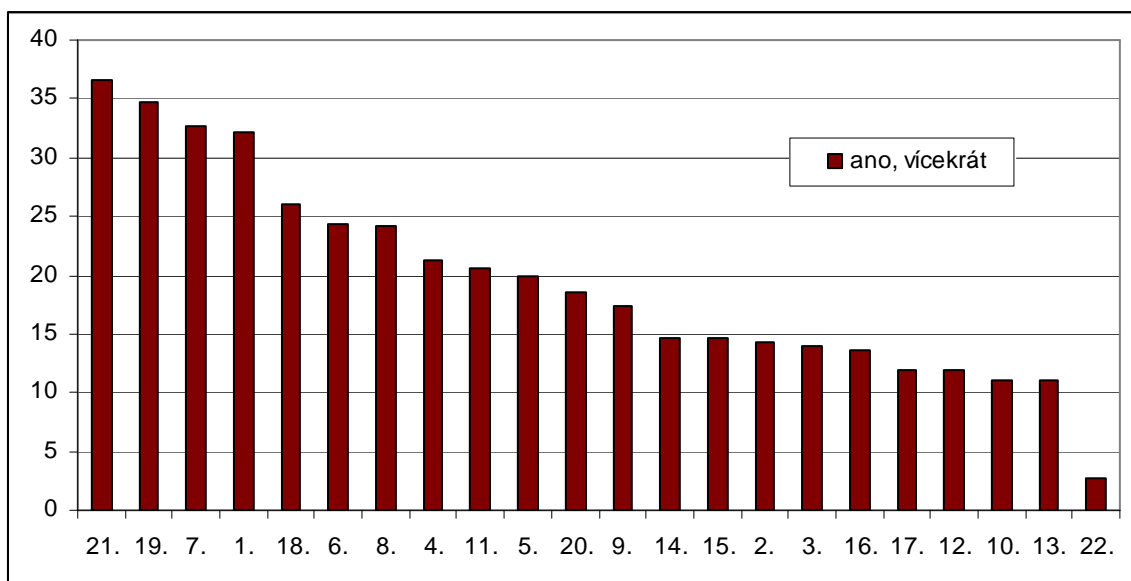


Ve srovnání jednotlivých škol nabízíme 2 grafy. V prvním grafu jsou sloučeny kladné odpovědi (tj. ano, užíval jsem někdy v životě drogu pouze jednou nebo i vícekrát), ve druhém grafu jsou pak znázorněny pouze odpovědi „ano, užíval jsem někdy v životě drogu vícekrát“. Ve dvou školách více než polovina respondentů uvedla, že někdy v životě nějakou drogu vyzkoušela, pouze v jedné škole tento počet klesl pod 20%. Na pěti školách vyzkoušela do svých šestnácti let drogu více než čtvrtina žáků.

Graf č. 143: Odpovědi na otázku „Užíval/a jste někdy v životě nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret)?“ podle jednotlivých škol v %

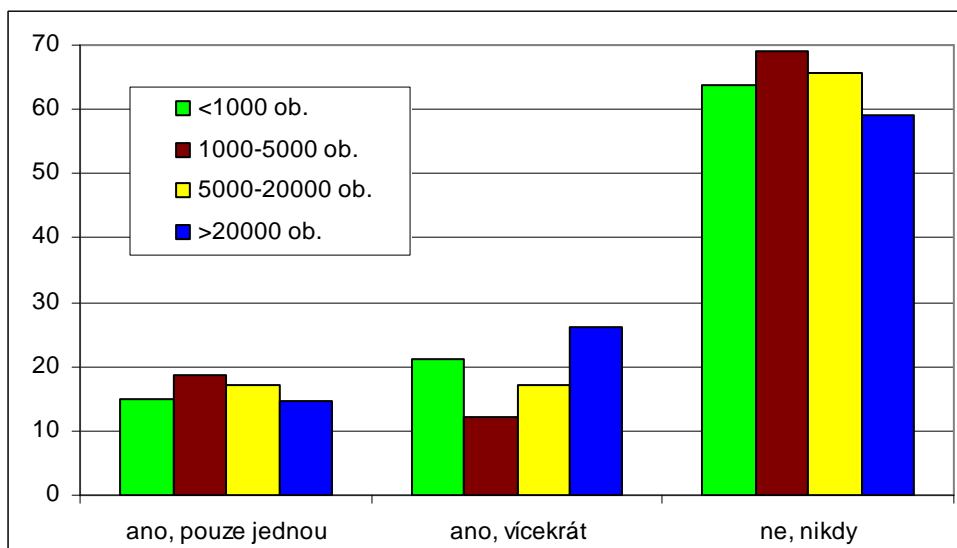


Graf č. 144: Odpovědi na otázku „Užíval/a jste někdy v životě nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret)?“ podle jednotlivých škol v %



Drogu alespoň jednou užilo 34% šestnáctiletých stredoškolačků bydlících v menších sídlech do tisíce obyvatel, ale již 41% studentů bydlících ve městech větších než 20 tisíc obyvatel. Nejméně užívali drogu studenti ze sídel, kde žije mezi 1 tis. a 5 tis. obyvatel – nikdy žádnou drogu nevyzkoušelo téměř 70% z nich.

Graf č. 145: Odpovědi na otázku „Užíval/a jste někdy v životě nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret)?“ podle bydliště v %

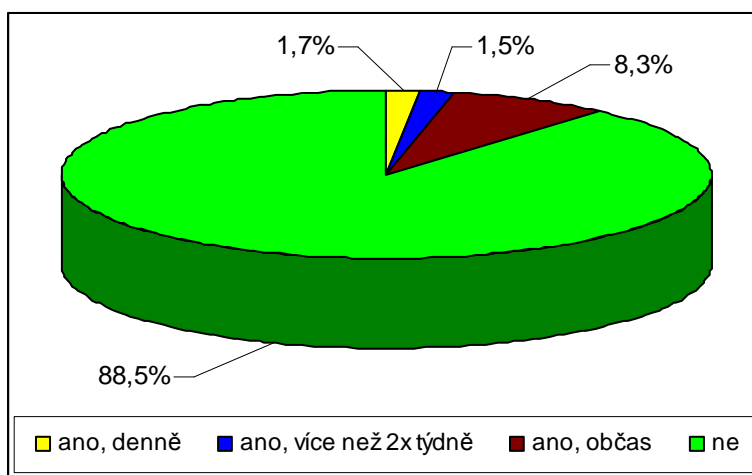


3.29 Užíváte nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret) v současné době?

Tabulka č. 62: Odpovědi na otázku „ Užíváte nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret) v současné době?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ano, pravidelně každý den	1,7	2,3	1,2
ano, více než 2x týdně	1,5	2,3	0,7
ano, ale pouze občas	8,3	10,8	5,8
ne, neužívám	88,5	84,6	92,3

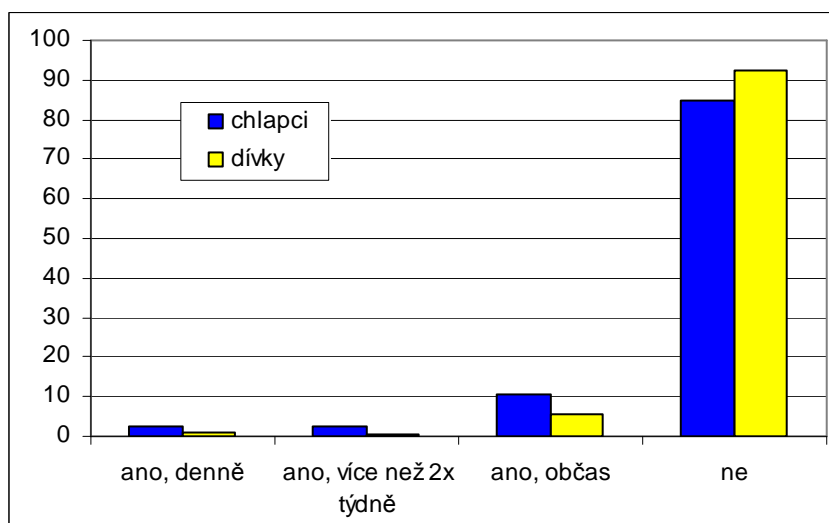
Graf č. 146: Odpovědi na otázku „ Užíváte nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret) v současné době?“ v %



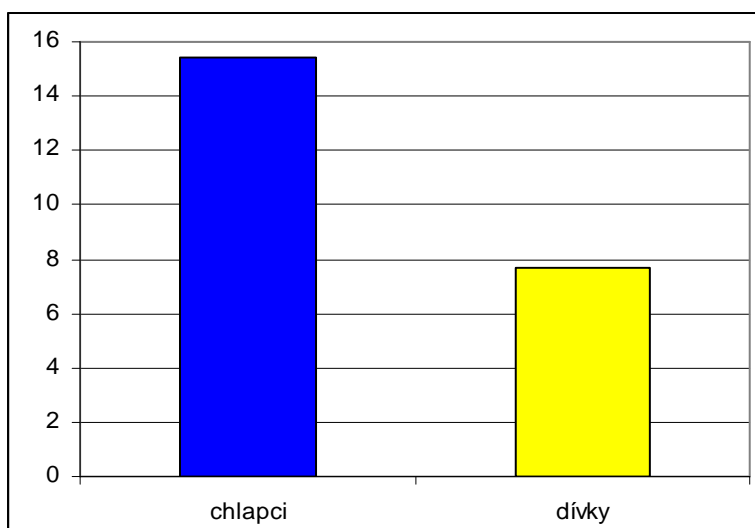
Téměř 12% šestnáctiletých studentů SŠ v Kraji Vysočina užívá v současnosti nějakou drogu (mimo alkoholu a cigaret). Minimálně 3x týdně drogy užívají 3,2% z dotazované mládeže, více než 8% pak užívá nějakou drogu občas.

Mezi chlapci a dívkami jsou značné rozdíly. Chlapci užívají drogy výrazně častěji – alespoň občas je užívá více než 15% chlapců, zatímco dívky je užívají v necelých 8%. Více než 2x týdně nějakou drogu užívá téměř 5% chlapců a 2% dívek.

Graf č. 147: Odpovědi na otázku „ Užíváte nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret) v současné době?“ podle pohlaví v %

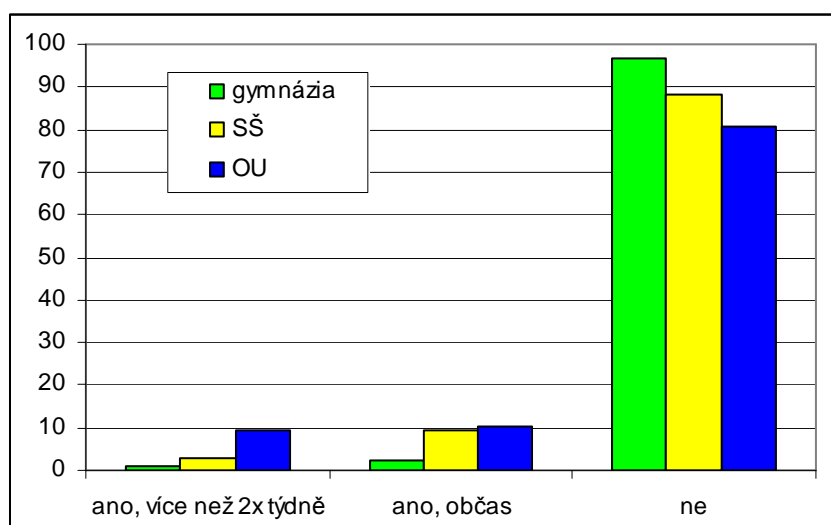


Graf č. 148: Počet chlapců a dívek, kteří v současnosti užívají nějakou drogu alespoň občas, v %



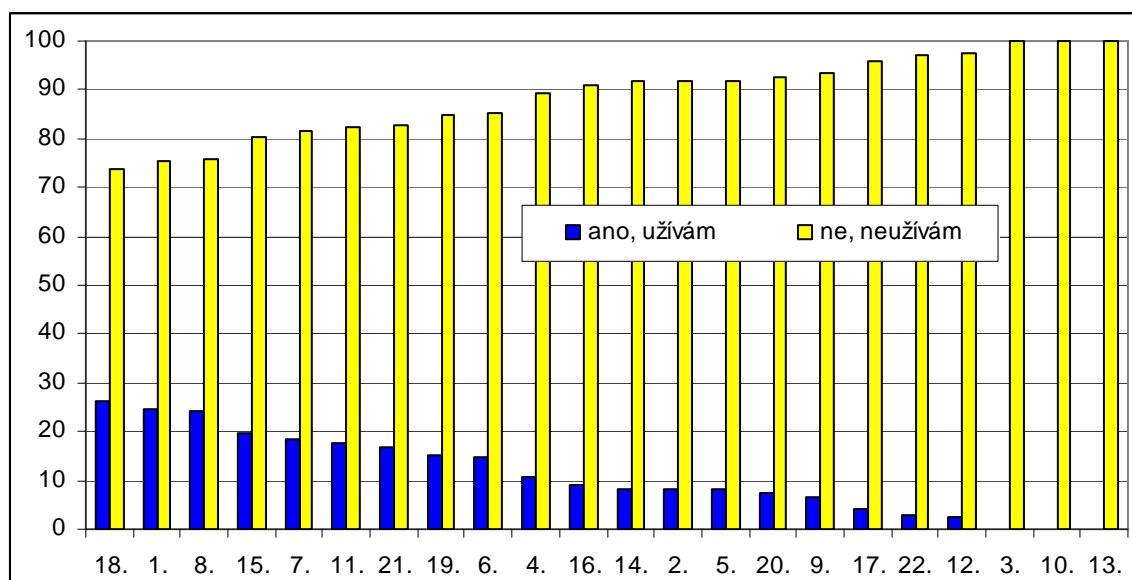
Podobně jako ve většině předcházejících otázek, byly i v odpovědích respondentů z různých typů škol na tuto otázku zjištěny rozdíly. Pro přehlednost byly spojeny první dvě odpovědi („ano, pravidelně každý den“ a „ano, více než 2x týdně“). Takto často užívá v současnosti nějakou drogu necelé 1% gymnazistů, více než 9% učňů a zhruba 3% studentů z ostatních SŠ. Pravidelně, často a nebo občas užívá nějakou drogu 3% gymnazistů, téměř pětina učňů a 12% studentů z ostatních SŠ.

Graf č. 149: Odpovědi na otázku „ Užíváte nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret) v současné době?“ podle typu škol v %



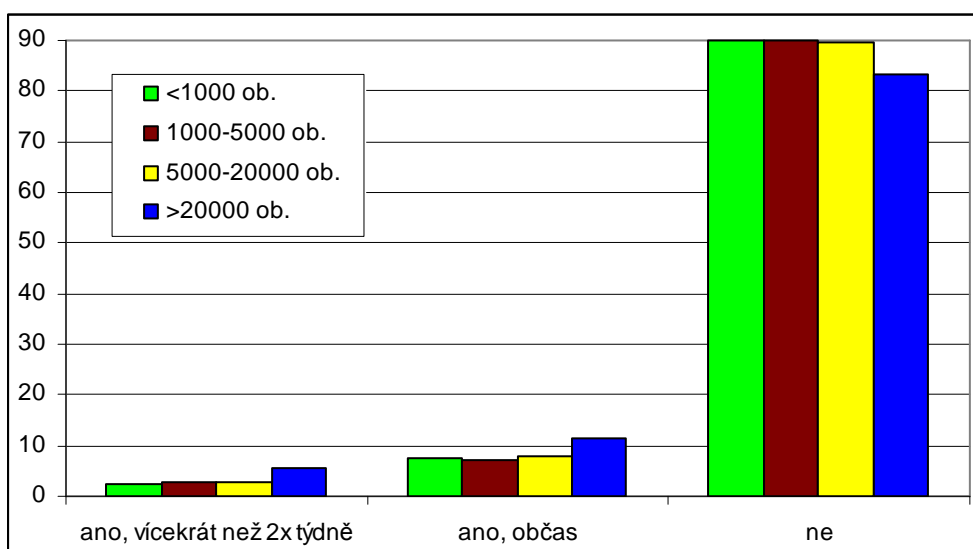
Ve třech školách bylo anonymním dotazníkem zjištěno, že více než pětina žáků užívá v současnosti nějakou drogu (pravidelně nebo „jen“ i občas), na jiných třech školách se k užívání drog nepřiznal žádný z dotázaných respondentů.

Graf č. 150: Odpovědi na otázku „ Užíváte nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret) v současné době?“ podle jednotlivých škol v %



Mládež ve velkých městech našeho kraje bere drogy častěji než ti, co bydlí v menších sídlech. Alespoň občas nebo i pravidelně užívá nějakou drogu 17% mladých středoškoláků, kteří bydlí ve městech větších než 20 tis. obyvatel, naproti tomu 10% těch, kteří bydlí v menších městech či obcích. Pravidelně, tzn. minimálně 2x týdně, užívá nějakou drogu 5,5% šestnáctiletých z měst nad 20 tisíc a 2,6% z menších měst či obcí.

Graf č. 151: Odpovědi na otázku „ Užíváte nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret) v současné době?“ podle bydliště v %



3.30 Pokud nějakou drogu v současnosti užíváte, o jaký druh drogy se jedná?

Na tuto otázku odpovídali pouze ti respondenti, kteří v předchozí otázce odpověděli, že v současné době užívají nějakou drogu. Těchto studentů bylo přesně 100 (proto se absolutní hodnoty v tomto případě shodují s %). V dotazníku jim byly nabídnuty některé druhy drog, případně měli uvést i jiné druhy, pokud je užívají.

