

# Letni posvet o izobraževanju odraslih 2023 Samouresničeni. Povezani. Močni.

17. in 18. oktober 2023, Grand Hotel Bernardin, Portorož, Dvorana Europa

<https://web.acs.si/lp2023> #LPoIO2023

## Zdravstvena pismenost

Doc.dr. Tanja Rupnik Vec

Andragoški center

Doc.dr. Tamara Štemberger Kolnik

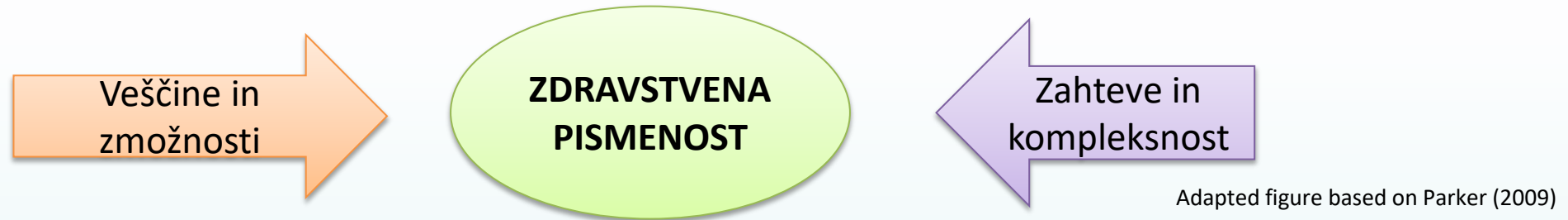
Fakulteta za zdravstvene vede v Celju



Letni posvet  
o izobraževanju odraslih

## Kaj je zdravstvena pismenost?

# ZDRAVSTVENA PISMENOST RELACIJSKI KONCEPT



Zdravstvena pismenost presega individualno raven.

**POPULACIJSKA  
ZDRAVSTVENA PISMENOST**

**ORGANIZACIJSKA  
ZDRAVSTVENA PISMENOST**

Je družbeni koncept, ki zajema razsežnost promocije zdravja ter vključuje vse resorje, ki kakor koli pripomorejo k dvigu kakovosti življenja

Je koncept, ki zajema razsežnost vključevanja pacienta kot samoučinkovitega, v proces njegovega zdravljenja in zdravstvene delavce osredotočene na individualne potrebe pacienta.

Letni posvet koordinira:



Andragoški center Republike Slovenije  
Slovenian Institute for Adult Education

**EVROPSKO  
LETO  
SPRETNOSTI**

Letni posvet o izobraževanju odraslih 2023  
<https://web.acs.si/2023>

Naročnik:



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE

# KAKO RAZLOŽIM KAJ JE ZDRAVSTVENA PISMENOST na individualni ravni



Letni posvet koordinira:



Andragoški center Republike Slovenije  
Slovenian Institute for Adult Education



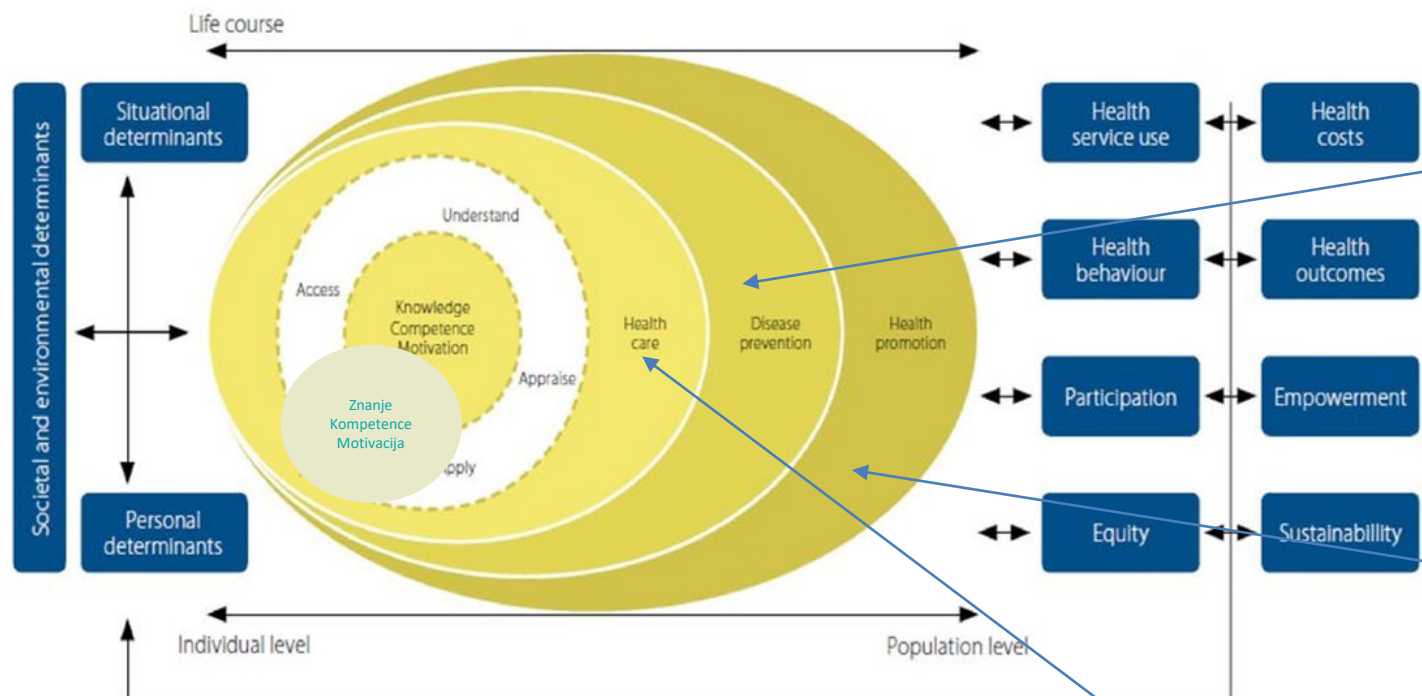
Letni posvet o izobraževanju odraslih 2023  
<https://web.acs.si/2023>