V následující tabulce je výčet všech drog, které byly uvedeny. Celkem 12 respondentů uvedlo, že užívají větší počet drog – 11 uvedlo 2 různé drogy a jeden pak 4 různé drogy. Ve výčtu jednoznačně převažuje užívání marihuany, uvedlo ji 99 (tzn. i 99%) studentů z těch, kteří užívají drogy, dále následují lysohlávky (5 – 5%), hašiš (4 – 4%) a pervitin (3 – 3%).

Pokud bychom tato čísla přepočítali na celý soubor respondentů, tak zjistíme, že 11,4% z dotázaných užívá v současnosti marihuanu, 0,6% studentů pak lysohlávky, 0,5% hašiš a 0,4% pervitin.

Tabulka č. 63: Odpovědi na otázku „Pokud nějakou drogu v současnosti užíváte, o jaký druh drogy se jedná?“ v %

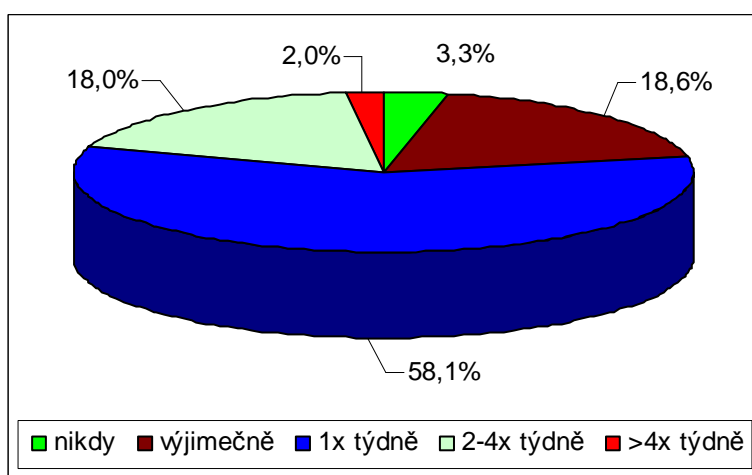
	počet
marihuana	99
lysohlávky	5
hašiš	4
pervitin	3
LSD	2
krokodýl	1
prášky	1

3.31 Jak často pijete alkohol?

Tabulka č. 64: Odpovědi na otázku „Jak často pijete alkohol?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
nikdy	3,3	3,9	2,7
výjimečně, např. 2 – 5 x za rok	18,6	13,3	23,9
občas, např. 2 – 4 x měsíčně nebo jednou týdně	58,1	54,0	62,2
2 – 4 x týdně	18,0	25,3	10,7
častěji než 4x týdně, případně každý den	2,0	3,5	0,5

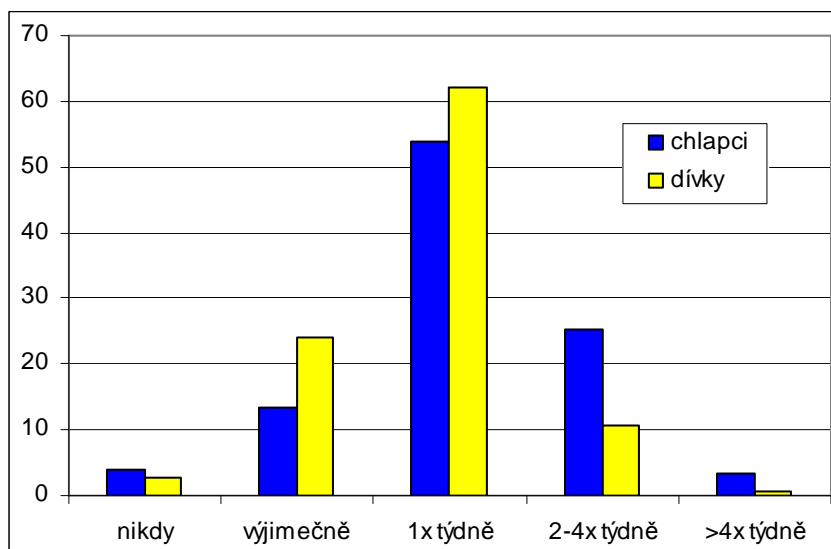
Graf č. 152: Odpovědi na otázku „Jak často pijete alkohol?“ v %



Mezi šestnáctiletou mládeží jsou pouze 3% abstinentů, kteří vůbec nepijí alkohol. Naopak pětina z nich pije alkohol minimálně 2x týdně a většina (58%) pak alkohol pije občas, několikrát za měsíc či jednou týdně.

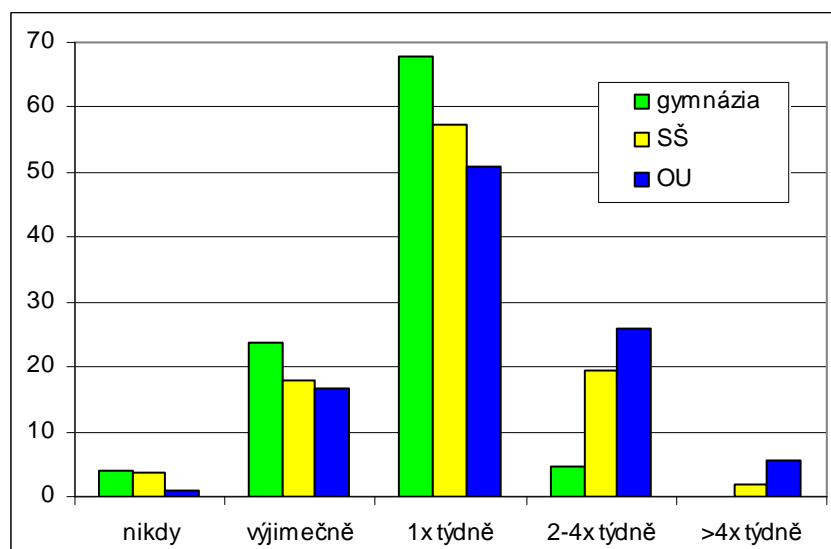
Zdá se, že alkohol zůstává záležitostí spíše mužů a chlapců – 29% z nich již v 16 letech pije alkohol pravidelně minimálně 2x týdně, alkohol pak zcela výjimečně pije a nebo přímo abstinuje 17% chlapců. Dívky pijí prokazatelně méně – 11% z nich pije alkohol pravidelně minimálně 2x týdně, alkohol pak zcela výjimečně pije a nebo přímo abstinuje téměř 27% dívek.

Graf č. 153: Odpovědi na otázku „Jak často pijete alkohol?“ podle pohlaví v %



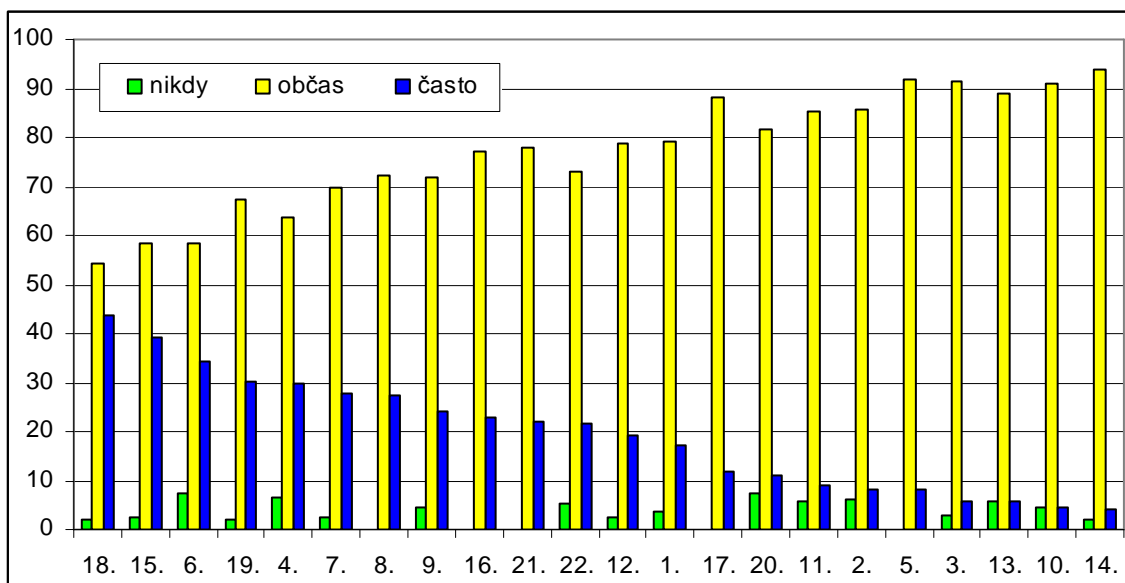
Studenti odborných učilišť pijí alkohol výrazně více než ostatní studenti. Minimálně 2x týdně pije alkohol již ve věku šestnácti let téměř třetina (30,5%) učňů, téměř 6% pak dokonce pije alkohol častěji než 4x týdně. Studenti gymnázií pijí alkohol výrazně méně – „pouze“ necelých 5% z nich pije minimálně 2x týdně, je mezi nimi i nejvíce abstinentsů (4%).

Graf č. 154: Odpovědi na otázku „Jak často pijete alkohol?“ podle typu škol v %



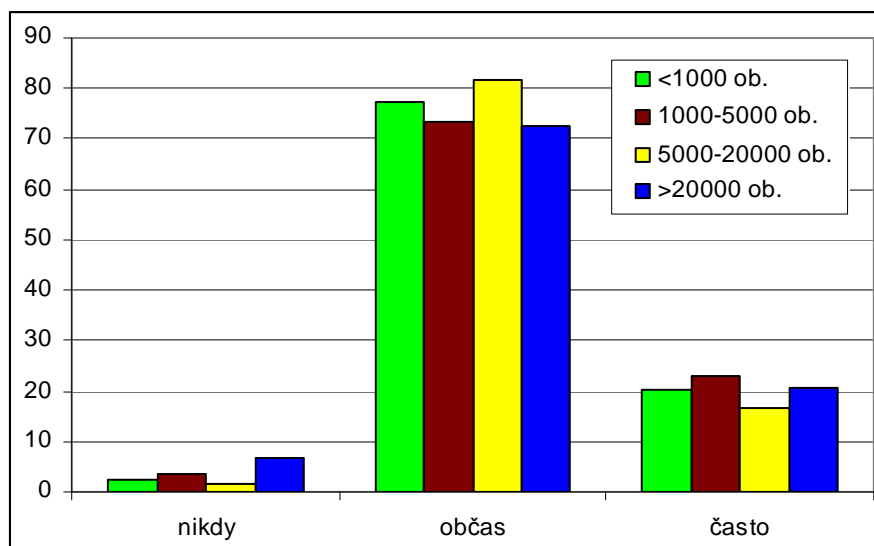
Ve srovnání jednotlivých škol jsme sloučili odpovědi „piji výjimečně...“ a „piji občas...“ do odpovědi „občas“ a odpovědi „piji 2 – 4x týdně“ a „častěji než 4x týdně...“ do odpovědi „často“. Školy jsme seřadili podle pití „často“. Nejvíce, tzn. nejvíce „často“, pijí studenti ve školách č. 18, č. 15 a č. 6 – ve všech těchto školách pije „často“ více než třetina studentů. Naopak nejméně „často“ bylo uvedeno ve školách č. 14 a č. 10 – vždy méně než 5%. Nejvíce abstinentsů je ve školách č. 20 a č. 6 – více než 7%, v pěti školách nevedl nikdo, že je abstinentsem.

Graf č. 155: Odpovědi na otázku „Jak často pijete alkohol?“ podle jednotlivých škol v %



Rozdíly v pití alkoholu podle velikosti bydliště jsou velmi malé a nevýznamné. Nejvíce abstinentů bylo zjištěno ve velkých městech (6,6%), naopak nejčastěji pravidelně alkohol pije mládež ve městech, kde bydlí mezi 5 – 20 tis. obyvateli (23,0%).

Graf č. 156: Odpovědi na otázku „Jak často pijete alkohol?“ podle bydliště v %



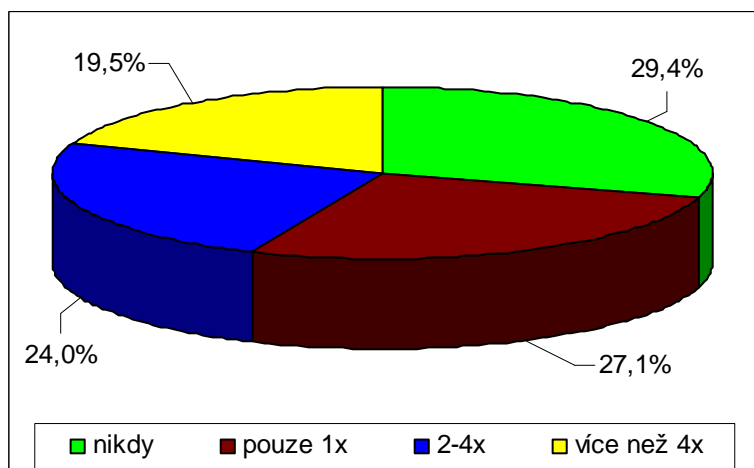
3.32 Kolikrát jste byl/a v posledním půl roce, tj. v posledních šesti měsících, opilý/á (tak, že Vám bylo druhý den špatně)?

Tabulka č. 65: Odpovědi na otázku „Kolikrát jste byl/a v posledním půl roce, tj. v posledních šesti měsících, opilý/á (tak, že Vám bylo druhý den špatně)?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
nikdy	29,4	24,4	34,4
pouze 1x	27,1	23,9	30,3
2-4x	24,0	24,9	23,1
více než 4x	19,5	26,8	12,2

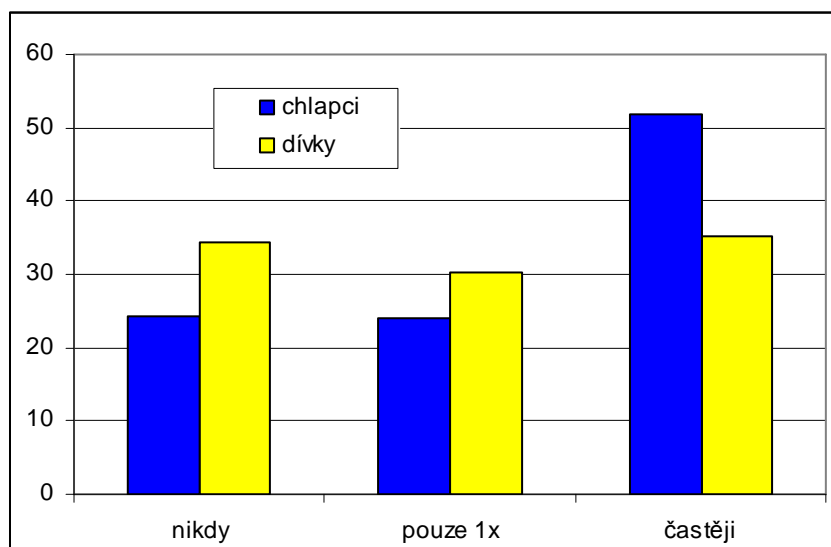
Pouze necelých 30% studentů z druhých ročníků středních škol v Kraji Vysočina nebylo v posledním půlroce ani jednou opilý tak, že by jim bylo druhý den špatně. Naopak pětina z nich byla za pouhý půlrok opilá více než 4x a další čtvrtina byla opilá 2 – 4x.

Graf č. 157: Odpovědi na otázku „Kolikrát jste byl/a v posledním půl roce, tj. v posledních šesti měsících, opilý/á (tak, že Vám bylo druhý den špatně)?“ v %



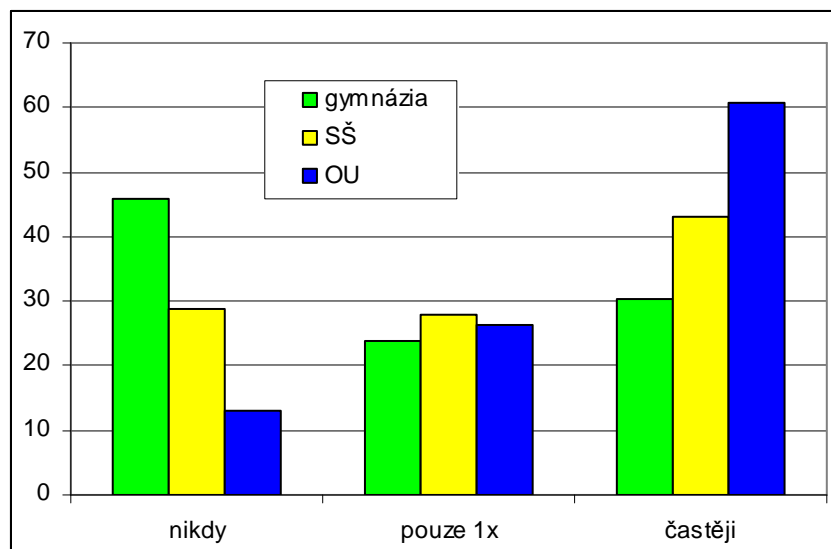
Chlapci se „snažili“ mnohem více – výrazně více z nich bylo opilý než tomu bylo u dívek, což dokládá jak předchozí tabulka, tak i následující graf, kde jsme sloučili 2 odpovědi „2 – 4x“ a „více než 4x“ do odpovědi „častěji“. Častěji než 1x týdně se v posledním půlroce opila (tak, že jim bylo druhý den špatně) více než polovina (51,7%) chlapců a více než třetina (35,3%) dívek. Více než 4x se opila téměř pětina (19,5%) chlapců a 12% dívek. Ani jednou se za půlrok neopila pouze necelá čtvrtina (24,4%) chlapců a třetina dívek (34,4%).

Graf č. 158: Odpovědi na otázku „Kolikrát jste byl/a v posledním půl roce, tj. v posledních šesti měsících, opilý/á (tak, že Vám bylo druhý den špatně)?“ podle pohlaví v %



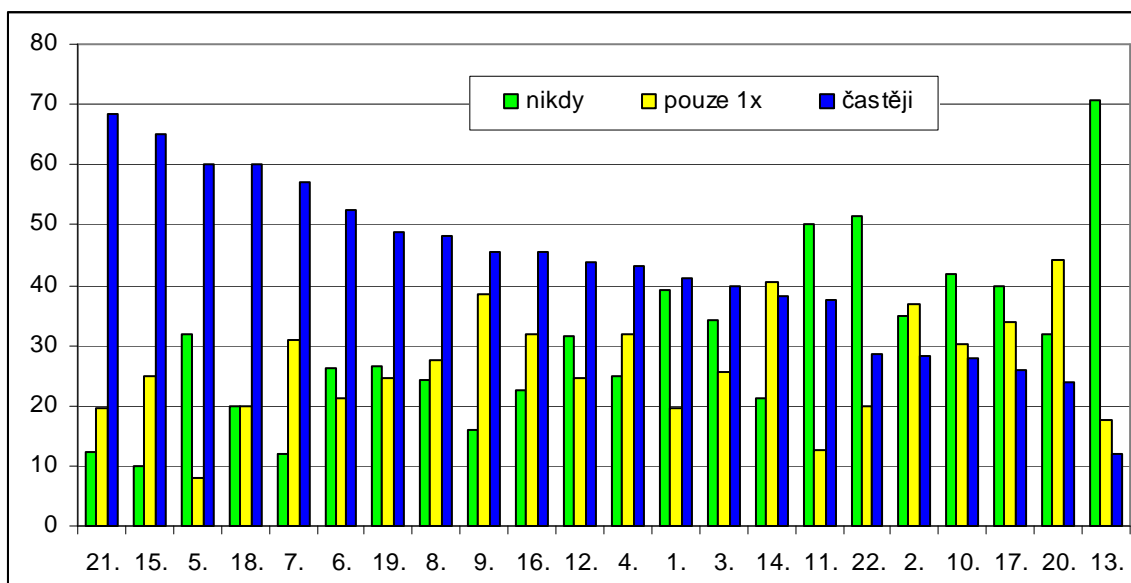
Studenti odborných učilišť se opíjejí výrazně častěji než studenti z jiných středních škol. Více než 87% učňů se za poslední půl rok opilo alespoň jednou tak, že jim bylo druhý den špatně, více než třetina (35,5%) učňů se pak opila častěji než 4x. Nejméně se opíjejí gymnazisté – přesto více než polovina (54,1%) z nich se v posledních 6 měsících opila alespoň jednou a 17% pak minimálně 4x.

Graf č. 159: Odpovědi na otázku „Kolikrát jste byl/a v posledním půl roce, tj. v posledních šesti měsících, opilý/á (tak, že Vám bylo druhý den špatně)?“ podle typu škol v %



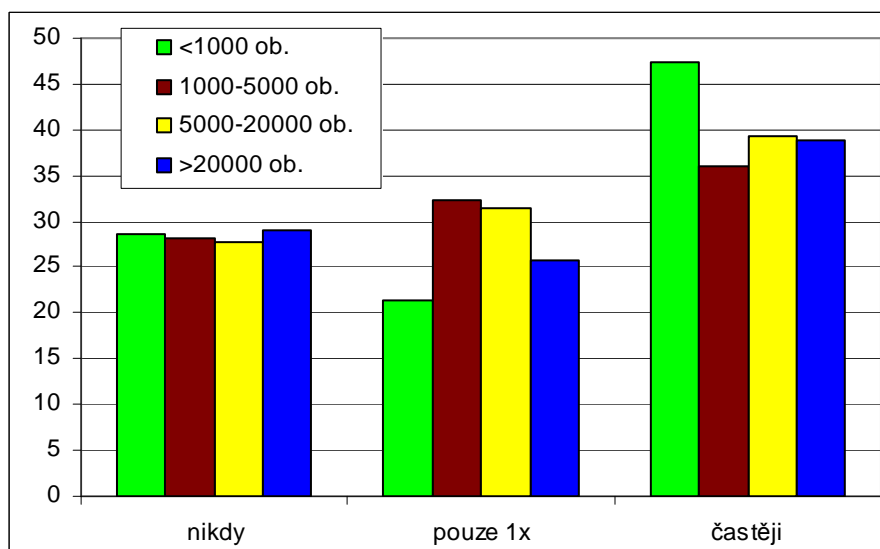
I ve srovnání jednotlivých škol jsme sloučili dvě odpovědi stejně jako u výsledků podle pohlaví a typu škol a seřadili jsme školy podle frekvence „častějšího opití“, tj. minimálně 2x za poslední půl rok. Ve čtyřech školách více než 60% respondentů uvedlo, že se za toto období opilo vícekrát. V jediné škole (č. 13) bylo takto často opilýých studentů méně než 24% a v šesti školách pak méně než 30%.

Graf č. 160: Odpovědi na otázku „Kolikrát jste byl/a v posledním půl roce, tj. v posledních šesti měsících, opilý/á (tak, že Vám bylo druhý den špatně)?“ podle jednotlivých škol v %



Jak je vidět z následujícího grafu, nejčastěji se opijí mladí lidé bydlící na vesnicích, tj. v sídlech do tisíce obyvatel – vícekrát se za poslední půl rok opilo téměř 50% (47,4%) z nich, zatímco ve větších sídlech to je výrazně méně – v průměru 38%.

Graf č. 161: Odpovědi na otázku „Kolikrát jste byl/a v posledním půl roce, tj. v posledních šesti měsících, opilý/á (tak, že Vám bylo druhý den špatně)?“ podle bydliště v %



Další otázky se týkaly zkušeností a chování v oblasti sexuálního života.

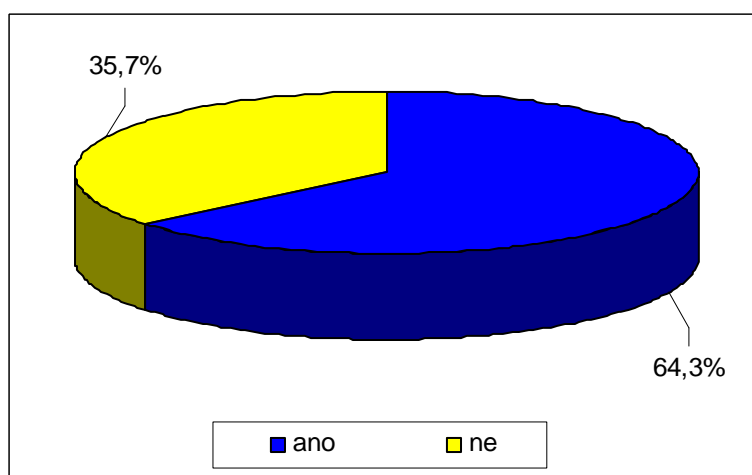
3.33 Měl/a jste již pohlavní styk?

Tabulka č. 66: Odpovědi na otázku „Měl/a jste již pohlavní styk?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ano	64,3	58,9	69,8
ne	35,7	41,1	30,2

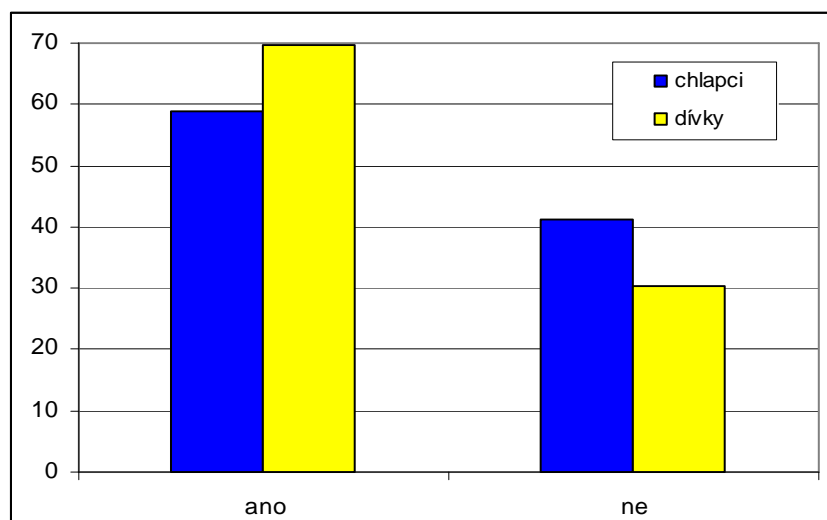
Na otázku „Měl/a jste již pohlavní styk“ odpověděly kladně dvě třetiny (64,3%) šestnáctiletých studentů středních škol. Naopak třetina sexuální zkušenost v tomto věku dosud nemá.

Graf č. 162: Odpovědi na otázku „Měl/a jste již pohlavní styk?“ v %



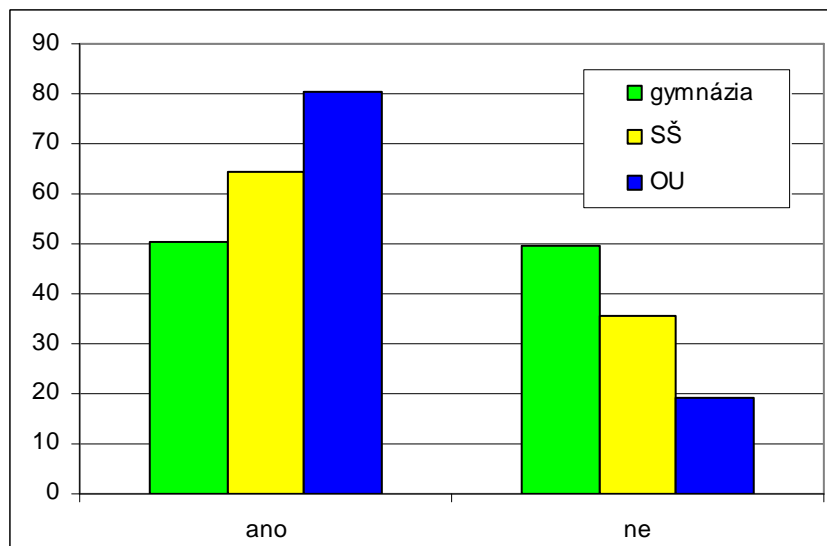
Rozdíl mezi dívkami a chlapci v sexuálních zkušenostech je poměrně zřetelný – pohlavní styk v šestnácti letech mělo 70% dívek a 59 % chlapců.

Graf č. 163: Odpovědi na otázku „Měl/a jste již pohlavní styk?“ podle pohlaví v %



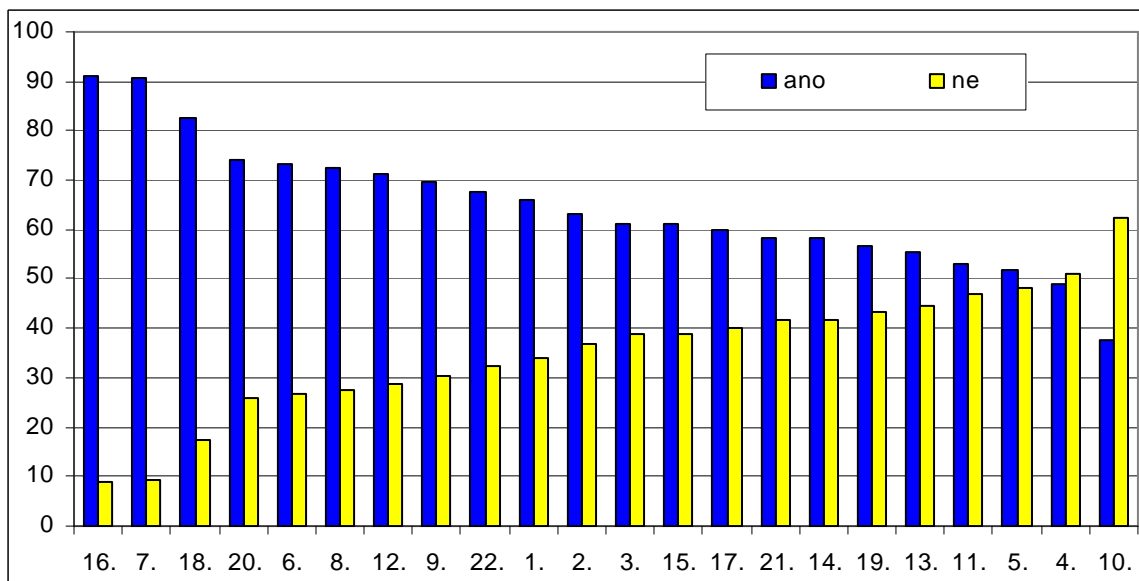
Největší sexuální zkušenosti mají žáci odborných učilišť – 80% z nich má v 16 letech za sebou alespoň jeden pohlavní styk, podobnou zkušenost má polovina (50,4%) gymnazistů a téměř dvě třetiny (64,3%) žáků z ostatních SŠ.

Graf č. 164: Odpovědi na otázku „Měl/a jste již pohlavní styk?“ podle typu škol v %



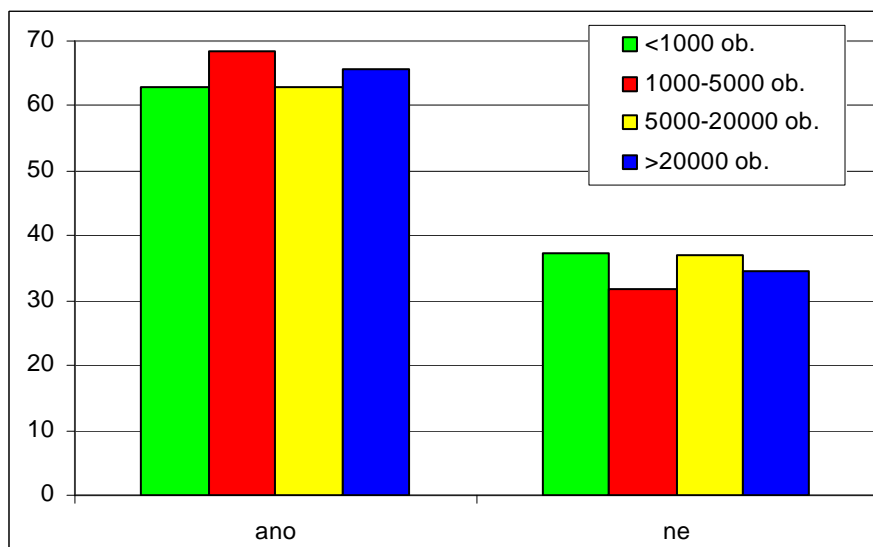
Na dvou školách – č. 16 a č. 7 – uvedlo více než 90% studentů druhých ročníků SŠ, že již mělo pohlavní styk, naopak pouze na dvou školách – č. 10 a č. 4 – uvedlo tuto skutečnost méně než 50% studentů.

Graf č. 165: Odpovědi na otázku „Měl/a jste již pohlavní styk?“ podle jednotlivých škol v %



Studií nebylo zjištěno, že by velikost sídla, kde studenti bydlí, měla vliv na to, zda již měli v šestnácti letech pohlavní styk – rozdíly podle velikosti bydliště jsou zcela nevýznamné.

Graf č. 166: Odpovědi na otázku „Měl/a jste již pohlavní styk?“ podle bydliště v %



3.34 Kolik jste měl/a/ dosud sexuálních partnerů?

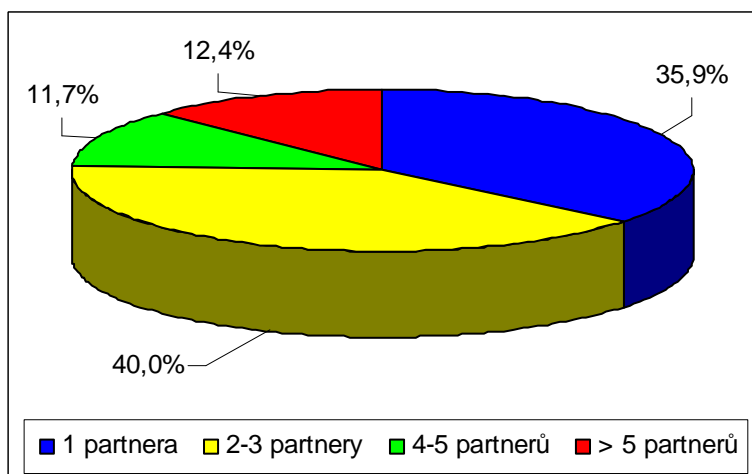
Na tuto otázku odpovídali pouze respondenti, kteří na předchozí otázku odpověděli kladně, tzn., že uvedli, že již měli pohlavní styk. Na tuto otázku proto odpovědělo 557 (64,3%) studentů, z toho bylo 256 (58,9%) chlapců a 301 (69,8%) dívek.

Tabulka č. 67: Odpovědi na otázku „Kolik jste měl/a/ dosud sexuálních partnerů?“ v % (n=557)

	celkem	chlapci	dívky
1 partnera	35,9	30,5	40,5
2 – 3 partnery	40,0	40,6	39,5
4 – 5 partnerů	11,7	12,5	11,0
více než 5 partnerů	12,4	16,4	9,0

Z těch, co uvedli, že již měli pohlavní styk, jich zhruba třetina (35,9%) měla jednoho partnera a více než 64% z nich partnerů více. Více než 4 partnery mělo v šestnácti letech více než 24% žáků z těch, co již měli pohlavní styk.