Naročnik:



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE

# Konceptualni model zdravstvene pismenosti



Dimenzija **obvladovanja kronične bolezni** se nanaša na dolgotrajno zdravstveno stanje, ki zahteva stalno samooskrbo in dolgotrajno spremljanje v sistemu zdravstvenega varstva.

Dimenzija **promocije zdravja** znotraj modela vključuje opolnomočenje posameznikov in skupnosti, da skrbijo za svoje zdravje in dobro počutje

Sørensen et al., Health literacy and public health: A systematic review and integration of definitions and models. *BMC Public Health*. 2012;12:80

Dimenzija **zdravstveno varstvo**, čemur bi lahko rekli tudi »krmarjenje/navigacija po zdravstvenem sistemu«. Ta razsežnost se nanaša na posameznikovo sposobnost krmarjenja po sistemu zdravstvenega varstva, vključno z iskanjem in dostopom do ustrezne oskrbe in storitev.



# Zdravstvena pismenost – operacionalizacija koncepta

- Model zdravstvene pismenosti Sørensen et al. (2012):

Domene	Dostop / pridobivanje informacij, pomembnih za zdravje	Razumevanje informacij, ki so pomembne za zdravje	Presoja / ocena informacij, pomembnih za zdravje	Prenos / uporaba informacij, pomembnih za zdravje
Dimenzija				
<b>zdravstvenega varstva</b>	Sposobnost dostopa do informacij o zdravstvenih ali kliničnih problemih	Sposobnost razumevanja zdravstvenih informacij in izpeljave njihovih pomenov	Sposobnost interpretacije in ocene zdravstvenih informacij	Sposobnost preišljene odločitve o zdravstvenih vprašanjih
<b>preprečevanja bolezni</b>	Sposobnost dostopa do informacij o dejavnih tveganja	Sposobnost razumevanja informacij o dejavnih tveganja in izpeljave njihovih pomenov	Sposobnost razlage in ocene informacij o dejavnih tveganja	Sposobnost presojati o ustreznosti informacij o dejavnih tveganja
<b>promocije zdravja</b>	Sposobnost pridobivanja informacij, v povezavi z zdravjem v socialnem okolju	Sposobnost razumevanja informacij v zvezi z zdravjem in izpeljave njihovih pomenov	Sposobnost razlage in ocene informacij o vprašanjih, povezanih z zdravjem	Sposobnost oblikovanja stališča o zdravstvenih vprašanjih

Letni posvet koordinira:



Letni posvet o izobraževanju odraslih 2023  
<https://web.acs.si/2023>

Naročnik:



REPUBLIKA SLOVENIJA  
 MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE

# Prva Nacionalna raziskava zdravstvene pismenosti v Sloveniji (HLS-SI 19-21)

NIJZ Nacionalni inštitut za javno zdravje REPUBLIKA SLOVENIJA MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE ZaPiS JASNA POT DO ZDRAVJA EVROPSKA UNIJA SKLAD ZA SOCIALNI SKLAD

## NACIONALNA RAZISKAVA O ZDRAVSTVENI PISMENOSTI 2020

Zahvaljujemo se vam za pripravljenost sodelovati v Nacionalni raziskavi o zdravstveni pismenosti. Raziskava pokriva področje zdravstvene pismenosti, ki pomeni zmožnost dostopanja, razumevanja, presoje in uporabe zdravstvenih informacij za vsakodnevne odločitve, povezane z zdravstveno oskrbo, preprečevanjem bolezni in promocijo zdravja. Prosimo vas, da pri vprašanih, kjer ni posebnih navodil za izpolnjevanje, obkrožite ustrezen odgovor. Vprašalnik lahko izpolnjuje samo oseba, izbrana v vzorec. Prosimo vas, da izpolnjeni anketni vprašalnik čim prej vrnete po pošti v priloženi pisemski ovojnici.