Graf č. 167: Odpovědi na otázku „Kolik jste měl/a/ dosud sexuálních partnerů?“ v % (n=557)



Tabulka č. 68: Odpovědi na otázku „Kolik jste měl/a/ dosud sexuálních partnerů?“ v % (n=866)

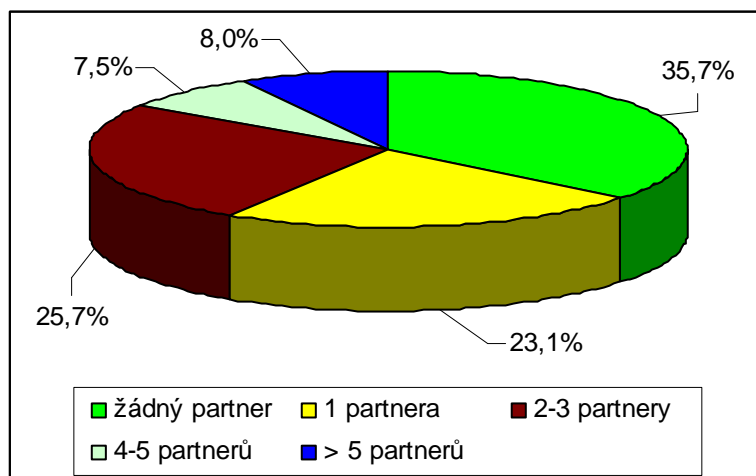
	celkem	chlapci	dívky
žádného partnera	35,7	41,1	30,2
1 partnera	23,1	17,9	28,3
2 – 3 partnery	25,7	23,9	27,6
4 – 5 partnerů	7,5	7,4	7,7
více než 5 partnerů	8,0	9,7	6,3

Pokud uvedené počty přepočteme na celý soubor epidemiologické studie (tj. n = 866) a doplníme počty těch, co doposud neměli pohlavní styk (tj. žádného partnera), dostaneme přesnější obrázek o sexuálních zkušenostech šestnáctiletých.

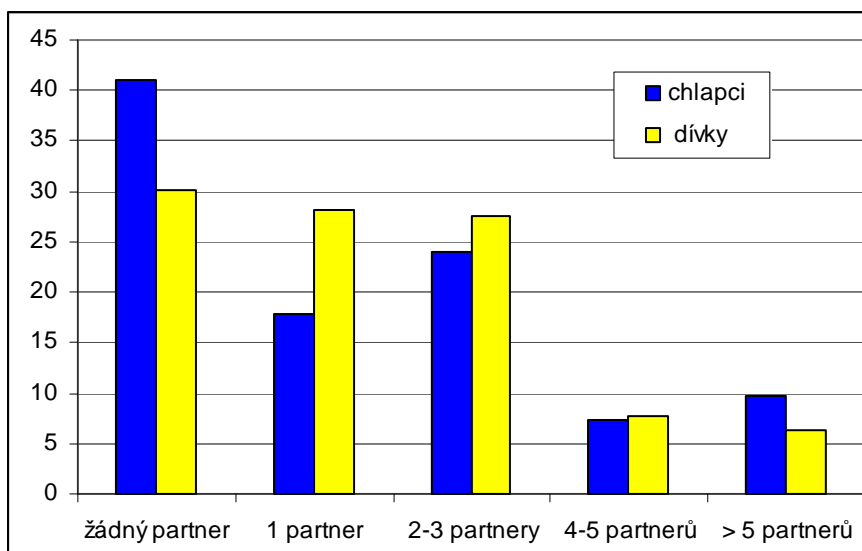
Téměř 36% studentů doposud nemělo pohlavní styk, 23% mělo jednoho sexuálního partnera, téměř 26% dva až tři partnery a téměř 16% šestnáctileté mládeže má za sebou sexuální zkušenost se čtyřmi, případně i více partnery.

Mezi dívkami a chlapci byly zjištěny určité rozdíly. Jak již bylo uvedeno, větší procento dívek mělo již (alespoň jeden) pohlavní styk, naopak více chlapců doposud žádný pohlavní styk nemělo – pohlavní styk nemělo 41% chlapců a 30% dívek. Výrazně více dívek (28%) mělo doposud jednoho sexuálního partnera (oproti 18% chlapců). Chlapci však více střídají své partnerky než dívky partnery. Více než 4 partnerky mělo v 16 letech již více než 17% chlapců a více než čtyři partnery pak 14% dívek.

Graf č. 168: Odpovědi na otázku „Kolik jste měl/a/ dosud sexuálních partnerů?“ v % (n=866)



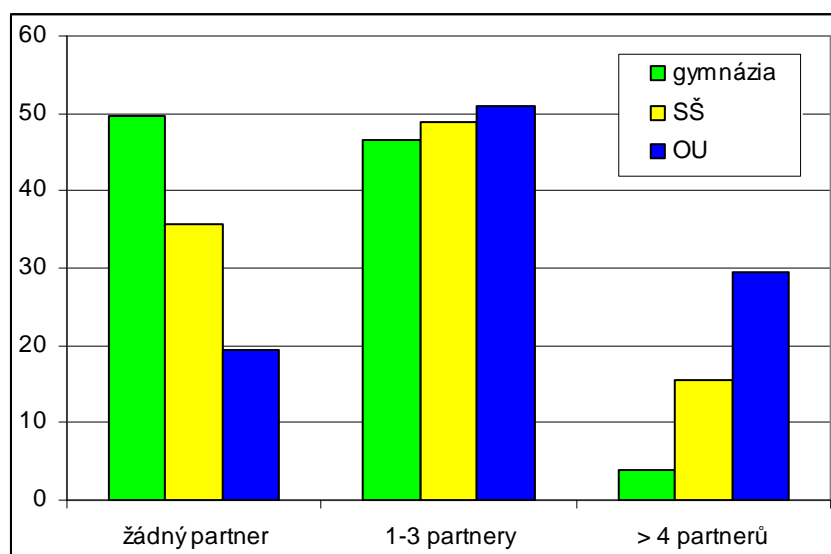
Graf č. 169: Odpovědi na otázku „Kolik jste měl/a/ dosud sexuálních partnerů?“ podle pohlaví v % (n=866)



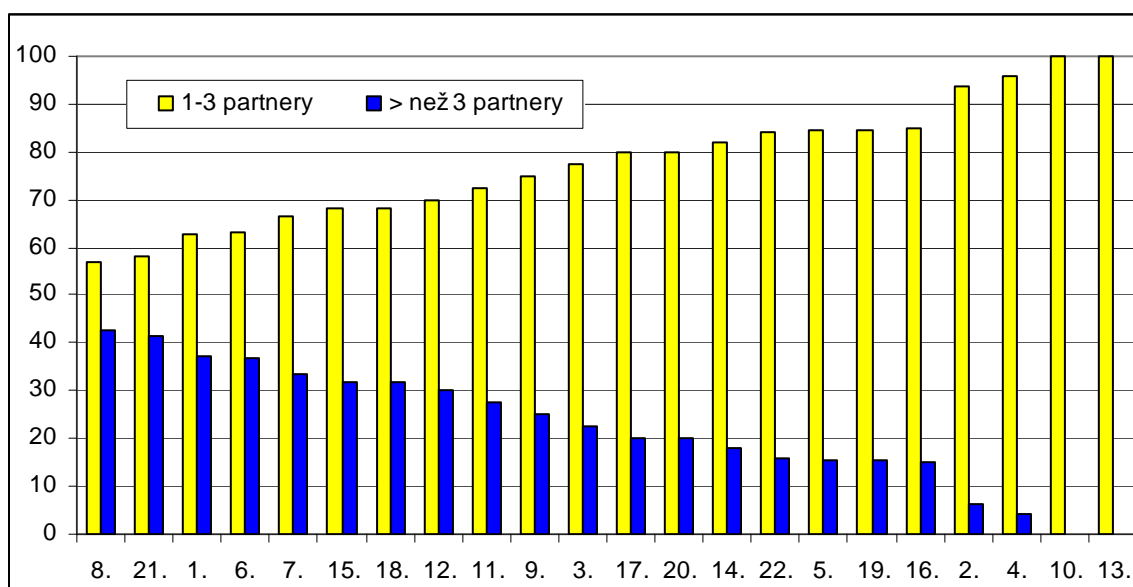
Rozdíly mezi studenty z jednotlivých typů škol jsou výraznější, pokud sloučíme v dotazníku možné odpovědi do tří možností (viz následující graf). Čtyři a více sexuálních partnerů již v šestnácti letech mělo 4% gymnazistů, 15% studentů ostatních SŠ a 30% studentů odborných učilišť.

Ve dvou školách (č. 8 a č. 21) uvedlo více než 40% respondentů z těch, co měli pohlavní styk, že měli více než tři sexuální partnery, naopak ve dvou školách (č. 13 a č. 10) měli všichni z těch, co již měli pohlavní styk, méně než čtyři sexuální partnery.

Graf č. 170: Odpovědi na otázku „Kolik jste měl/a/ dosud sexuálních partnerů?“ podle typu škol v % (n=866)



Graf č. 171: Odpovědi na otázku „Kolik jste měl/a/ dosud sexuálních partnerů?“ podle jednotlivých škol v % (n=557)



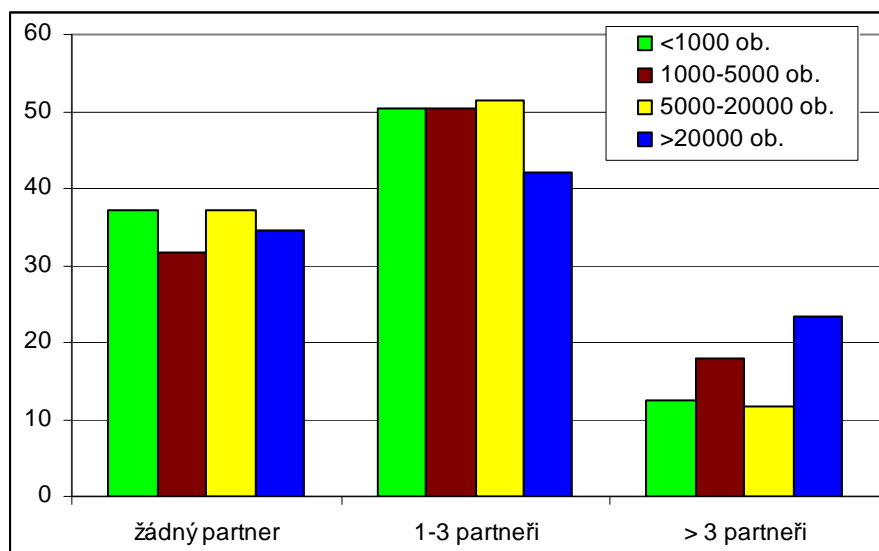
Z těch studentů, co uvedli, že již měli pohlavní styk (n = 557), měli výrazně více sexuálních partnerů (již více než tři) mladí lidé (35,8%), kteří bydlí ve městech větších než 20 tis. obyvatel, zatímco z těch, co bydlí v obcích menších než tisíc obyvatel, má tuto zkušenost zhruba polovina mladých (19,8%).

Pokud toto vztáhneme na celý soubor, tak zjistíme, že více než 3 partnery ve svých šestnácti letech měla již téměř čtvrtina (23,5%) z těch, co bydlí ve městech větších než 20 tis. obyvatel. V ostatních menších sídlech je to výrazně méně (viz následující tabulka a graf).

Tabulka č. 69: Odpovědi na otázku „Kolik jste měl/a/ dosud sexuálních partnerů?“ podle bydliště v % (n=866)

	<1000 ob.	1000-5000 ob.	5000-20000 ob.	>20000 ob.
žádného partnera	37,2	31,7	37,0	34,4
1 – 3 partnery	50,4	50,4	51,4	42,1
více než 3 partnery	12,4	18,0	11,6	23,5

Graf č. 172: Odpovědi na otázku „Kolik jste měl/a/ dosud sexuálních partnerů?“ podle bydliště v % (n=866)



3.35 Pokud máte s někým pohlavní styk, používáte kondom (prezervativ)?

Tato otázka byla směřována na bezpečné sexuální chování, na používání kondomu, tj. na používání ochrany nejen před početím, ale především před možnou nákazou HIV virem či před nákazou dalšími, sexuální cestou přenosnými, nákazami, vč. virových hepatitid.

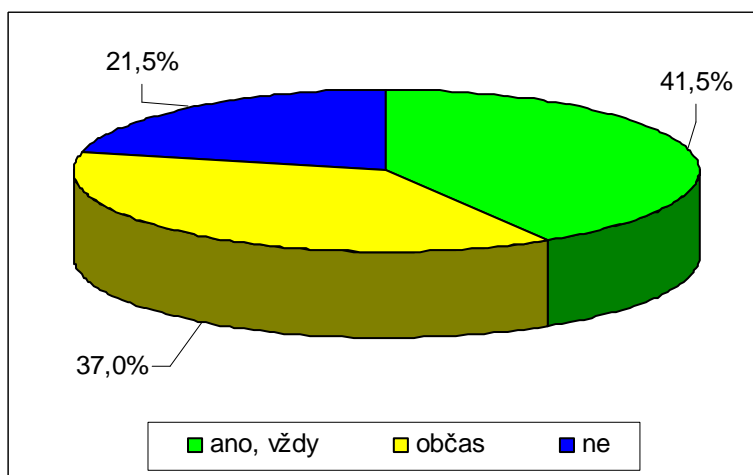
Na otázku odpovídali pouze ti, kteří předtím odpověděli, že již měli pohlavní styk – odpovídalo celkem 557 respondentů.

Tabulka č. 70: Odpovědi na otázku „Pokud máte s někým pohlavní styk, používáte kondom (prezervativ)?“ v % (n=557)

	celkem	chlapci	dívky
ano, vždy	41,5	46,5	37,2
občas	37,0	40,2	34,2
ne	21,5	13,3	28,6

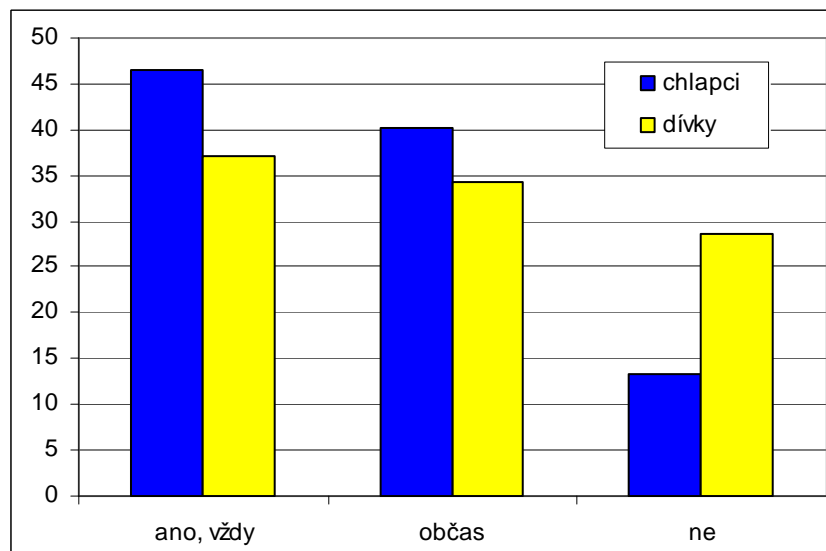
Kondom vždy při pohlavním styku používá jen necelých 42% šestnáctiletých studentů, více než pětina pak nepoužívá kondom vůbec.

Graf č. 173: Odpovědi na otázku „Pokud máte s někým pohlavní styk, používáte kondom (prezervativ)?“
v %



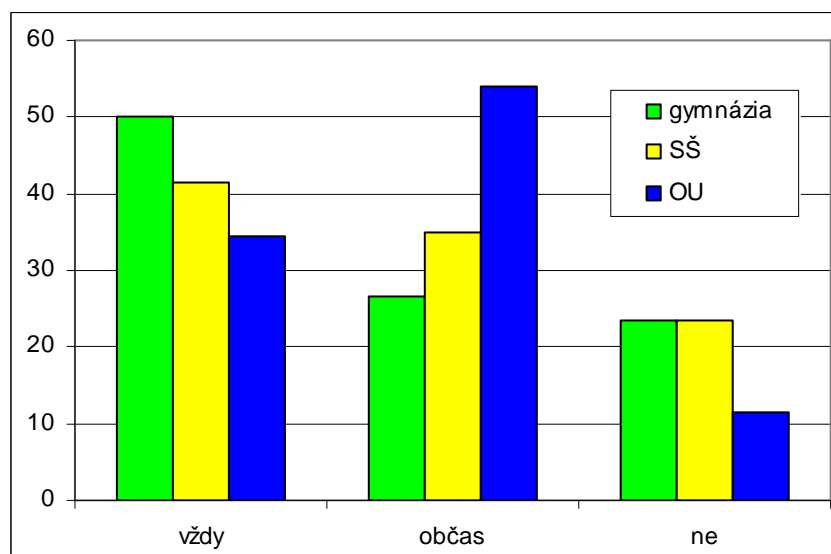
Možná překvapivě uvedly dívky výrazně častěji to, že kondom nepoužívají vůbec. Zatímco tuto skutečnost uvedlo „pouze“ 13% chlapců, tak dívek, které mají pohlavní styk bez použití kondomu, je téměř 30%. Vždy, tj. při každém pohlavním styku, používá kondom 47% chlapců, ale jen 37% dívek.