### ZDRAVSTVENA PISMENOST

Z naslednjimi vprašanji bi radi ugotovili, katere naloge, povezane z ravnanjem z zdravstvenimi informacijami, so bolj ali manj lahke ali težke. Naslednja vprašanja so v zvezi z zdravstveno pismenostjo glede zdravstvenega varstva. Na naslednja vprašanja boste odgovarjali na lestvici od »zelo lahko« do »zelo težko«.

HLS-EU Kako lahko ali težko ...  
(Tabelo izpolnjujte po vrsticah!)

	Zelo lahko.	Lahko.	Težko.	Zelo težko.
1 ...NAJDETE informacije o simptomih bolezni, ki so pomembne za vas?	4	3	2	1
2 ...NAJDETE informacije o zdravljenju bolezni, ki so pomembne za vas?	4	3	2	1
3 ...NAJDETE informacije o tem, kako ravnati v nujnih zdravstvenih primerih?	4	3	2	1
4 ...IZVESTE, kje dobiti strokovno pomoč, ko ste bolni (npr. zdravnik, medicinska sestra, farmacevt, psiholog)?	4	3	2	1
5 ...RAZUMETE, kar vam pove zdravnik?	4	3	2	1
6 ...RAZUMETE navodila za uporabo, ki so priložena zdravilu? (informacije ali navodila, ki jih dobite v pisnih navodilih z zdravilom)?	4	3	2	1
7 ...RAZUMETE informacije o tem, kaj narediti v nujnih zdravstvenih primerih?	4	3	2	1
8 ...RAZUMETE navodila vašega zdravnika ali farmacevta o jemanju predpisanega zdravila?	4	3	2	1
9 ...PRESODITE, v kolikšni meri informacije od vašega zdravnika veljajo za vas?	4	3	2	1
10 ...PRESODITE, katere so prednosti in slabosti različnih možnosti zdravljenja?	4	3	2	1
11 ...PRESODITE, ali morda potrebujete drugo zdravniško mnenje?	4	3	2	1
12 ...PRESODITE, ali so informacije o boleznih v množičnih medijih zanesljive (npr. časopisi, TV, internet)?	4	3	2	1
13 ...UPORABITE informacije, ki jih dobite pri vašem zdravniku, za sprejemanje odločitev o vaši bolezni?	4	3	2	1
14 ...UPOŠTEVATE navodila na zdravilu?	4	3	2	1
15 ...POKLIČATE rešilca v nujnem zdravstvenem primeru?	4	3	2	1
16 ...UKREPATE na podlagi nasvetov zdravnika ali farmacevta?	4	3	2	1

## Metodologija

## Vzorec in zbiranje podatkov

- ✓ Verjetnostni vzorec odraslih prebivalcev Slovenije iz Centralnega registra prebivalstva.
- ✓ Spletni in osebni način anketiranja.

6.000

povabljenih

3.360

sodelujočih

60 %

stopnja  
odgovora

ZaPiS  
Jasna pot do zdravja.

Letni posvet koordinira:



Andragoški center Republike Slovenije  
Slovenian Institute for Adult Education



Letni posvet o izobraževanju odraslih 2023  
<https://web.acs.si/2023>

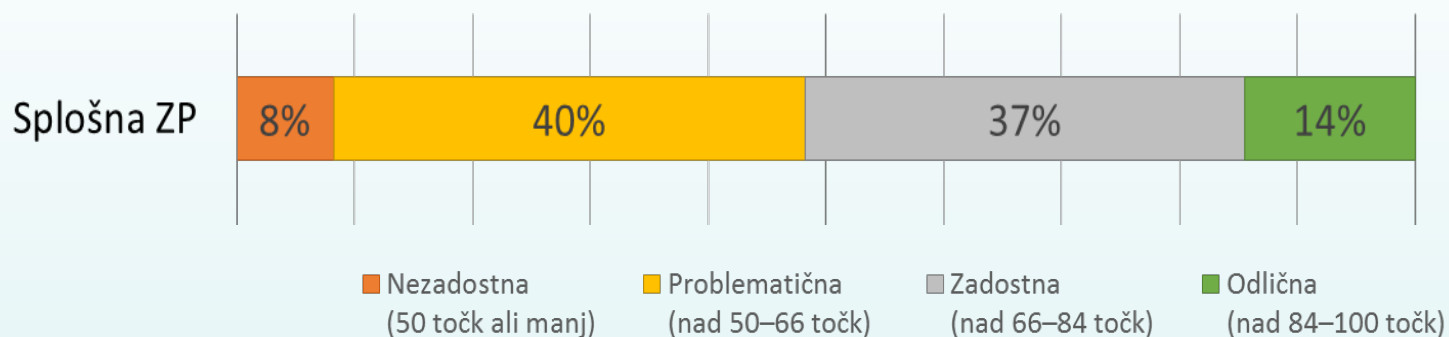
Naročnik:



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE

# Prva Nacionalna raziskava zdravstvene pismenosti v Sloveniji (HLS-SI 19-21)

## Stopnja splošne zdravstvene pismenosti v Sloveniji



  **48 %**

**OMEJENA ZDRAVSTVENA PISMENOST**

 **ZaPiS**  
Jasna pot do zdravja.

Letni posvet koordinira:



Andragoški center Republike Slovenije  
Slovenian Institute for Adult Education



Letni posvet o izobraževanju odraslih 2023  
<https://web.acs.si/2023>

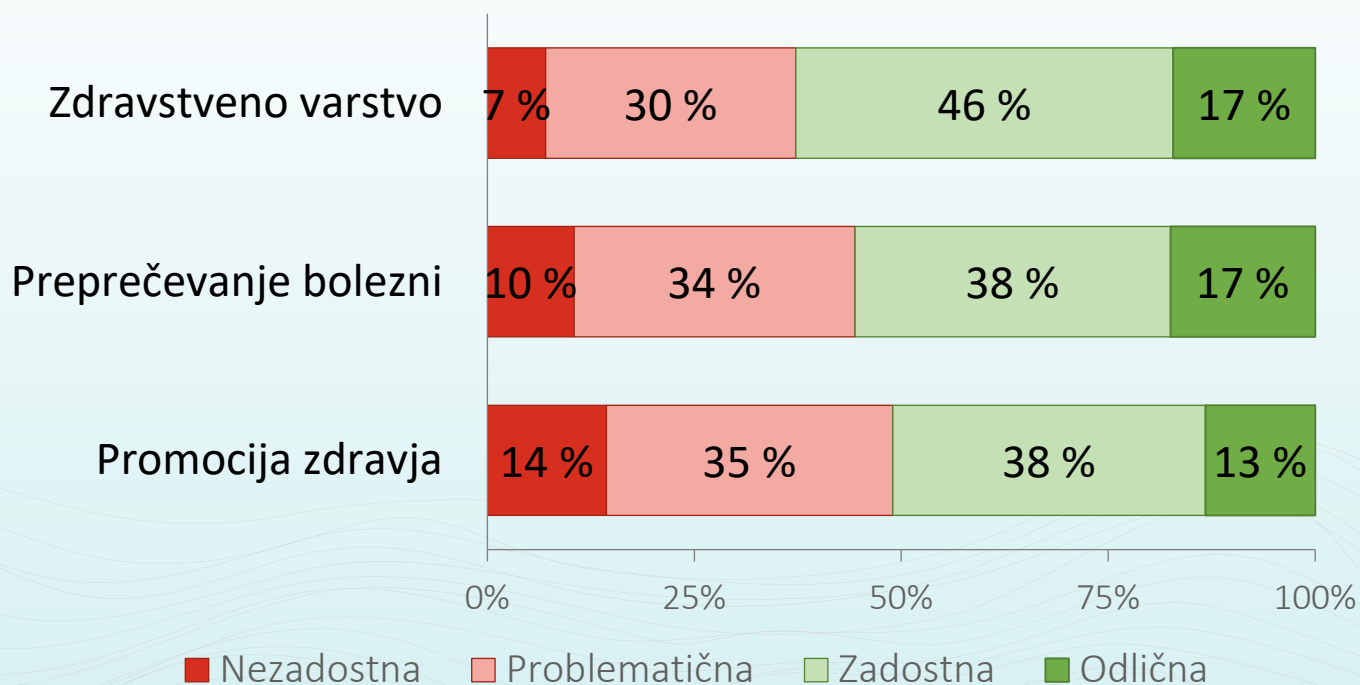
Naročnik:



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE

# Splošna zdravstvena pismenost

Višji dosežki na področju zdravstvenega varstva kot preprečevanja bolezni in promocije zdravja



Letni posvet koordinira:



Andragoški center Republike Slovenije  
Slovenian Institute for Adult Education



Letni posvet o izobraževanju odraslih 2023  
<https://web.acs.si/2023>

Naročnik:

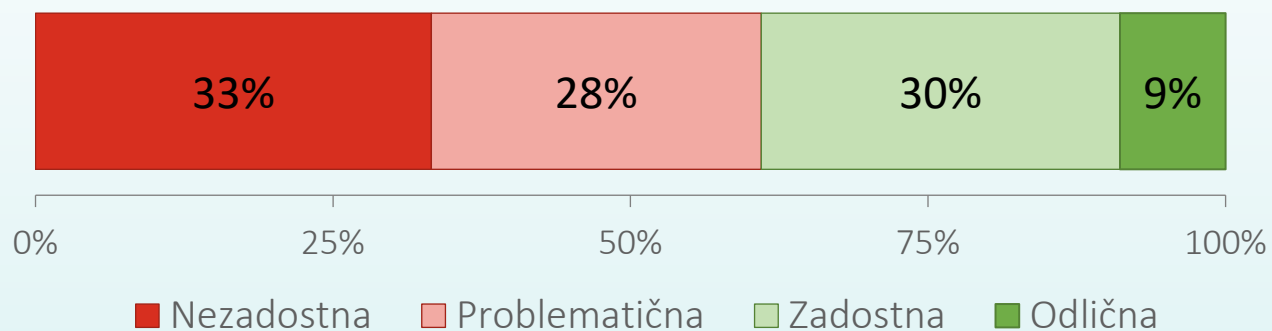


REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE



# Navigacijska zdravstvena pismenost

Dobrih **60 % posameznikov** z **omejeno** navigacijsko zdravstveno pismenostjo glede na postavljene kriterije.



**58,6**

Povprečno doseženo  
število točk od 100

Letni posvet koordinira:



Andragoški center Republike Slovenije  
Slovenian Institute for Adult Education



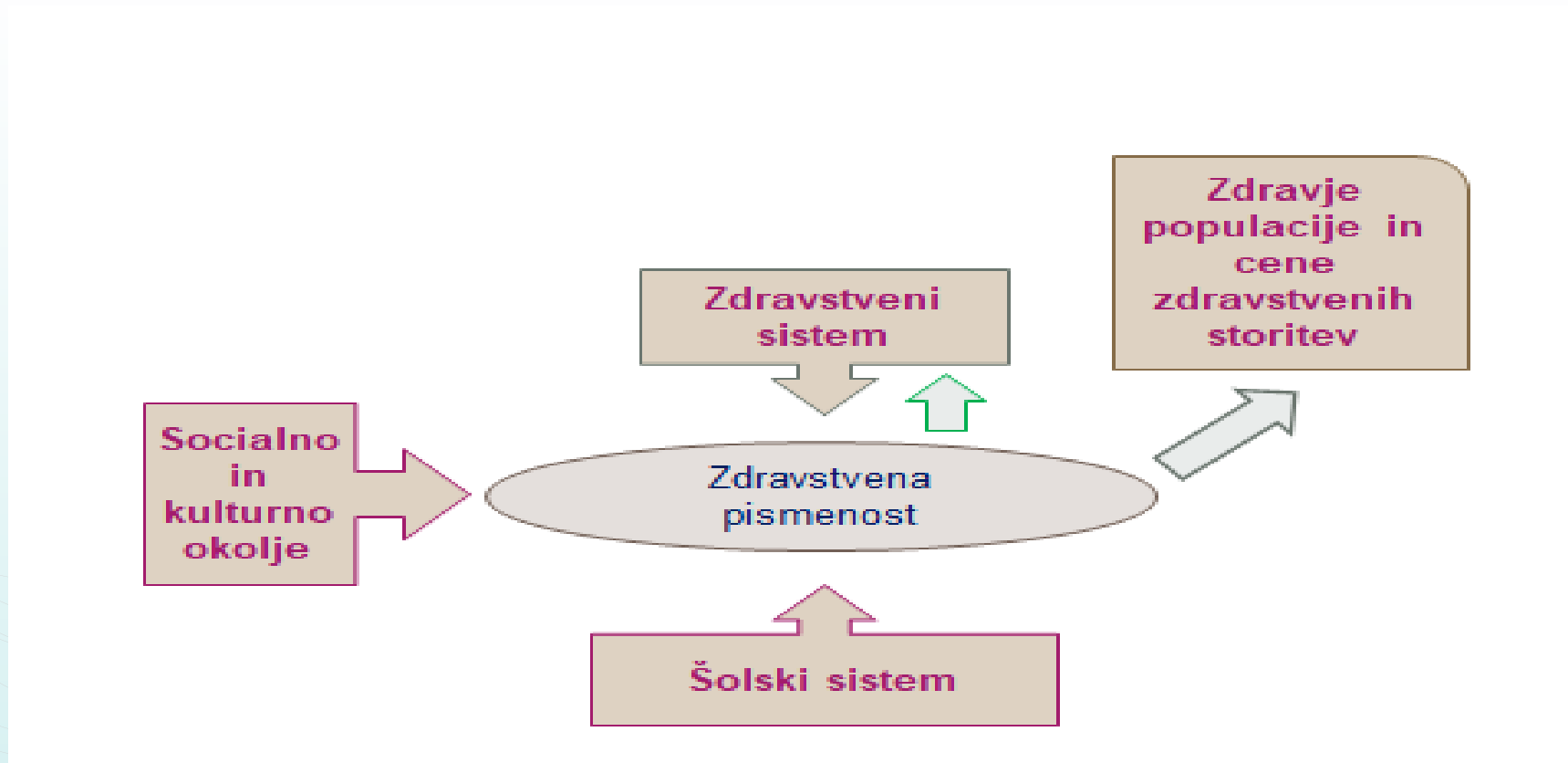
Letni posvet o izobraževanju odraslih 2023  
<https://web.acs.si/2023>