Graf č. 174: Odpovědi na otázku „Pokud máte s někým pohlavní styk, používáte kondom (prezervativ)?“
podle pohlaví v %



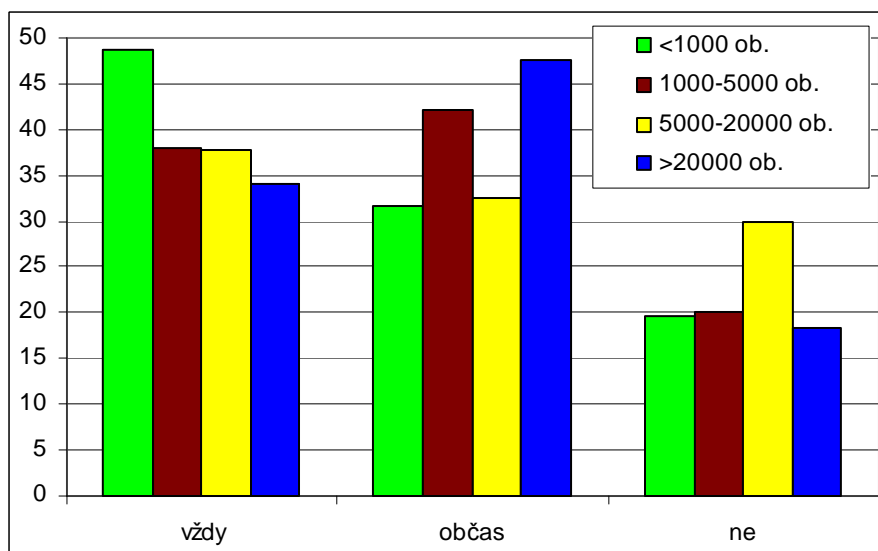
Nejčastěji „vždy“ používají kondom při pohlavním styku studenti gymnázií (50% z nich), je to výrazně častěji než tak činí studenti odborných učilišť (34,5%). Naopak – „jen“ necelých 12% učňů nepoužívá kondom při pohlavním styku vůbec, studenti ostatních SŠ i gymnázií jsou ve svém chování mnohem rizikovější – více než 23% z nich kondom nepoužívá vůbec.

Graf č. 175: Odpovědi na otázku „Pokud máte s někým pohlavní styk, používáte kondom (prezervativ)?“ podle typu škol v %



Studie ukazuje, že mladí lidé na vesnicích jsou (možná dost překvapivě) zodpovědnější než ti, co bydlí ve větších sídlech. Téměř polovina (48,7%) z těch, kteří bydlí na vesnicích do tisíce obyvatel, uvedli, že při pohlavním styku vždy používají kondom, zatímco ve městech nad 20 tis. obyvatel, to uvedla pouze třetina (34,2%) šestnáctiletých respondentů.

Graf č. 176: Odpovědi na otázku „Pokud máte s někým pohlavní styk, používáte kondom (prezervativ)?“ podle bydliště v %



4 SOUHRN

4.1 Úvod

Hlavním cílem studie „Analýza životního stylu a zdraví mládeže v Kraji Vysočina“ bylo získat konkrétní informace, údaje a výsledky, týkající se zdraví, zdravotního stavu a životního stylu středoškolské mládeže v Kraji Vysočina, podobně i zjistit a vyhodnotit počty šestnáctiletých studentů s vysokým krevním tlakem, nadlimitní hladinou cholesterolu, podíl mladých osob s nadváhou či obezitou, počty kuřáků, vztah mládeže k alkoholu, drogám a sexuálnímu chování a další důležité informace o jejich zdraví a životním stylu. Analýza životního stylu a zdraví mládeže v Kraji Vysočina byla součástí projektu „Životní styl a zdraví mládeže v Kraji Vysočina. V rámci této studie bylo osloveno a navštíveno celkem 22 středních škol, které byly vybrány statisticky náhodným výběrem. Ve vybraných školách byl projekt realizován vždy ve druhých ročnících a v každé škole v maximálně dvou třídách. Celkem studie proběhla ve 41 vybraných třídách v různých typech středních škol a do projektu byl vybrán reprezentativní vzorek žáků. Celkem se studie zúčastnilo 866 respondentů, z toho bylo 435 (50,2%) chlapců a 431 (49,8%) dívek.

V každé vybrané střední škole (SŠ) žáci a žákyně (respondenti) vyplnili anonymní dotazník (viz příloha této zprávy) a zároveň jim byla provedena tato vyšetření:

- vyšetření krevního tlaku a pulsu
- měření tělesné hmotnosti a výšky
- výpočet Indexu tělesné hmotnosti (BMI)
- měření procenta tělesného tuku
- vyšetření celkové hladiny cholesterolu (z kapky krve přístrojem Accutrend)
- Ruffierova zkouška tělesné zdatnosti.

Z celkového počtu 866 respondentů je 14,7% studentů gymnázií, 12,5% studujících na odborných učilištích a 72,9% studentů z „ostatních“ středních škol. 41,9% studentů bydlí v malých obcích do tisíce obyvatel, 16,1% je z větších obcí a malých měst do 5 tisíc obyvatel, 20,9% pak z měst mezi 5 – 20 tisíci obyvatel a zbývajících 21,1% studentů z velkých měst, ve kterých žije více než 20 tisíc obyvatel.

4.2 Výsledky vyšetření zdravotního stavu

Téměř 44% žáků středních škol byl naměřen systolický krevní tlak vyšší než 130 mm Hg, více než čtvrtině žákům vyšší než 140 mm Hg a 13% pak dokonce tlak vyšší než 150 mm Hg.

Výrazně horší, tzn. vyšší hodnoty systolického krevního tlaku byly naměřeny chlapcům. Téměř 44% z nich byl naměřen systolický krevní tlak vyšší než 140 mm Hg, a dokonce více než pětina z nich pak vyšší než 150 mm Hg. Výsledky u dívek jsou výrazně příznivější – „pouze“ 8% z nich byl naměřen tento tlak vyšší než 140 mm Hg.

Téměř 30% šestnáctiletých žáků středních škol byl naměřen diastolický krevní tlak vyšší než 80 mm Hg, téměř 6% pak vyšší než 90 mm Hg.

I u diastolického byly zaznamenány vyšší hodnoty u chlapců – 7% byl naměřen tlak vyšší než 90 mm Hg. Výsledky u dívek jsou poněkud příznivější – diastolický tlak vyšší než 80 mm Hg byl naměřen čtvrtině dívek, ale také 32% chlapců.

Krevní tlak vyšší než 130/80 mm Hg byl zjištěn u více než pětiny (21,6%) šestnáctiletých studentů středních škol v Kraji Vysočina, přičemž takto zvýšený tlak byl zjištěn u 28% chlapců a 15% dívek.

Krevní tlak vyšší než 140/90 mm Hg byl zjištěn u 5% mládeže, přitom více osob s takto vysokým krevním tlakem bylo mezi chlapci – 6,8%, dívek pak bylo 3,3%.

Rozdíly v naměřených krevních tlacích u žáků podle typu školy i podle velikosti bydliště nejsou příliš výrazné, ani významné.

Téměř 13% šestnáctileté mládeže ze středních škol v Kraji Vysočina má zvýšenou hladinu celkového cholesterolu v krvi (tj. vyšší než 5,2 mmol/l), což je pokládáno za mírné či zvýšené riziko a 2% pak dokonce hladinu vyšší než 6,2 mmol/l, což je považováno za vysoké riziko.

Na rozdíl od vyšetření krevního tlaku jsou výsledky hladiny cholesterolu v krvi naopak výrazně horší u dívek. Cholesterol vyšší než 5,2 mmol/l má pětina dívek, ale čtyřikrát méně (5%) chlapců. Cholesterol vyšší než 6,2 mmol/l mají pak 3% dívek a pouze 0,3% chlapců.

Rozdíly ve zjištěných hodnotách celkového cholesterolu podle typu školy a podle velikosti sídla, ve kterém studenti bydlí, jsou malé a nevýznamné.

Index tělesné hmotnosti (BMI) umožňuje vyhodnotit hmotnost dané osoby a vypočítá se podle vzorce: $BMI = \text{hmotnost v kg} / \text{výška v m}^2$. Nadváhou či obezitou trpí více než pětina (22%) šestnáctiletých studentů středních škol v Kraji Vysočina, pouze 62% mladých osob má optimální hmotnost. Necelých 5% šestnáctiletých je obezích, tzn., že jejich BMI je vyšší než 29,0, necelé 1% pak již v tomto mladém věku má těžkou obezitu.

Nadváhou a obezitou podle výpočtu BMI trpí výrazně více chlapci než dívky. Nadváhu má 12% dívek a téměř plná čtvrtina (25%) chlapců, obezitu pak 3% dívek a 6% chlapců. Výrazně více, téměř pětina (20%) dívek má nízkou hmotnost, zatímco u chlapců tento počet činí 11%.

Zatímco rozdíly v BMI s ohledem na velikost bydliště jsou nevýznamné, tak rozdíly podle typu školy, kterou mládež studuje, jsou poměrně značné. Nadváhou či obezitou mnohem častěji trpí žáci odborných učilišť – jedná se o 39% učňů, přímo obezitu má 10% studentů učilišť. Naproti tomu nadváhu či obezitu má necelých 13% studentů gymnázií, přímo obezitou trpí 3% gymnazistů.

Podobná situace je i ve srovnání chlapců a dívek. Zatímco nadváhu či obezitu má více než 44% chlapců studujících odborné učiliště, na gymnáziích to je necelá čtvrtina (24%). Podobné je to i u dívek – nadváhou nebo obezitou trpí 30% dívek na učilištích, na gymnáziích to jsou pouze 3%.

Téměř polovina (49%) šestnáctiletých žáků ze středních škol zapojených do projektu má zvýšené nebo vysoké % tělesného tuku (TT) a pětina (21%) pak má přímo vysoké % TT. Hůře na tom jsou dívky – z nich má dokonce více než polovina (52%) zvýšené nebo vysoké % TT, kdežto u chlapců je to 45%.

Zvýšené či vysoké % TT má necelých 40% studentů na gymnáziích, na odborných učilištích to je však téměř 60%. Téměř 30% učňů má dokonce vysoké % TT. Významné rozdíly v tomto vyšetření u respondentů podle velikosti trvalého bydliště nebyly zjištěny.

Pětina šestnáctileté mládeže v Kraji Vysočina studující 2. ročníky středních škol má nedostatečnou, tj. velmi špatnou, tělesnou zdatnost a více než polovina mládeže (58%) má tělesnou zdatnost podprůměrnou či nedostatečnou. Pouze 7% studentů má tělesnou zdatnost velmi dobrou či výbornou.

Výrazně horší tělesná zdatnost byla Ruffierovým testem zjištěna u dívek. Více než čtvrtina (26%) dívek má tu nejhorší tělesnou zdatnost, tzn. nedostatečnou a dalších téměř 40% dívek pak zdatnost podprůměrnou. Pouze 5% dívek má tělesnou zdatnost velmi dobrou nebo výbornou.

4.3 Výsledky dotazníkové studie

Více než pětina respondentů pokládá svůj zdravotní stav za velmi dobrý a více než polovina pak za spíše dobrý. Pouze 2% oslovených středoškoláků si myslí, že jejich zdraví je spíše špatné, nikdo z téměř devíti set neoznačil své zdraví za velmi špatné. Rozdíly mezi dívkami a chlapci nejsou příliš významné, chlapci vnímají svůj zdravotní stav o trochu lépe než dívky.

Nejvíce považují svůj zdravotní stav za velmi dobrý nebo spíše dobrý žáci gymnázií – tuto odpověď zvolilo více než 80% z nich, zatímco žáci odborných učilišť takto hodnotí svoje zdraví pouze v 57%.

Nejlépe hodnotí své zdraví žáci ve školách č. 16 a 13 – jako velmi dobré nebo spíše dobré zde hodnotí své zdraví zhruba 90% respondentů, naproti tomu v SŠ č. 7 takto hodnotí své zdraví pouze 47% studentů.

Významné rozdíly podle velikosti bydliště zjištěny nebyly, dá se ale říct, že čím menší bydliště, tím větší spokojenost se svým zdravím – žáci bydlící na vesnicích hodnotí svůj zdravotní stav o něco lépe (78% z nich hodnotilo svůj zdravotní stav jako velmi nebo spíše dobrý) než žáci bydlící ve větších obcích a městech (těch bylo 71%).

V odpovědích na otázku „Byl/a jste v posledních dvou letech na preventivní prohlídce u svého lékaře?“ jednoznačně převažovala kladná odpověď – pouze 4% z dotázaných uvedlo, že nebylo. Žáci odborných učilišť jsou méně zodpovědní – preventivní prohlídku v posledních dvou letech absolvovalo pouze 88% z nich, což je oproti žákům SŠ a gymnázií výrazně méně (ti ji absolvovali v 97%). Na pěti SŠ všichni respondenti odpověděli, že na preventivní prohlídce v posledních dvou letech byli, nejméně kladných odpovědí bylo uvedeno na SŠ č. 7 – pouze 86%.

Na otázku „Jste dispenzarizován/a/ lékařem z důvodu nějakého onemocnění?“ odpověděla „ANO“ třetina (33%) dotázaných. Dívky uvedly častější dispenzarizaci, a to v 39% oproti chlapcům, kteří jsou dispenzarizováni ve 28%. Studenti gymnázií uvedli dispenzarizaci nejčastěji (téměř 39%), naopak studenti odborných učilišť nejméně (necelých 29%).

Na otázku „Pokud jste dispenzarizováni, uveďte s jakým onemocněním“ odpovídali pouze ti, kteří uvedli, že jsou dispenzarizováni – bylo jich 33% z celkového počtu. V odpovědích uvedená onemocnění jsou ve zprávě zařazena do jedenácti skupin. Nejčastěji byla uvedena alergická onemocnění (alergie, astma, ekzémy...), a to u 38% z těch, kteří jsou dispenzarizováni. Následovala oční onemocnění a vady (17%) a nemoci pohybového ústrojí a kostí (11%). Celkem

bylo jako příčina dispenzarizace uvedeno 388 onemocnění, přičemž 81 respondentů uvedlo více než jedno onemocnění.

Více než 2/3 (69%) z dotázaných žáků SŠ uvedlo, že jim byl krevní tlak v ordinaci lékaře měřen v průběhu posledního roku, jen více než 1% uvedlo, že před více než třemi lety a nebo nikdy. Dívky jsou zodpovědnější – 73% z nich mělo krevní tlak změřen v posledním roce, zatímco u chlapců je to o menší počet – 64%. Rozdíly v odpovědích podle typu škol a u jednotlivých škol, podobně jako podle velikosti bydliště nejsou významné.

Téměř polovina chlapců a 42% dívek uvedlo, že neví, kdy jim byla naposledy stanovena hladina cholesterolu v krvi, další třetina studentů tvrdí, že jim cholesterol nebyl vyšetřen nikdy. Současně to znamená, že tyto osoby ani nemohou znát svoji hladinu cholesterolu. Pouze 23% respondentů uvedlo, že jim cholesterol měřen někdy byl, necelá desetina uvedla, že v průběhu posledního roku. Skutečnost, že zhruba 77% šestnáctiletých nezná svůj stav cholesterolu, považujeme za poměrně závažnou.

Rozdíly mezi chlapci a dívkami nejsou prakticky žádné, určité rozdíly byly zaznamenány v odpovědích u studentů různých typů SŠ. Skutečnost, že jim byl měřen někdy cholesterol, výrazně méně uvedli žáci gymnázií (16%), kdežto žákům odborných učilišť byl cholesterol měřen v plně čtvrtině případů. Zatímco ve škole č. 22 uvedlo 40% studentů, že jim cholesterol byl někdy stanoven, tak v SŠ č. 6 a 13 to nebyla ani desetina z dotázaných.

Na otázku „Kdy jste byl naposledy u zubního lékaře“ odpovědělo téměř 90% respondentů, že to není déle jak rok, pouze 1% procento uvedlo, že to bylo před více než třemi lety. Studenti gymnázií odpověděli, že to není déle jak rok v téměř 95%, zatímco studenti odborných učilišť pouze v 73%.

Na otázku „Jak často si čistíte zuby?“ odpovědělo více než 90% šestnáctiletých, že 1x nebo 2x denně, pouze 6% mladých lidí si čistí zuby 3x nebo vícekrát denně a více než 3% respondentů uvedlo, že si čistí zuby méně než jednou denně. Dívky jsou podle předpokladu zodpovědnější – zatímco minimálně 3x denně si čistí zuby 10% dívek, tak u chlapců to jsou pouze necelá 2%. Minimálně 3x denně si čistí zuby 10% gymnazistů, ale jen 4% žáků odborných učilišť.

Pravidelně snídá pouze 41% z dotazovaných, téměř pětina (19%) mladých nesnídá vůbec a nebo jen výjimečně. Pravidelně snídá o něco více dívek (44% oproti 38% chlapců). Studenti gymnázií jsou zodpovědnější – výrazně vyšší procento z nich, a to více než polovina – snídá pravidelně, zatímco z žáků, kteří studují učiliště, pravidelně snídá pouze necelá čtvrtina a naopak téměř třetina z nich (29%) nesnídá vůbec nebo jen výjimečně.

Nejvíce „kladných“ odpovědí, tj. odpovědí „ano, snídám pravidelně“ – uvedli žáci ze škol č. 10 a 13, naopak nejméně pravidelně snídají studenti ve školách č. 7 a 21. Potvrdilo se, že mládež na vesnicích snídá výrazně častěji „pravidelně“ než ve městech, nicméně rozdíly nejsou velké.

Na otázku „Jaký tuk používáte nejčastěji jako pomazánku na chléb, rohlík či jiné pečivo?“ uvedlo 60% respondentů odpověď „máslo, pomazánkové máslo nebo pomazánku vyrobenou z másla“, druhou nejčastější odpovědí byl „sýr nebo pomazánka vyrobená ze sýra“. Rozdíly mezi chlapci a dívkami nebyly prakticky žádné, chlapci nepatrně více používají sádlo. Značné rozdíly jsou opět u studentů různých typů škol – gymnazisté používají výrazně častěji margarín než žáci odborných učilišť (27% oproti 7%), naopak žáci učilišť výrazně více používají máslo a pomazánky z másla (70% oproti 52%).

Otázka „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a následující potraviny a nápoje?“ byla zaměřena na to, co mládež jí, a jak často jí některé vybrané potraviny a pokrmy. Otázka ve formě tabulky obsahovala celkem 26 různých skupin jídel a respondenti si mohli vždy vybrat ze čtyř nabídnutých odpovědí.

Nejvíce jako přílohy mladí lidé jedí vařené brambory – více než 90% z nich je mělo alespoň 1x v posledním týdnu, více než pětina pak alespoň 3x týdně. Hranolky a podobné smažené výrobky z brambor jedí jako přílohu mladí lidé méně často, přesto více než 40% respondentů uvedlo, že je v posledních 7 dnech mělo aspoň jednou. Chlapci jí hranolky a podobná smažená jídla z brambor o něco častěji než dívky. Chlapci jedí také výrazně častěji houskové knedlíky než dívky, v posledním týdnu je ani jednou neměla plná polovina dívek, ale „jen“ třetina chlapců.

Polovina studentů cereálie buď nejí vůbec nebo prakticky vůbec, pětina je pak jí velmi často – v posledním týdnu je měla minimálně 3x. Jak se dalo očekávat, cereálie jí častěji dívky.

Mléko a mléčné výrobky konzumují mladí studenti středních škol poměrně často – mléko nepila v posledním týdnu desetina (11%) z nich, sýry nejedlo necelých 10% a běžné jogurty pak pětina mládeže. Naopak více než 3x měla mléko či mléčné nápoje v posledním týdnu více než polovina (56%) žáků, sýry pak téměř polovina (47%) a běžné jogurty více než třetina (36%) z nich. Mnohem horší je situace v konzumaci nízkotučných, tzv. light jogurtů – ty konzumuje poměrně málo mládeže – 3/4 je nemělo v posledních 7 dnech ani jednou. Dívky konzumují častěji jogurty, zvláště pak nízkotučné, jinak rozdíly mezi pohlavími byly malé.

Nejčastěji jí mládež kuřecí, krůtí a ev. další „bílé“ maso – pouze desetina (12%) z nich neměla tento druh masa v posledním týdnu ani jednou, naopak více než pětina (22%) z nich pak alespoň 3x. Bohužel, nejméně často jí mladí lidé ryby a rybí maso – 60% z nich nekonzumovalo ryby v poslední týden ani jednou. Obecně muži jí maso častěji než ženy, potvrdila to i tato studie. Dívky konzumují méně především tmavé maso (vepřové, hovězí, ev. zvěřinu) – v posledních 7 dnech ani jednou nejedla tento druh masa třetina (31%) dívek, ale jen desetina (11%) chlapců. Naopak minimálně 3x za týden vepřové, hovězí či zvěřinu jedla téměř čtvrtina chlapců, ale „jen“ 12% dívek.

Tři pětiny (60%) respondentů uvedlo, že luštěniny v posledním týdnu vůbec nejedlo – dívky jí luštěniny méně často – to, že mělo luštěniny alespoň jednou v posledních 7 dnech uvedlo 44% chlapců a 37% dívek.

Studie, bohužel, prokázala, že uzeniny, salámy, párky, uzené maso apod. jí mládež více než by měla. Více než třetina (35%) studentů jí tyto potraviny minimálně 3x týdně, pouze 17% žáků SŠ je v posledním týdnu nejedlo ani jednou. Potvrdila se „známá pravda“, že uzeniny a podobná jídla chlapci jí častěji a také v této studii uvedli výrazně častější konzumaci těchto potravin – zatímco ani jednou uzeniny nejedla čtvrtina (24%) dívek, tak pouze desetina (10%) chlapců. Minimálně třikrát týdně jí uzeniny čtvrtina (27%) dívek, ale 43% chlapců. Ukázalo se, že uzeniny patří mezi mládeží k nejčastěji konzumovaným potravinám.

Čerstvou zeleninu neměla ani jednou za posledních 7 dnů desetina (9%) žáků středních škol, 3x a častěji za týden ji konzumuje pouze polovina (51%) mládeže. Dívky jí čerstvou zeleninu častěji než chlapci – minimálně 3x týdně ji však konzumuje pouze šest z deseti dívek (61%) a čtyři z deseti chlapců (41%). Velmi často, 5x a nebo vícekrát týdně jí zeleninu jenom 19% mládeže (26% dívek a 12% chlapců).

Čerstvé ovoce konzumují mladí lidé prakticky stejně často jako čerstvou zeleninu. Desetina (10%) respondentů uvedla, že čerstvé ovoce v posledním týdnu nejedlo ani jednou, polovina (50%) pak,

že ho jedla minimálně 3x týdně. I ovoce jí častěji dívky, šest dívek z deseti (60%) uvedlo, že ovoce jí minimálně 3x týdně, chlapců bylo výrazně méně (42%). Velmi často, 5x a nebo vícekrát týdně, jí čerstvé ovoce podobně jako zeleninu 19% mládeže (27% dívek a 12% chlapců).

Zeleninu a ovoce vařené či konzervované konzumovala v posledním týdnu polovina studentů, často, tj. minimálně 3x týdně, tyto pokrmy jí desetina respondentů. Dívky využívají konzervovanou či vařenou zeleninu či ovoce o něco častěji.

Středoškoláci více konzumují méně zdravé bílé pečivo než zdravější tmavé či celozrnné. Zatímco bílé pečivo alespoň jednou v posledním týdnu jedli prakticky všichni žáci druhých ročníků středních škol (pouze 4% respondentů uvedlo, že ho nejedlo), tak tmavé či celozrnné pečivo jedly pouze dvě třetiny (68%) žáků. Často, tj. minimálně 3x týdně, jí bílé pečivo téměř 80% studentů, ale tmavé či celozrnné pečivo pouze 30% studentů.

Chlapci jsou méně zodpovědní a konzumují tmavé a celozrnné pečivo méně častěji než dívky. Zatímco třetina (33%) dívek uvedla, že tyto druhy pečiva jí alespoň 3x týdně (a 11% dívek dokonce 5x nebo vícekrát týdně), chlapců byla pouze čtvrtina (25%).

Na stoupajícím počtu diabetiků v naší společnosti, podobně jako na rostoucím výskytu různých srdečně cévních nemocí, má značný podíl i nadměrná konzumace různých sladkostí. Tato studie mládeže potvrdila, že sladkosti – různé čokolády, zákusky a cukrovinky – jsou oblíbené i mezi mládeží, a ta je jí více než odpovídá zásadám zdravé výživy. Pouze desetina (11%) mladých středoškoláků uvedla, že v posledním týdnu neměla ani jednu žádnou sladkost, naopak 43% mladých konzumuje sladkosti minimálně 3x týdně a dokonce 15% respondentů uvedlo, že čokoládu, zákusky či jiné sladkosti jí 5x či vícekrát týdně. Rozdíly mezi dívkami a chlapci jsou malé, nevýznamné.

Velmi nezdravá, ale dost častá, je i nadměrná konzumace smažených a grilovaných pokrmů. Mladí lidé mají tato jídla ve značné oblibě, což potvrdila i tato analýza. Pouze třetina (34%) respondentů neměla v posledním týdnu ani jednu některé z těchto jídel, naopak více než desetina studentů uvedla, že smažená či grilovaná jídla měli minimálně třikrát. Potvrdilo se i to, že tento druh jídel konzumují častěji muži – zatímco téměř polovina (46%) dívek neměla žádné z těchto jídel ani jednou, chlapců byla pouze pětina (22%), naopak 17% chlapců smaženému či grilovanému holduje velmi často, minimálně 3x týdně, podobných dívek je mnohem méně – 6%.

Vajíčka a nebo pokrmy z nich nejedla v posledním týdnu třetina (33%) z oslovených studentů, naopak 14% jich jedlo vejce v posledních 7 dnech minimálně třikrát. I tato většinou nepříliš zdravá jídla jedí chlapci výrazně častěji než dívky. Ani jednou vejce nekonzumovaly dvě pětiny (39%) dívek, ale 28% chlapců, naopak minimálně 3x v týdnu jedlo vajíčka a pokrmy z nich 10% dívek, ale 18% chlapců.

K dalším oblíbeným a většinou velmi nezdravým pokrmům patří různé chipsy, brambůrky, tyčinky a podobné pochutiny. Má je ve značné oblibě i mládež – 60% respondentů uvedlo, že je v minulém týdnu konzumovalo alespoň jednou, 13% dokonce minimálně třikrát. I tyto pokrmy jí chlapci častěji než dívky.

Časté a nadměrné pití alkoholu je pro mládež v naší zemi poměrně typické a prokázané již mnohými jinými studiemi. Bohužel to dokazuje i tato studie a analýza. Pouze třetina (35%) šestnáctiletých studentů různých středních škol v Kraji Vysočina nepila v posledním týdnu ani jednou alkohol, naopak více než pětina (22%) konzumovala alkohol v posledních 7 dnech minimálně ve třech dnech, 7% pak dokonce 5x nebo vícekrát. Chlapci konzumují alkoholické nápoje výrazně častěji než dívky, pouze čtvrtina (25%) chlapců nepila v posledním týdnu žádný

alkohol, stejně abstinujících dívek je mnohem více – 45%. Naopak třetina (33%) chlapců pije alkoholické nápoje minimálně třikrát týdně, zatímco takto často pijících dívek je „pouze“ 10%.

Studie prokázala, že značné množství mladých osob pije slazené limonády, pouze necelých 15% z nich uvedlo, že v posledním týdnu nemělo ani jednou žádný slazený nápoj typu cola, kofola apod., naopak více než 40% šestnáctiletých pije tyto nápoje velmi často – minimálně 3x v týdnu. Chlapci pijí tyto slazené limonády výrazně častěji než dívky – pouze desetina chlapců uvedla, že tyto nápoje v posledních 7 dnech neměla, dívek bylo dvojnásobek – 20%. Téměř polovina (46%) chlapců pilo tyto slazené nápoje minimálně 3x v posledním týdnu, dívek bylo o 10 % méně, tj. 36%.

Další část otázek v anonymním dotazníku byla zaměřena na trávení volného času, na pohybové aktivity a používání ochranných pomůcek.

Na otázku „Pokud jezdíte na kole, používáte helmu?“ odpovídali pouze ti, kteří jezdí na kole, což bylo 90% z celkového počtu respondentů. Používání této nesmírně důležité ochranné pomůcky při jízdě na kole není, bohužel, mezi mládeží ani příliš v oblibě, ani samozřejmostí. Pouze necelých 30% šestnáctileté mládeže používá helmu vždy, 34% občas a 37% pak vůbec. Rozdíly mezi dívkami a chlapci nejsou prakticky žádné, značné rozdíly však byly zjištěny u studentů v různých typech škol. Zatímco více než 54% gymnazistů uvedlo, že tuto ochrannou pomůcku používá vždy, tak na odborných učilištích to bylo pouze necelých 8%. A naopak zatímco 8% studentů gymnázií helmu nepoužívá vůbec, na učilištích se k tomuto přiznaly téměř dvě třetiny studentů.

Značné rozdíly jsme zaznamenali i v odpovědích u žáků z jednotlivých škol. Na školách č. 3, č. 13 a č. 10 používá helmu při jízdě na kole vždy více než polovina žáků, naopak na školách č. 7, č. 8 a č. 18 používá helmu vždy pouze méně než 10% žáků a nepoužívá helmu vůbec vždy více než 60% z dotázaných.

Velké rozdíly byly zjištěny i podle velikosti bydliště. Mládež, která bydlí ve větších či velkých městech, nosí tuto důležitou a nezbytnou ochrannou pomůcku mnohem častěji než mládež na vesnicích a malých sídlech. Zatímco ve velkých městech (nad 20 tis. obyvatel) nosí helmu na kole vždy více než 40% respondentů, tak z těch, co žijí na vesnicích do tisíce obyvatel, to je pouhých 23%. Ve městech nad 5 tisíc obyvatel nosí pravidelně na kole helmu více než 38% mládeže, a naopak vůbec 29%, na vesnicích a malých městech (do 5 tisíc obyvatel) nosí pravidelně helmu pouze necelých 23% a vůbec nenosí 43% mladých studentů, dotázaných v této studii.

Na otázku „Jak často cvičíte, běháte, jezdíte na kole nebo jinak aktivně sportujete v min. délce 30 minut v „kuse“, která se týká pravidelné tělesné aktivity, odpověděla desetina žáků, že takto aktivně sportuje každý den, třetina (32%), že 3-5x týdně a více než pětina z dotázaných (23%) odpovědělo, že se takto hýbají pouze méně než 1x týdně.

Poměrně překvapivé se mohou jevit rozdíly mezi chlapci a dívkami. Pokud budeme považovat pohybovou aktivitu v délce min. 30 minut alespoň 3x týdně za uspokojivou pohybovou aktivitu, tak tyto odpovědi zvolila více než polovina chlapců (53%), ale pouze tři z deseti dívek (31%).

Určité rozdíly v odpovědích na tuto otázku byly zjištěny i u studentů podle typu škol. Na gymnáziích alespoň 3x týdně min. 30 minut v kuse aktivně sportuje 57% studentů, zatímco na ostatních SŠ a OU je to pouze necelých 40%.

Značné rozdíly v pravidelné pohybové aktivitě byly zjištěny i u žáků na jednotlivých školách. Na šesti školách uvedla minimálně 3x týdně aspoň půlhodinový sport více než polovina žáků, naopak

na jiných šesti školách to byla méně než třetina. Rozdíly v odpovědích u studentů podle velikosti bydliště nebyly velké, ani významné.

Další otázka byla zaměřena na trávení volného času, kdy respondenti měli u vybraných míst a činností zvolit jednu odpověď podle toho, kolik při této činnosti v průměru denně stráví. Přehled procentuálních odpovědí je patrný z následující tabulky (% jsou zaokrouhlena), červeně jsou vyznačeny odpovědi, které byly nejméně časté a modře pak ty, které byly nejčastější.

Tabulka: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně:“ v % (zaokrouhleno)

	žádný nebo méně než 10 minut	10 – 30 minut	30 – 60 minut	více než 1 hodinu
a) chůzí (vč. cest do a ze školy)	3	27	38	32
b) cvičením (doma, v posilovně, ve Fitness apod.)	44	30	14	12
c) jízdou na kole, plaváním, jiným sportem, tancem...	30	30	23	18
d) u televize	18	24	29	29
e) u počítače	4	12	24	60
f) v přírodě, v parku, v lese...	17	26	29	28

V průměru denně chůzí stráví více než hodinu pouze třetina studentů, nejvíce odpovědí (téměř 38%) bylo uvedeno v rozmezí 30 – 60 minut, téměř 30% respondentů pak uvedlo, že chůzí v průměru denně nestráví více než půl hodiny. Rozdíly mezi pohlavími nejsou významné.

Studenti odborných učilišť tráví chůzí více času – 39% z nich uvedlo, že chůzí denně tráví více než hodinu, zatímco stejnou odpověď zvolilo pouze 21% studentů gymnázií. Více než 30 minut času, stráveného v průměru denně chůzí, uvedli nejvíce respondenti ze školy č. 18 (87%), naopak nejméně ve škole č. 13 (50%). Rozdíly v odpovědích studentů podle velikosti bydliště nejsou významné. Obecně se dá říct, že mládež bydlící ve větších městech chodí o něco více než mládež na vesnicích a malých městech.

V průměru denně různým cvičením (tj. doma nebo v posilovně, ve Fitness apod.) stráví více než půlhodiny pouhá čtvrtina (26%) žáků SŠ, nejvíce respondentů (44%) uvedlo, že buď necvičí vůbec a nebo v průměru denně max. do 10 minut.

Rozdíly mezi pohlavími jsou významné – chlapci cvičí častěji a více než dívky. V průměru denně více než půl hodiny cvičí pouze pětina (20%) dívek, ale třetina (33% chlapců). Minimum času stráveného cvičením (v průměru denně do 10 minut) uvedlo 35% chlapců, ale více než polovina (53%) dívek. Významné rozdíly ve frekvenci cvičení mezi respondenty z různých typů škol nebyly zjištěny. Nejčastější frekvenci cvičení (více než 30 minut v průměru denně) uvedli studenti ze školy č. 3 (50%) a nejméně často pak studenti ze školy č. 1 (13%).

Rozdíly mezi studenty bydlícími v různých sídlech nejsou opět významné, nicméně dá se konstatovat, že mládež bydlící ve větších městech (nad 5 tis. obyvatel) cvičí o něco více (téměř 30% z nich cvičí v průměru denně více než 30 minut) než mládež žijící v menších městech a na vesnicích (takto cvičí pouze necelých 24% této mládeže).

Další z otázek byla zaměřena na aktivní sportování – jízdu na kole, plavání, tanec apod. Téměř 60% studentů SŠ uvedlo, že se aktivnímu sportu věnují v průměru denně méně než 30 minut,

pouhých 18% pak více než hodinu. Aktivnímu sportu se také více věnují chlapci než dívky. Více než 30 minut denně aktivně sportuje 47% chlapců oproti 34% dívek.

Významné rozdíly v odpovědích mezi studenty z různých typů škol i podle velikosti bydliště nalezeny nebyly. Nejvíce aktivního sportu uvedli žáci ze škol č. 3 a č. 8 (55% z nich odpovědělo, že se aktivnímu sportu věnují v průměru denně více než 30 minut), naopak nejméně ze školy č. 22 (14%).

Ke značným rizikům zdraví patří sedavý způsob života, často spojený se sledováním televize nebo počítače. Téměř pětina respondentů uvedla, že televizi prakticky vůbec nesledují, naopak téměř 30% ji sleduje v průměru denně více než hodinu. Nepatrně častěji sledují televizní programy chlapci. Studenti z odborných učilišť sledují televizi častěji než gymnazisté – v průměru denně více než půl hodiny ji sleduje 62 % učňů oproti 50% studentů z gymnázií. Rozdíly ve sledování televize podle velikosti bydliště nejsou významné.

Tak, jak lze očekávat, většina studentů (60%) stráví a prosedí u počítače v průměru denně více než hodinu, pouhých 16% respondentů uvedlo, že u něj tráví méně než půl hodiny denně. Potvrdil se i předpoklad, že chlapci tráví u počítače delší dobu než dívky. To, že u něj v průměru denně stráví více než hodinu, uvedlo 70% chlapců oproti 50% dívek.

Téměř všichni studenti gymnázií (92%) uvedli, že stráví u počítače v průměru denně více než půl hodiny, je to výrazně více než u studentů na učilištích, kde tento čas tráví u počítačů 71% studentů. Více než hodinu v průměru denně u počítače uvedlo 66% gymnazistů, oproti tomu 44% studentů z učilišť. Na školách č. 4 a č. 13 uvedli všichni respondenti, že tráví u počítače denně více než půl hodiny, nejmenší procento těchto odpovědí bylo zaznamenáno na škole č. 7 (63%).

Mládež bydlící na vesnicích a v menších městech stráví u počítače o něco méně času než studenti ve větších a velkých městech. Více než šest desetin (62%) mládeže, bydlící ve městech větších než 5 tis. obyvatel, stráví v průměru každý den u počítače víc než hodinu, v menších sídlech je podobných studentů „jen“ 58%. Tento rozdíl však není významný a může být i náhodný.

V přírodě, případně v lese, v parku a na podobných místech tráví v průměru denně více než hodinu 28% žáků SŠ v Kraji Vysočina, více než půl hodiny pak 57% z oslovených mladých lidí. Dívky tráví v tomto zdravém prostředí více času než chlapci – více než 30 minut v průměru denně zde stráví dvě třetiny dívek oproti 36% chlapců.

Více času v přírodě tráví studenti z odborných učilišť, nejméně pak gymnazisté. Více než v průměru 30 minut denně tam stráví 62% učňů, ale jen 43% studentů gymnázií. Nejvíce času stráveného v přírodě uvedli studenti ze škol č. 16 a č. 5 – více než 80% z nich tráví v přírodě v průměru denně více než půl hodiny. Naopak pouze 28% studentů ze školy č. 13 tráví v přírodě minimálně tento čas.

Podle očekávání mládež, žijící na vesnicích a v menších sídlech, stráví v přírodě, parku či v lese více času než mládež z větších měst. Necelých 53% žáků ze sídel nad 5 tis. obyvatel stráví v průměru denně v přírodě více než 30 minut, v menších sídlech takto tráví čas více než 60% mladých lidí.

V průměru denně více než hodinu tráví nejvíce studentů (60%) u počítače, sledováním televize pak téměř 30%, naopak aktivním sportem necelá pětina (18%) a pravidelným cvičením pak pouze 12%.

Zhruba 70% studentů uvedlo, že doma, uvnitř bytu, nikdo z dalších členů rodiny nekouří, naopak téměř 30% uvedlo, že někdo z členů rodiny doma kouří, téměř 17% dokonce přiznalo, že pravidelně nebo často. Rozdíly mezi chlapci a dívkami jsou logicky velmi malé.

K zamyšlení je skutečnost, že výrazně více studentů gymnázií uvedlo, že u nich doma nikdo nekouří – tuto odpověď zvolilo téměř 90% z nich, naopak tuto odpověď uvedlo pouze 54% respondentů z odborných učilišť.

Více studentů bydlících ve velkých městech (nad 20 tis. obyvatel) uvedlo, že u nich doma uvnitř bytu někdo kouří často nebo pravidelně – bylo jich téměř čtvrtina (24%), zatímco z vesnic do tisíce obyvatel tuto odpověď uvedlo „pouze“ 12% studentů, tzn. polovina oproti těm, co bydlí ve velkých městech.

V prostředí, kde někdo kouří, tráví svůj čas 62% šestnáctiletých teenagerů, přitom třetina z dotázaných uvedla, že v zakouřeném prostředí každý den v průměru tráví více než hodinu. Rozdíly mezi chlapci a dívkami nejsou prakticky žádné. Nejvíce v zakouřeném prostředí přebývají žáci odborných učilišť – více než 56% z nich uvedlo, že v tomto prostředí tráví denně v průměru minimálně hodinu, 36% dokonce více než 3 hodiny. Oproti tomu dvě třetiny studentů gymnázií uvedlo, že v prostředí, kde někdo kouří, nebývají vůbec nebo většinou ne. Tuto odpověď naopak zvolilo pouze 13% studentů z učilišť.

Téměř 40% šestnáctiletých studentů středních škol v Kraji Vysočina kouří, 18% kouří nepravidelně, tj. občas, a více než 21% pak pravidelně každý den.

Rozdíly mezi dívkami a chlapci prakticky nejsou – o něco více chlapců kouří pravidelně (23% chlapců oproti 20% dívek) a o něco více chlapců také kouří pravidelně denně více než 10 cigaret (chlapci – 5% a dívky – 3%). Naopak občas, nepravidelně kouří více dívek (20%) než chlapců (17%).

To, že kouří uvedlo 12% gymnazistů, ale naopak 71% studentů odborných učilišť. Pravidelně denně kouří „pouze“ necelá 3% studentů gymnázií, ale již 20% studentů z „ostatních“ SŠ a dokonce téměř polovina (50%) učňů. Pětina (20%) učňovské mládeže pak kouří denně více než 10 cigaret.

Značné rozdíly jsou patrné také u jednotlivých škol – ve třech školách více než 2/3 žáků přiznalo, že kouří, přičemž na školách č. 7 a č. 8 dokonce více než polovina žáků kouří pravidelně. Nejméně kuřáků je na školách č. 10, č. 13 a č. 3 – všude méně než 15%.

Naopak nebyly zjištěny prakticky žádné rozdíly v odpovědích respondentů, co se týče kouření, podle velikosti svého bydliště. Velikost obce či města, kde mladí lidé bydlí, nehraje v otázce kouření zřejmě žádnou roli.

Většina současných studentů – nekuřáků (84%) nekouřila nikdy ani v minulosti, menšina, tj. 16%, v minulosti kouřila, a pouze 3% více než rok. Rozdíly mezi pohlavími jsou velmi malé, počet nikdy nekouřících se u dívek i chlapců prakticky shoduje. Zatímco ze současných nekuřáků na gymnáziích nikdy předtím nekouřilo 92% respondentů, tak na odborných učilištích to je pouze 65%.

Z těch, kteří v současnosti kouří, jich více než tři roky kouří téměř třetina, znamená to, že s kouřením začali nejpozději ve svých třinácti letech. Pokud toto přepočítáme na celkový počet respondentů, znamená to, že 13% šestnáctileté mládeže začíná kouřit nejpozději ve svých třinácti

letech. Připočteme-li k tomu i ty studenty, kteří kouří v šestnácti letech déle jak rok, vychází, že 30% mladých lidí začíná kouřit nejpозději v 15 letech.

Rozdíly mezi dívkami a chlapci jsou v tom smyslu, že více než 3 roky již v šestnácti letech kouří více chlapců, a to 35% z těch, co v současnosti kouří, zatímco dívek takto dlouho kouří 28%. Znamená to, že 14% chlapců a 11% dívek začíná kouřit nejpозději ve třinácti letech.

Nejen, že nejvíce kouří, ale i nejdříve začíná kouřit mládež studující odborná učiliště. Více než pětina (21%) z celkového počtu učňů začíná kouřit již ve 13 letech nebo dříve.

Pouze necelých 14% studentů druhých ročníků SŠ v Kraji Vysočina nezná osobně nikoho, kdo kouří marihuanu. Dívek, které nikoho osobně neznají, je více (16%), chlapců méně (11%). Naopak tři čtvrtiny (75%) šestnáctiletých zná osobně více lidí, kteří „trávu“ kouří. Výrazně více studentů na odborných učilištích zná osobně někoho, kdo marihuanu kouří – je to více než 83% učňů, zatímco na gymnáziích to je 68% studentů. Na osmi školách zná více než 90% studentů alespoň jednu osobu, která kouří marihuanu, a pouze na dvou školách je těchto studentů méně než tři čtvrtiny. Významné rozdíly v odpovědích na tuto otázku podle velikosti bydliště respondentů zjištěny nebyly.

Osobně někoho (alespoň 1 osobu), kdo užívá nějakou jinou drogu než marihuanu, zná 30% z oslovených studentů, téměř 18% zná dokonce více než jednu osobu. Rozdíly mezi dívkami a chlapci nejsou významné.

Ve shodě s předcházejícími zjištěnými výsledky studie ukázala, že větší procento studentů z učilišť zná osobně někoho, kdo užívá tzv. tvrdou drogu – v anonymním dotazníku to přiznalo 36% z nich, v ostatních školách to je méně – uvedlo to 19% studentů gymnázií a 31% respondentů z ostatních středních škol. Na školách č. 16 a č. 7 zná polovina žáků osobně alespoň jednoho člověka, který užívá nějakou jinou drogu než je marihuana, na školách č. 1 a č. 7 zná třetina studentů osobně více osob, které užívají některou z tzv. tvrdých drog.

Zatímco v malých a menších obcích zná osobně někoho, kdo bere jiné drogy než je marihuana 27% mladých lidí, ve velkých městech, kde žije více než 20 tis. obyvatel, je to již 38% šestnáctiletých. Naznačuje to minimálně skutečnost, že ve městech mládež užívá drogy více než na vesnicích. Toto potvrzují i odpovědi respondentů na další dvě otázky.

Téměř 36% šestnáctiletých uvedlo, že někdy (alespoň jednou) v životě užívali nějakou drogu mimo alkoholu a kouření cigaret. Každý pátý student pak uvedl, že nějakou drogu užíval opakovaně. Chlapci jsou na tom ve srovnání s děvčaty hůře – drogu vyzkoušeli čtyři z deseti chlapců (39%) oproti třetině dívek (33%). Podobně je více i chlapců, kteří v životě užili nějakou drogu vícekrát – uvedlo to 24% chlapců oproti 16% dívek.

Poměrně značné rozdíly byly opět zaznamenány v odpovědích respondentů podle jednotlivých typů škol. Zatímco 28% studentů z gymnázií přiznalo, že již v životě nějakou drogu vyzkoušelo, na učilištích to bylo mnohem více – 45%. Vícekrát do svých 16 let drogu vyzkoušelo 13% gymnazistů, 20% studentů z „ostatních“ SŠ a 28% učňů.

Ve dvou školách více než polovina respondentů uvedla, že někdy v životě nějakou drogu vyzkoušela, pouze v jedné škole tento počet klesl pod 20%. Drogu alespoň jednou užilo 34% šestnáctiletých středoškoláků bydlících v menších sídlech do tisíce obyvatel, ale již 41% studentů bydlících ve městech větších než 20 tisíc obyvatel.

Téměř 12% šestnáctiletých studentů druhých ročníků SŠ v Kraji Vysočina v anonymním dotazníku přiznalo, že užívá v současnosti nějakou drogu (mimo alkoholu a cigaret). Minimálně 2x týdně drogy užívají více než 3% z dotazované mládeže, více než 8% pak užívá nějakou drogu alespoň občas.

Mezi chlapci a dívkami jsou značné rozdíly. Chlapci užívají drogy výrazně častěji – alespoň občas je užívá více než 15% chlapců, zatímco dívek je necelých 8%. Více než 2x týdně nějakou drogu užívá téměř 5% chlapců a 2% dívek.

Pravidelně každý den nebo častěji než 2x týdně užívá v současnosti nějakou drogu necelé 1% gymnazistů, zhruba 3% studentů z „ostatních“ SŠ, ale již více než 9% učňů. Pravidelně, často a nebo občas užívá nějakou drogu 3% gymnazistů, téměř pětina učňů a 12% studentů z „ostatních“ středních škol.

Ve třech školách bylo zjištěno, že více než pětina žáků užívá v současnosti nějakou drogu (pravidelně nebo „jen“ i občas), na jiných třech školách se k užívání drog nepřiznal žádný z dotázaných respondentů.

Mládež ve velkých městech našeho kraje bere drogy častěji než ti, co bydlí v menších sídlech. Alespoň občas nebo i pravidelně užívá nějakou drogu 17% mladých středoškoláků, kteří bydlí v městech větších než 20 tis. obyvatel, naproti tomu 10% těch, kteří bydlí v menších městech či obcích. Pravidelně, tzn. minimálně 2x týdně, užívá nějakou drogu 6% šestnáctiletých z měst nad 20 tisíc a polovina (3%) mládeže z menších měst či obcí.

Na otázku „Pokud nějakou drogu v současnosti užíváte, o jaký druh drogy se jedná?“ samozřejmě odpovídali pouze ti respondenti, kteří v předchozí otázce odpověděli, že v současné době užívají nějakou drogu. V otázce jim byly nabídnuty některé druhy drog, případně měli uvést i jiné druhy, pokud je užívají.

Celkem 12 respondentů uvedlo, že užívají větší počet drog – jedenáct jich uvedlo 2 různé drogy a jeden pak 4 různé drogy. Ve výčtu jednoznačně převažuje užívání marihuany, uvedlo ji 99% studentů z těch, kteří užívají drogy, dále následují lysohlávky (5%), hašiš (4%) a pervitin (3%).

Pokud přepočteme tato čísla na celý soubor respondentů, tak zjistíme, že 11,4% z dotázaných užívá v současnosti marihuanu, 0,6% studentů pak lysohlávky, 0,5% hašiš a 0,4% pervitin.

Další otázka byla zaměřená na pití alkoholických nápojů. Mezi šestnáctiletou mládeží jsou pouze 3% abstinentů, kteří vůbec nepijí alkohol. Naopak pětina (20%) z nich pije alkohol minimálně 2x týdně a většina (58%) pak alkohol pije občas, několikrát za měsíc či jednou týdně.

Zdá se, že alkohol zůstává záležitostí spíše mužů a chlapců – 29% z nich již v 16 letech pije alkohol pravidelně, tj. aspoň 2x týdně. Dívky pijí prokazatelně méně – 11% z nich pije alkohol pravidelně minimálně 2x týdně, alkohol pak zcela výjimečně pije a nebo přímo abstínuje téměř 27% dívek.

Studenti odborných učilišť pijí alkohol výrazně více než ostatní studenti. Minimálně 2x týdně pije alkohol již ve věku šestnácti let téměř třetina (31%) učňů, téměř 6% pak dokonce pije alkohol častěji než 4x týdně. Naopak „pouze“ necelých 5% gymnazistů pije alkohol minimálně 2x týdně a je mezi nimi i nejvíce abstinentů (4%).

Nejvíce „často“ (tzn. alespoň 2x týdně) pijí studenti ve školách č. 18, č. 15 a č. 6 – ve všech těchto školách pije „často“ více než třetina studentů. Naopak nejméně „často“ bylo zjištěno ve školách

č. 14 a č. 10 – vždy méně než 5%. Nejvíce abstinentů je ve školách č. 20 a č. 6 – více než 7%, v pěti školách neuvedl nikdo, že je abstinentem. Rozdíly v pití alkoholu podle velikosti bydliště jsou velmi malé a nevýznamné.

Na pití alkoholu navazovala další otázka, týkající se opilosti, a to „Kolikrát jste byl/a v posledním půl roce, tj. v posledních šesti měsících, opilý/á (tak, že Vám bylo druhý den špatně)?“ Pouze necelých 30% studentů z druhých ročníků středních škol v Kraji Vysočina nebylo v posledním půlroce ani jednou opilých tak, že by jim bylo druhý den špatně. Naopak pětina z nich byla za pouhý půlrok takto opilá více než 4x a další čtvrtina byla opilá 2 – 4x.

Chlapci se „snažili“ mnohem více – výrazně více z nich bylo opilých než tomu bylo u dívek. Častěji než 1x se v posledním půlroce opila (tak, že jim bylo druhý den špatně) více než polovina (52%) chlapců a více než třetina (35%) dívek. Více než 4x se opila pětina (20%) chlapců a 12% dívek. Ani jednou se za půlrok neopila pouze necelá čtvrtina (24%) chlapců a třetina dívek (34%).

Studenti odborných učilišť se opíjejí výrazně častěji než studenti z jiných středních škol. Více než 87% učňů se za poslední půl rok opilo alespoň jednou (tak, že jim bylo druhý den špatně), více než třetina (36%) učňů se pak opila častěji než 4x. Nejméně se opíjejí (a nebo přiznávají opilost) gymnazisté – přesto více než polovina (54%) z nich se v posledních 6 měsících opila alespoň jednou a 17% pak minimálně 4x.

Ve čtyřech školách více než 60% respondentů uvedlo, že se za toto období opilo vícekrát. Pouze v jediné škole (č. 13) bylo takto často opilých studentů méně než 24% a v šesti školách pak méně než 30%. Častěji se opíjejí mladí lidé bydlící na vesnicích, tj. v sídlech do tisíce obyvatel – vícekrát se za poslední půl roku opila téměř polovina (47%) zde bydlících respondentů, zatímco ve větších sídlech to je méně – v průměru 38%.