Naročnik:



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE

# Povezanost šolskega in zdravstvenega sistema, v luči dviga stopnje zdravstvene pismenosti



Letni posvet koordinira:



Andragoški center Republike Slovenije  
Slovenian Institute for Adult Education



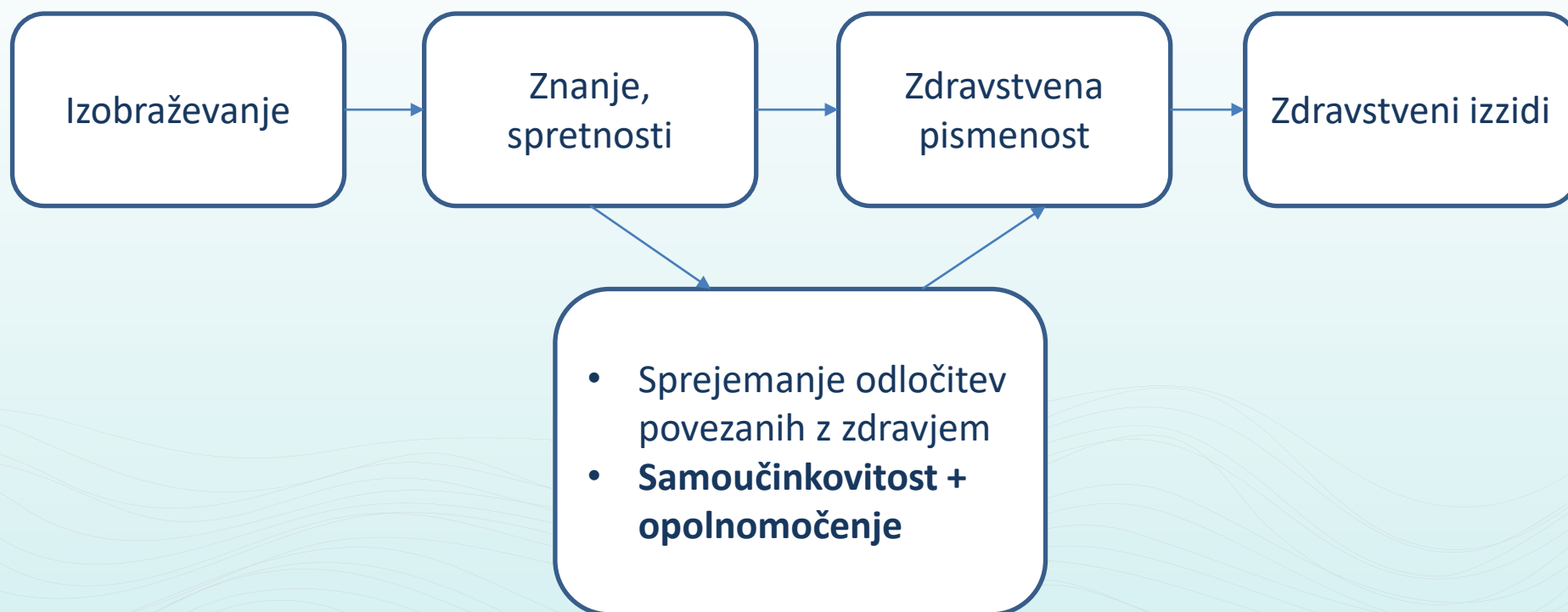
Letni posvet o izobraževanju odraslih 2023  
<https://web.acs.si/2023>