Na otázku „Měl/a jste již pohlavní styk“ odpověděly ve svých 16 letech kladně dvě třetiny (64%) studentů středních škol. Naopak třetina (36%) sexuální zkušenost v tomto věku dosud nemá. Rozdíl mezi dívkami a chlapci v sexuálních zkušenostech je poměrně zřetelný – pohlavní styk v šestnácti letech mělo 70% dívek a 59% chlapců.

Největší sexuální zkušenosti mají žáci odborných učilišť – 80% z nich má již ve druhém ročníku střední školy za sebou alespoň jeden pohlavní styk, podobnou zkušenost má polovina (50%) gymnazistů a téměř dvě třetiny (64%) žáků z „ostatních“ SŠ. Na dvou školách (č. 16 a č. 7) uvedlo více než 90% studentů, že již mělo pohlavní styk, naopak pouze na dvou školách (č. 10 a č. 4) uvedlo tuto skutečnost méně než 50% studentů. Rozdíly v odpovědích podle velikosti bydliště jsou zcela nevýznamné.

Na otázku „Kolik jste měl/a/ dosud sexuálních partnerů?“ samozřejmě odpovídali pouze respondenti, kteří již měli pohlavní styk. Více než třetina (36%) z nich měla dosud jednoho partnera a více než 64% pak partnerů více. Více než 3 partnery mělo v šestnácti letech více než 24% žáků z těch, co již měli pohlavní styk. Pokud uvedené počty přepočteme na celý soubor, dostaneme přesnější obrázek o sexuálních zkušenostech šestnáctiletých. Téměř 36% studentů doposud nemělo pohlavní styk, 23% mělo jednoho sexuálního partnera, téměř 26% dva až tři partnery a téměř 16% šestnáctileté mládeže má za sebou sexuální zkušenost se čtyřmi, případně i více partnery.

Mezi dívkami a chlapci byly zjištěny určité rozdíly. Jak již bylo uvedeno, větší procento dívek mělo již alespoň jeden pohlavní styk. Výrazně více dívek (28%) mělo doposud jednoho sexuálního partnera (oproti 18% chlapců). Chlapci však více střídají své partnerky než dívky partnery. Více

než tři partnerky (tzn. 4 a více) mělo v 16 letech již více než 17% chlapců a více než 3 partnery pak 14% dívek.

Výrazné rozdíly byly zjištěny u studentů z různých typů škol. Čtyři a více sexuálních partnerů již v šestnácti letech mělo 4% gymnazistů, 15% studentů z „ostatních“ SŠ a 30% studentů odborných učilišť. Ve dvou školách (č. 8 a č. 21) uvedlo více než 40% respondentů z těch, co měli pohlavní styk, že měli více než tři sexuální partnery, naopak ve dvou školách (č. 13 a č. 10) měli všichni z těch, co již měli pohlavní styk, méně než čtyři sexuální partnery.

Z těch studentů, co uvedli, že již měli pohlavní styk, mělo více než tři sexuální partnery 36% studentů, kteří bydlí ve městech větších než 20 tis. obyvatel, zatímco z těch, co bydlí v obcích menších než tisíc obyvatel, má tuto zkušenost zhruba polovina mladých (20% z těch, co již měli pohlavní styk). Pokud toto vztáhneme na celý soubor, zjistíme, že více než 3 partnery ve svých šestnácti letech měla již téměř čtvrtina (24%) z těch, co bydlí ve městech větších než 20 tis. obyvatel. V ostatních menších sídlech je to výrazně méně.

Otázka „Pokud máte s někým pohlavní styk, používáte kondom (prezervativ)?“ byla směřována na bezpečné sexuální chování, na používání kondomu, tj. na používání ochrany před početím, ale především před možnou nákazou HIV virem či před dalšími sexuální cestou přenosnými nákazami, vč. virových hepatitid.

Kondom vždy (tj. pokaždé) při pohlavním styku používá jen necelých 42% šestnáctiletých studentů (z těch, co již mělo pohlavní styk), více než pětina pak nepoužívá kondom vůbec.

Možná překvapivě uvedly dívky výrazně častěji to, že kondom nepoužívají vůbec. Zatímco tuto skutečnost uvedlo „pouze“ 13% chlapců, tak dívek, které mívají pohlavní styk bez použití kondomu, je téměř 30%. Vždy, tj. při každém pohlavním styku, používá kondom 47% chlapců, ale jen 37% dívek.

Nejčastěji „vždy“ používají kondom při pohlavním styku studenti gymnázií (50% z nich), je to výrazně častěji než tak činí studenti odborných učilišť (34%). Naopak – „jen“ necelých 12% učňů nepoužívá kondom při pohlavním styku vůbec, z tohoto pohledu jsou pak studenti ostatních SŠ i gymnázií ve svém chování rizikovější – více než 23% z nich kondom nepoužívá vůbec.

Studie ukazuje, že mladí lidé na vesnicích jsou (možná dost překvapivě) zodpovědnější než ti, co bydlí ve větších sídlech. Téměř polovina (49%) z těch, kteří bydlí na vesnicích do tisíce obyvatel, uvedli, že při pohlavním styku vždy používají kondom, zatímco ve městech nad 20 tis. obyvatel, to uvedla pouze třetina (34%) šestnáctiletých respondentů.

5 ZÁVĚR A KLÍČOVÁ ZJIŠTĚNÍ

Jak žije mládež v Kraji Vysočina, jak je zdravá či nemocná, co považuje ve svém životním stylu za důležité, tím si lámou hlavu rodiče, učitelé ve školách i odborníci a politici, kteří se zaměřují na prevenci nemocí a podporu zdraví.

Cílem projektu „Analýza životního stylu a zdraví mládeže v Kraji Vysočina“, který je ojedinělým projektem v celé České republice, bylo alespoň na některé z těchto otázek odpovědět. Studie, do které byl zahrnut dostatečně velký a reprezentativní vzorek šestnáctileté mládeže, zajisté přinesla mnoho velmi zajímavých výsledků. Odpověděla např. na to, jak mládež v Kraji Vysočina žije, jak se věnuje pohybové aktivitě, jaké jsou její stravovací zvyklosti, jaký má vztah k rizikovému

chování, zejména k alkoholu, drogám a kouření, jak se sexuálně chová a na jaké úrovni jsou některé její důležité ukazatele zdravotního stavu.

Výsledky této studie jsou velmi podobné výsledkům, které byly zjištěny v nedávných letech mezinárodní studií HBSC, která byla realizována i v České republice.

Smyslem studie bylo také poskytnout důležitá a objektivní data pro širší odbornou i laickou veřejnost, pro odborníky v praxi, ale i pro politickou reprezentaci kraje. Lze očekávat, že výsledky této analýzy budou využity i při plánování a realizaci poskytování zdravotní péče, prevence nemocí a podpory zdraví v Kraji Vysočina. Lze očekávat, že studií zjištěné nepříliš příznivé výsledky životního stylu a zdravotního stavu mládeže povedou k prosazení a realizaci mnohých primárně preventivních aktivit a projektů zaměřených především na dětskou populaci a mládež, které následně přinesou zlepšení zjištěného stavu. I proto, že životní styl je pro zdraví mládeže i dospělých lidí naprosto zásadní. Životní styl a chování výrazně ovlivňuje vznik i průběh mnohých chronických neinfekčních nemocí, které jsou hlavní příčinou úmrtí, a které způsobují zejména ve zdravotnictví, v sociální oblasti a v ekonomice enormní ztráty.

Autoři, kteří realizovali tuto studii a analýzu věří, že zjištěné výsledky a data budou sloužit jako východisko a základní stavební kámen při tvorbě zdravotní politiky, strategií, zásadních zdravotnických koncepcí, preventivních programů a programů podpory zdraví v Kraji Vysočina. I proto, že Kraj Vysočina je „Zdravým Krajem“.

Na úplný závěr si dovolíme shrnout klíčová zjištění této studie, které považujeme za nejdůležitější:

Krevní tlak vyšší než 130/80 mm Hg byl zjištěn u pětiny šestnáctiletých studentů – u 28% chlapců a 15% dívek. Krevní tlak vyšší než 140/90 mm Hg byl zjištěn u 5% mládeže.

Téměř 13% studentů má zvýšenou hladinu celkového cholesterolu v krvi (tj. vyšší než 5,2 mmol/l) a 2% pak dokonce hladinu vyšší než 6,2 mmol/l, což je považováno za vysoké riziko. Cholesterol vyšší než 5,2 mmol/l má pětina dívek a čtyřikrát méně (5%) chlapců.

Nadváhou či obezitou trpí více než pětina studentů, necelých 5% je pak již obézních. Nadváhou a obezitou trpí výrazně více chlapci než dívky, nadváhu či obezitu má 15% dívek a více než 30% chlapců. Nadváhou či obezitou častěji trpí žáci učilišť (39% z nich), gymnazistů je 13%.

Polovina žáků středních škol má zvýšené nebo vysoké % tělesného tuku, téměř 60% má podprůměrnou či nedostatečnou tělesnou zdatnost. Výrazně horší tělesná zdatnost byla zjištěna u dívek a u učňů – zvýšené či vysoké % tělesného tuku má 40% studentů na gymnáziích, ale 60% učňů.

Více než pětina respondentů pokládá svůj zdravotní stav za velmi dobrý a více než polovina pak za spíše dobrý.

Více než dvě třetiny z dotázaných žáků SŠ uvedlo, že jim byl krevní tlak v ordinaci lékaře měřen v průběhu posledního roku, 77% respondentů pak uvedlo, že doposud jim nebyla stanovena hladina cholesterolu v krvi nebo že neví, že by jim toto vyšetření bylo někdy provedeno.

U zubního lékaře bylo v posledním roce 90% studentů SŠ. Pouze 6% mladých lidí si čistí zuby minimálně 3x denně.

Pravidelně snídá pouze 41% z dotazovaných studentů, pětina pak nesnídá vůbec a nebo jen výjimečně. Polovina studentů nejí vůbec nebo prakticky vůbec cereálie, mléko a mléčné výrobky konzumují mladí studenti středních škol poměrně často s výjimkou nízkotučných jogurtů – 3/4 z nich je nemělo v posledních 7 dnech ani jednou. Rybí maso jí mladí velmi málo – 60% z nich

nekonsumovalo ryby v poslední týdně ani jednou. Chlapci jí maso častěji než ženy, zejména vepřové a hovězí. Podobně chlapci konzumují velmi často uzeniny, salámy a podobné výrobky – minimálně třikrát týdně je jí 43% chlapců.

Čerstvou zeleninu a ovoce neměla ani jednou za posledních 7 dnů desetina žáků SŠ, velmi často, tj. 5x a nebo vícekrát týdně, jí zeleninu a ovoce jen 19% mládeže (26% dívek a 12% chlapců).

Středoškoláci výrazně více konzumují méně zdravé bílé pečivo než zdravější tmavé či celozrnné. 43% mladých konzumuje sladkosti minimálně 3x týdně a dokonce 15% 5x či vícekrát týdně. 60% respondentů uvedlo, že v minulém týdnu konzumovalo různé chipsy a brambůrky alespoň jednou, 13% dokonce minimálně třikrát.

Více než pětina středoškoláků konzumovala alkohol v posledních 7 dnech minimálně ve třech dnech, 7% pak dokonce 5x nebo vícekrát, chlapci konzumují alkoholické nápoje výrazně častěji – třetina chlapců pije alkohol minimálně třikrát týdně. Studie prokázala i značnou oblíbenost sladkých nápojů (coly, kofoly apod.) – více než 40% šestnáctiletých pije tyto nápoje minimálně 3x týdně, přičemž chlapci pijí tyto nápoje výrazně častěji.

Pouze necelých 30% šestnáctileté mládeže používá při jízdě na kole helmu vždy, 34% občas a 37% pak vůbec. Mládež, která bydlí ve větších či velkých městech, nosí tuto ochrannou pomůcku mnohem častěji než mládež na vesnicích a malých sídlech. Vždy helmu používá 54% gymnazistů, ale pouze 8% učňů.

Pouze desetina žáků SŠ uvedla, že v minimální délce 30 minut aktivně sportuje každý den, čtvrtina pak, že se takto hýbají pouze méně než 1x týdně.

V průměru denně více než hodinu tráví nejvíce studentů (60%) u počítače, sledováním televize pak téměř 30%, naopak chůzí jen třetina z nich, aktivním sportem necelá pětina (18%) a pravidelným cvičením pak pouze 12%.

Zhruba 30% studentů uvedlo, že doma, uvnitř bytu, někdo z členů rodiny kouří, téměř 17% dokonce přiznalo, že pravidelně nebo často. V prostředí, kde někdo kouří, tráví svůj čas 62% teenagerů, přitom třetina uvedla, že tam každý den v průměru stráví více než hodinu.

Téměř 40% šestnáctiletých studentů středních škol v Kraji Vysočina kouří, 18% kouří nepravidelně, tj. občas, a více než 21% pak pravidelně každý den. Pravidelně kouří o něco více chlapců (23% chlapců oproti 20% dívek) a o něco více chlapců také kouří pravidelně denně více než 10 cigaret (chlapci – 5% a dívky – 3%). To, že kouří, uvedlo 12% gymnazistů, ale naopak 71% studentů odborných učilišť. Pětina učňovské mládeže kouří denně více než 10 cigaret. 13% šestnáctileté mládeže začíná kouřit nejpozději ve svých třinácti letech, 30% mladých lidí začíná kouřit nejpozději v 15 letech. Nejdříve začíná kouřit mládež studující odborná učiliště – více než pětina z nich začíná kouřit již ve 13 letech nebo dříve.

Pouze necelých 14% studentů nezná osobně nikoho, kdo kouří marihuanu. Osobně někoho, kdo užívá nějakou jinou drogu než marihuanu, zná 30% z oslovených studentů.

Téměř 36% šestnáctiletých uvedlo, že někdy v životě užívali nějakou drogu mimo alkoholu a kouření cigaret. Každý pátý student pak uvedl, že nějakou drogu užíval opakovaně. Téměř 12% studentů přiznalo, že nějakou drogu užívá v současnosti. Chlapci užívají drogy výrazně častěji – alespoň občas je užívá více než 15% chlapců, zatímco dívek je necelých 8%. Mládež ve velkých městech bere drogy častěji než ti, co bydlí v menších sídlech. Ve výčtu užívaných drog převažuje marihuana – uvedlo ji 99% studentů z těch, kteří užívají drogy, dále následují lysohlávky (5%), hašiš (4%) a pervitin (3%).

Mezi šestnáctiletou mládeží jsou pouze 3% abstinentů, naopak pětina pije alkohol minimálně 2x týdně. Téměř třetina chlapců již v 16 letech pije alkohol pravidelně, tj. aspoň 2x týdně. Studenti odborných učilišť pijí alkohol výrazně více – minimálně 2x týdně třetina z nich. Pětina studentů byla v posledním půl roce opilá (tak, že jim bylo druhý den špatně) více než 4x. Výrazně častěji jsou opilí chlapci – více než 4x se za poslední půl rok opila pětina chlapců a 12% dívek. Studenti

odborných učilišť se opíjejí výrazně častěji – více než třetina z nich se za posledních 6 měsíců opila minimálně 4x.

Na otázku „Měl/a jste již pohlavní styk“ odpověděly ve svých 16 letech kladně dvě třetiny (64%) studentů středních škol – pohlavní styk mělo 70% dívek a 59% chlapců. Největší sexuální zkušenosti mají žáci odborných učilišť – 80% z nich má již za sebou alespoň jeden pohlavní styk.

Více než třetina z těch studentů, kteří již měli pohlavní styk, měla dosud jednoho partnera a dvě třetiny pak již partnerů více, čtvrtina pak dokonce 4 a více partnerů. Znamená to, že 36% studentů doposud nemělo pohlavní styk, 23% mělo jednoho sexuálního partnera, téměř 26% dva až tři partnery a téměř 16% šestnáctileté mládeže má za sebou sexuální zkušenost se čtyřmi, případně více partnery. Chlapci více střídají své partnerky než dívky partnery, více než tři partnerky mělo v 16 letech již více než 17% chlapců a více než 3 partnery pak 14% dívek. Čtyři a více sexuálních partnerů již v šestnácti letech mělo 4% gymnazistů, 15% studentů z „ostatních“ SŠ a 30% studentů odborných učilišť. Více než 3 partnery ve svých šestnácti letech měla již čtvrtina z těch, co bydlí ve městech větších než 20 tis. obyvatel, v ostatních, menších sídlech je to výrazně méně.

Kondom vždy (tj. pokaždé) při pohlavním styku používá jen necelých 42% šestnáctiletých studentů (z těch, co již mělo pohlavní styk), více než pětina pak nepoužívá kondom vůbec. Dívky uvedly výrazně častěji to, že kondom nepoužívají vůbec – je jich 30% oproti 13% chlapců. Nejčastěji „vždy“ používají kondom při pohlavním styku studenti gymnázií (50%), je to výrazně častěji než tak činí studenti odborných učilišť (34%).

Projekt „Analýza životního stylu a zdraví mládeže v Kraji Vysočina“ realizoval kolektiv:

Hana Pokorná

Lenka Vrzalová

MUDr. Irena Zimenová

MUDr. Stanislav Wasserbauer

Autoři této studie a analýzy děkují všem, kteří spolupracovali na její realizaci, zejména pak studentkám, vedení a učitelkám Střední zdravotnické školy a Vyšší odborné školy zdravotnické Jihlava a Státnímu zdravotnímu ústavu.

6 PŘÍLOHY

6.1 Příloha č. 1: Dotazník pro studentky a studenty středních škol v Kraji Vysočina

6.2 Příloha č. 2: Hodnoty vyšetřovaných ukazatelů zdravotního stavu