Naročnik:



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE

# Povezanost šolskega in zdravstvenega sistema, v luči dviga stopnje zdravstvene pismenosti



Marks, 2012

Letni posvet koordinira:



Andragoški center Republike Slovenije  
Slovenian Institute for Adult Education



Letni posvet o izobraževanju odraslih 2023  
<https://web.acs.si/2023>

Naročnik:



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE

# Vsebine, ki jih lahko ponudimo za dvig zdravstvene pismenosti populacije – JAVNOVELJAVNI IZOBRAŽEVALNI PROGRAM ZA ODRASLE

SPOMLADI 2023 IZVEDENA  
RAZISKAVA

Namen raziskave je bil preveriti zanimanje ciljnih skupin populacije za morebitno udeležbo na neformalnih izobraževanjih povezanih z vsebino na temo zdravja ter preveriti katere vsebine so najbolj mikavne za ciljno populacijo.



Letni posvet koordinira:



Letni posvet o izobraževanju odraslih 2023  
<https://web.acs.si/2023>

Naročnik:



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE

# Vsebine, ki jih lahko ponudimo za dvig zdravstvene pismenosti populacije – JAVNOVELJAVNI IZOBRAŽEVALNI PROGRAM ZA ODRASLE

## VZOREC

Tabela: Prikaz vzorca

Starost	Ženska (% skupne vsote)	Moški (% skupne vsote)	Vsota
15-30	28 (5,5%)	7 (1,4%)	35 (6,8 %)
31-50	176 (34,3%)	21 (4,1 %)	197 (38,4 %)
51-70	196 (38,2 %)	37 (7,2%)	233 (45,4%)
70à	38 (7,4%)	9 (1,8%)	48 (9,4%)
vsota	438 (85,4%)	74 (14,4%)	513 (100 %)

## Why health literacy is important

Low health literacy affects how you:



AUSTRALIAN COMMISSION  
ON SAFETY AND QUALITY IN HEALTH CARE

www.safetyandquality.gov.au

Letni posvet koordinira:



Andragoški center Republike Slovenije  
Slovenian Institute for Adult Education



Letni posvet o izobraževanju odraslih 2023  
<https://web.acs.si/2023>

Naročnik:



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE

# Vsebine, ki jih lahko ponudimo za dvig zdravstvene pismenosti populacije – JAVNOVELJAVNI IZOBRAŽEVALNI PROGRAM ZA ODRASLE

## Rezultati

### Zdrav način prehranjevanja

Vprašanje oz. tema	Interes x	SD
Kako si pripraviti zdrav obrok?	3,90	0,84
Kakšne so različne prehranske navade?	3,52	0,94
Kako se zdravo prehranjevati brez odrekaj?	3,90	0,96
Kaj v prehrani je odločilno za zdravje?	4,11	0,78
Kaj so prehranske motnje?	3,33	1,01
Kako vplivajo na zdravje prehranska dopolnila?	3,58	1,12

### Zdrava telesna aktivnosti

Vprašanje oz. tema	Interes x	SD
Kako naj gibanje vključim v svoj vsakdan?	3,96	0,89
Kakšne gibalne/športne aktivnosti so primerne zame?	4,04	0,87
Zakaj je gibanje pomembno za moje zdravje in počutje?	3,99	0,88
Kako naj prehrano prilagodim svoji športni dejavnosti?	3,71	1,03

Letni posvet koordinira:



Andragoški center Republike Slovenije  
Slovenian Institute for Adult Education



Letni posvet o izobraževanju odraslih 2023  
<https://web.acs.si/2023>

Naročnik:



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE

# Vsebine, ki jih lahko ponudimo za dvig zdravstvene pismenosti populacije – JAVNOVELJAVNI IZOBRAŽEVALNI PROGRAM ZA ODRASLE

## Rezultati

### Zdravje in preventiva

Vprašanje oz. tema	Interes $\bar{x}$	SD
Kako lahko vsakodnevno skrbim za svoje zdravje oz. kaj pomeni »živeti zdravo«?	4,02	0,83
Katere so najpogostejše kronične bolezni in kako lahko zmanjšam tveganje za njihov nastanek?	3,90	0,92
Kako se lahko izognem nalezljivim boleznim?	3,67	1,05
Kako spanje vpliva na moje zdravje?	3,95	0,96
Kako nuditi prvo pomoč v različnih situacijah?	4,14	0,82
Kateri preventivni programi so mi v Sloveniji na voljo?	3,82	1,01
Kako naj se znajdem v zdravstvenem sistemu?	3,84	1,00

Letni posvet koordinira:



Andragoški center Republike Slovenije  
Slovenian Institute for Adult Education



Letni posvet o izobraževanju odraslih 2023  
<https://web.acs.si/2023>

### Duševno zdravje in osebnostnem razvoju

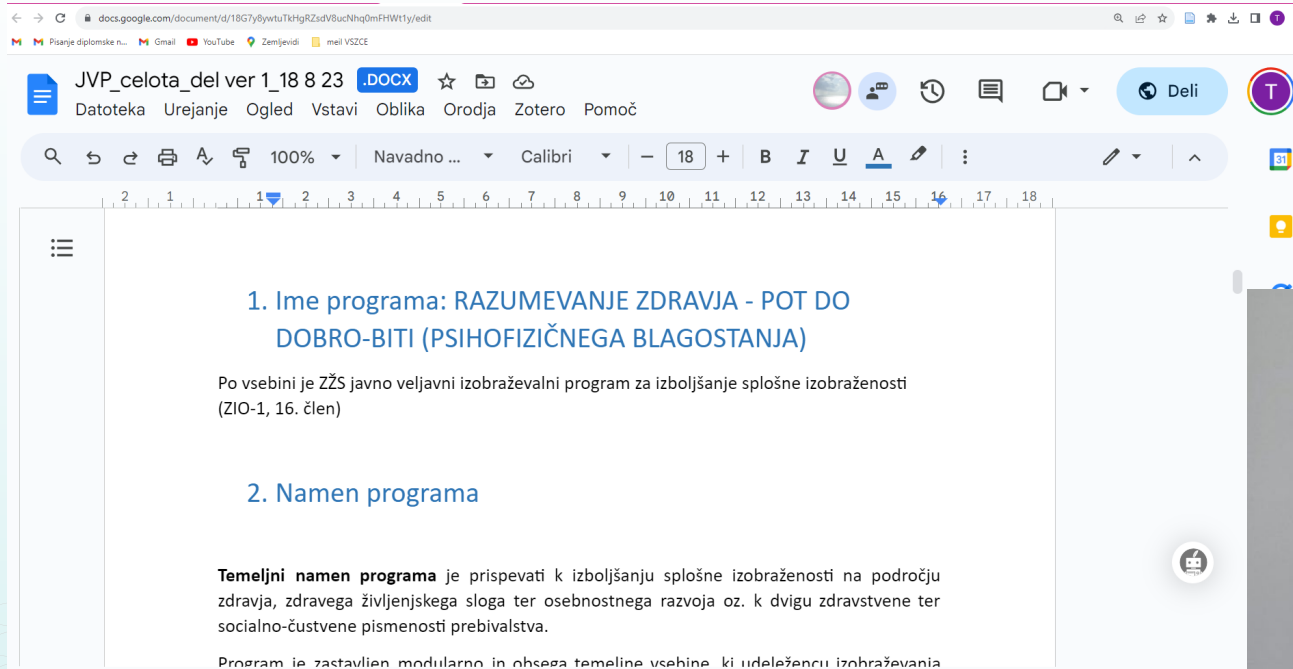
Vprašanje oz. tema	Interes $\bar{x}$	SD
Kako naj obvladujem stres?	3,51	1,34
Kako naj prepoznam, sprejem in obvladujem svoja čustva?	3,49	1,37
Kako naj se učinkoviteje sporazumevam in rešujem konflikte?	3,44	1,33
Kako naj se motiviram (za delo, študij, šport ...)?	3,24	1,32
Kako naj postanem bolj samozavesten?	3,11	1,41
Kako naj se izognem oz. obvladam odvisnost?	2,16	1,51
Kako naj postanem bolj osredotočen nase (čuječen)?	3,17	1,40

Naročnik:



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE

# Vsebine, ki jih lahko ponudimo za dvig zdravstvene pismenosti populacije – JAVNOVELJAVNI IZOBRAŽEVALNI PROGRAM ZA ODRASLE



1. Ime programa: RAZUMEVANJE ZDRAVJA - POT DO DOBRO-BITI (PSIHOFIZIČNEGA BLAGOSTANJA)

Po vsebini je ZŽS javno veljavni izobraževalni program za izboljšanje splošne izobraženosti (ZIO-1, 16. člen)

2. Namen programa

**Temeljni namen programa** je prispevati k izboljšanju splošne izobraženosti na področju zdravja, zdravega življenjskega sloga ter osebnostnega razvoja oz. k dvigu zdravstvene ter socialno-čustvene pismenosti prebivalstva.

Program je zastavljen modularno in obsega temeljne vsebine, ki udeležencu izobraževanja



Letni posvet koordinira:



Letni posvet o izobraževanju odraslih 2023  
<https://web.acs.si/2023>



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE