

Vliv edukace na hygienické návyky dětí předškolního věku

Mgr. Hana Bořilová¹, Mgr. Jaroslava Fendrychová, Ph.D.²

¹Dětské oddělení Nemocnice Jihlava

²Katedra ošetřovatelství a porodní asistence, Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Příspěvek se zabývá problematikou hygienických návyků dětí předškolního věku, které jsou klíčovou součástí prevence vzniku a přenosu mnoha onemocnění. V šetření, které proběhlo v březnu 2013 a kterého se zúčastnilo 8 chlapců a 8 děvčat ve věku 4–6 let, bylo zjištěno, že většina z nich měla v této oblasti nedostatky. Proto byl pro ně vytvořen speciální edukační program, který je formou hry seznámil se správnými hygienickými postupy. Následně byly opět formou hry zjišťovány změny v povědomí těchto dětí a zpracované výsledky byly předloženy jejich rodičům, kteří primárně souhlasili s účastí svých dětí na šetření, a dále dalšímu souboru rodičů, kteří mají dítě (dítě) v předškolním věku. Ze zpracovaných výsledků vyplynulo, že u dětí došlo k výraznému zlepšení ve znalostech a dovednostech hygienických návyků. Edukační kurz se tak ukázal být vhodným pro případné zařazení do vzdělávání dětí předškolního věku.

Klíčová slova: děti, předškolní věk, hygienické návyky, edukace.

Influence of education on hygienic habits of pre school age children

The article is aimed on issues connected with hygienic habits of pre school age children group because they are the major part in prevention of development and transfer of all kinds of illnesses. In the survey, which was organised in March 2013 and in which took part 8 boys and 8 girls in age of 4 to 6 years, there was found out that a lot of them have gaps in this matter. There was a special educational program developed for them. This program learned them the correct hygienic habits by playing. Following research should test if there were any changes in subconscious of the children. The processed results were handed out to the parents of the participants. The parents agreed primarily on taking parts of the children in the research. The result were shown to the parents of the children of the same age, as well. The result of the processed research was major improvement of knowledge and skills in hygienic topic. The educational training seemed to be an appropriate contribution to education of pre school age children and could be used as a educational program.

Key words: children, pre school age, education, hygienic habits.

Pediatr. praxi 2014; 15(1): 52–54

Úvod

Vzpomeňme na lidovou moudrost „čistota je půl zdraví“. I když je tato věta stará snad i několik století, tróufáme si tvrdit, že je stále aktuální a úzce souvisí s dodržováním hygienických návyků. Zejména u dětí předškolního věku to platí dvojnásob, jelikož spolu s nástupem do mateřské školy a se zapojením dítěte do kolektivu přichází i vysoké riziko jeho vystavení nákazám různými infekčními chorobami, a to především z toho důvodu, že takto malé děti v dostatečné míře neznají a nedodržují správné hygienické návyky.

Výzkumný soubor a metodika šetření

Jak uvádí Koťátková (1), předškolní věk je obdobím, kdy je dítě velice aktivní a iniciativní. Zprvu provádí aktivity regulované zvenku, tedy jiným člověkem, které se postupně přetvářejí na aktivity regulované zevnitř – tzv. autoregulační aktivity, řízené jeho vlastním podvědomím. Dítě předškolního věku je také velmi zvědavé a rádo se učí novým znalostem a dovednostem. Velmi důležitým faktorem je, že co si v tomto období osvojí, to se mu vtiskne do paměti až do do-

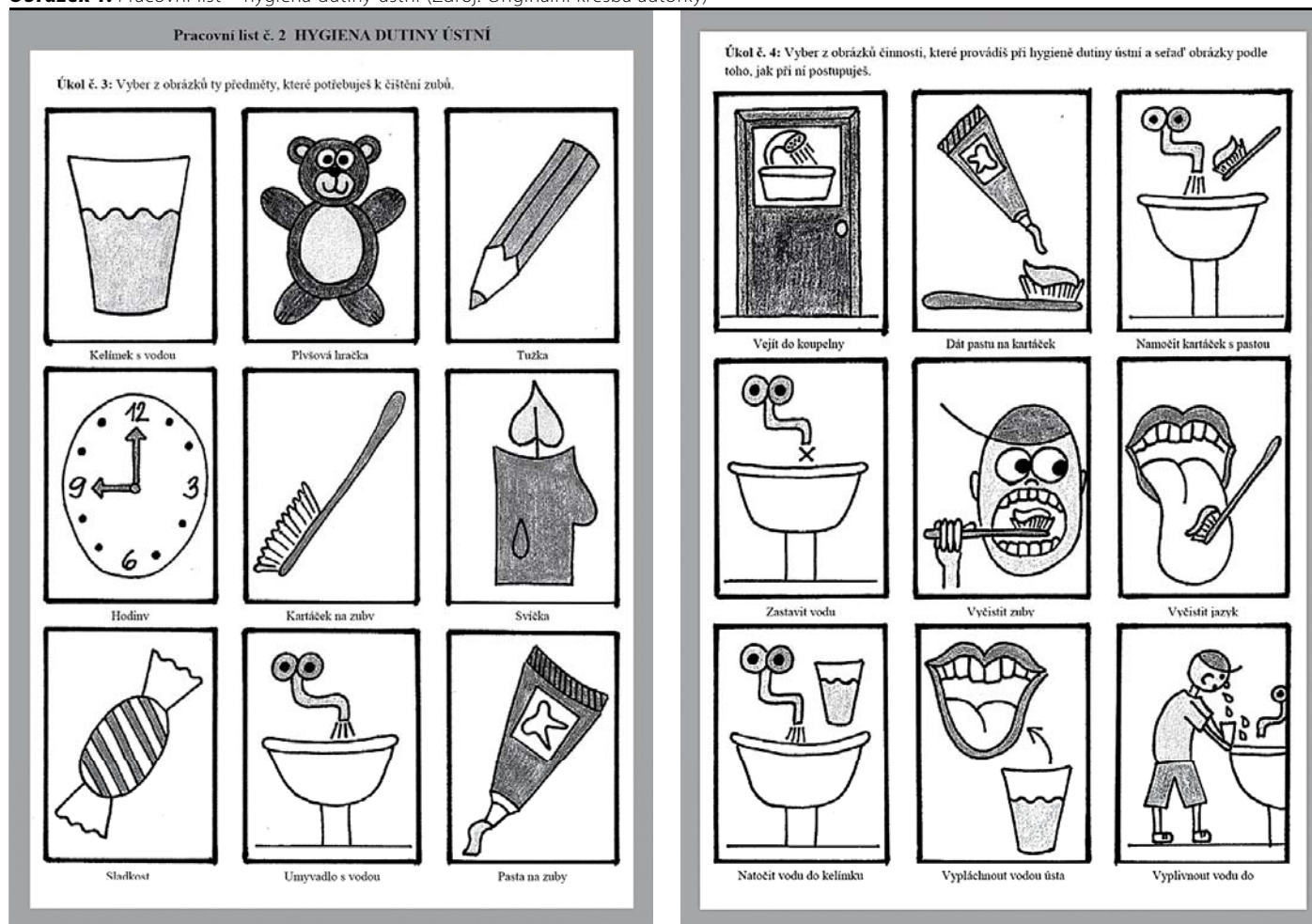
spělosti, obzvláště pokud jsou získané informace citově podbarvené. Nástupem do mateřské školy dle Baškové (2) u dítěte probíhá proces první socializace, kdy se učí zapojovat do kolektivu a spolupracovat s ním při různých rozvíjejících činnostech a hrách, do kterých značnou měrou zapojuje svou fantazii.

Dle Marádové a Kubrichtové (3) jsme si stanovili devět nejzákladnějších oblastí hygienických návyků, které je potřeba provádět během každého dne a které jsou nejdůležitější k udržení našeho zdraví a k prevenci přenosu různých infekčních onemocnění. Byly to tyto oblasti: hygiena rukou, hygiena dutiny ústní, prevence přenosu kapénkových infekcí, péče o kůži – celková koupel a oblékání, péče o nehty a uši, péče o vlasy, hygiena používání toalety. Jelikož vybraných oblastí hygieny bylo devět, rozhodli jsme se i naše šetření realizovat v devíti po sobě následujících dnech, kdy každý den byl věnován jednomu tematickému celku. Jako sledovaný soubor respondentů jsme si zvolili děti předškolního věku, přesněji ve věku 4–6 let. Tříleté děti jsme do sledovaného souboru nezařazovali vzhledem k tomu, že v tomto věku

ještě neudrží příliš dlouho pozornost a oproti šestiletým mají značně nižší psychomotorické schopnosti, což by mohlo negativně zkreslovat výsledky. Soubor tvořilo 8 dívek a 8 chlapců.

Cíl a výsledek šetření před absolvováním edukačního kurzu

Prvním cílem našeho šetření bylo zmapovat úroveň znalostí hygienických návyků u dětí. Vzhledem k nízkému věku respondentů, se kterými jsme spolupracovali, bylo velmi obtížné zvolit adekvátní metodu šetření, jelikož takto malé děti ještě neumějí číst a neudrží příliš dlouho pozornost – bezděčně asi hodinu a záměrně pouze 15 minut (4). Výhodou pro nás ovšem byla již zmiňovaná velká fantazie, představivost a hravost dětí předškolního věku. Pod vlivem těchto skutečností jsme tedy vytvořili devět obrázkových pracovních listů, z nichž každý byl zaměřený na jednu oblast hygienických návyků a obsahoval dva úkoly. Celkově jsme se tedy s dětmi zabývali osmnácti úkoly a každý z nich jsme hodnotili zvlášť. Jednotlivé listy se skládaly z obrázkových kartiček, které měly děti vždy buď seřazovat podle sledu událostí při provádění

Obrázek 1. Pracovní list – hygiena dutiny ústní (Zdroj: Originální kresba autorky)**Tabulka 1.** Srovnání počtu chybujících respondentů v jednotlivých oblastech hygienických návyků PŘED a PO absolvování edukačního kurzu

Oblast hygienických návyků	Číslo úkolu	Počet chybujících CHLAPCŮ před a po absolvování edukačního kurzu		Počet chybujících DÍVEK před a po absolvování edukačního kurzu	
		PŘED	PO	PŘED	PO
Hygiena rukou	1	8	1	6	0
	2	6	1	6	0
Hygiena dutiny ústní	3	7	1	5	1
	4	7	0	7	1
Prevence přenosu kapénkových infekcí	5	5	1	5	0
	6	6	2	7	1
Péče o kůži – celková koupel	7	7	1	5	1
	8	6	1	6	1
Péče o kůži – oblékání	9	4	0	4	0
	10	4	1	3	0
Péče o nehty	11	7	0	5	0
	12	7	0	8	1
Péče o uši	13	2	0	0	0
	14	8	2	7	0
Péče o vlasy	15	7	1	5	1
	16	6	2	6	0
Hygiena používání toalety	17	8	2	8	1
	18	8	1	8	1

hygienických návyků, nebo z nich měly vybírat vhodné či nevhodné situace a předměty. Pro lepší představu uvádíme příklad pracovního listu v obrázku 1. Pokud shrneme výsledky šetření u dětí před absolvováním edukačního kurzu (tabulka 1), můžeme si povšimnout, že ve většině úkolů se dopustila chyby více jak polovina dětí.

Edukační kurz

Na základě těchto výsledků jsme se rozhodli děti podrobit předem připravenému edukačnímu kurzu, který se sestával z 9 lekcí, tematicky korespondujícími s jednotlivými námi sledovanými oblastmi hygienických návyků. V této fázi bylo opět obtížné najít edukační metodu, která by byla vhodná pro děti takto nízkého věku. Jak ale uvádí Kuberová (5), jedním z didaktických prostředků je například edukace hrou či edukace pohádkou. Tyto metody se nám velice zalíbily, a rozhodli jsme se je tedy využít při tvorbě metodiky edukačního kurzu.

Nejprve bylo potřebné dětem názorně ukázat, jak se mají jednotlivé hygienické návyky provádět a jaké jsou k tomu potřeba pomůcky. Za tímto účelem jsme vytvořili dvě edukační panenky – Josefínku pro dívky a Matyáše pro chlapce, na kterých byly všechny hygienické návyky demonstrovány, abychom lépe upoutali pozornost a zájem dětí o danou problematiku.

V rámci přípravy edukačního programu vznikl soubor pohádkových příběhů s názvem „Aby děti zdravé byly, nemoci je nezlobily“. Každý příběh byl zaměřen na jednu z devíti oblastí hygieny a každý měl svého hlavního hrdinu. Tento hrdina se vlivem nedodržování správných hygienických návyků dostal do velkých potíží, nakonec se ale za pomoci přátel ze svých chyb poučil a vše pokaždé dobře dopadlo. Jednotlivé příběhy byly dětem během edukačních lekcí předčítány a ony se tak mohly sžít a ztotožnit s hlavními hrdiny či jejich pomocníky a společně s nimi prožívat všechny události. Příběhy navíc byly doprovázeny řadou ilustrací, které dětem přibližovaly výjevy z děje a upoutávaly jejich pozornost (obrázky 2 a 3).

Výsledek šetření po absolvování edukačního kurzu

Po ukončení edukačního programu jsme chtěli zmapovat, k jaké změně došlo v povědomí dětí předškolního věku v oblasti hygienických návyků. Jako metodu šetření jsme zvolili opět

stejně pracovní listy jako při šetření před absolvováním edukačního kurzu, aby byly jednotlivé výsledky snadno a objektivně porovnatelné. Z tabulky 1 zjistíme, že po absolvování edukačního kurzu se v každém úkolu dopustila chyby méně než polovina dětí. Porovnáním výsledků činnosti dětí v obou časových liniích šetření tedy můžeme pozorovat značné zlepšení jejich znalostí v oblasti hygienických návyků.

Předložení výsledků rodičům

Edukační kurz se ukázal jako užitečná pomůcka v rámci výuky předškolních dětí v oblasti hygieny. Jelikož ale výzkumný soubor, se kterým jsme pracovali, byl pouze malý, zajímalo nás, zda by i jiní rodiče měli zájem o provedení stejného edukačního kurzu u svého dítěte (dětí). Oslovili jsme proto celkem 120 rodičů, kteří měli v té době dítě (dětí) v předškolním věku, a dali jim prohlédnout pracovní listy, přečíst edukační pohádky, včetně doprovodných ilustrací a edukačních panenek Josefínky a Matyáše, aby si mohli udělat lepší představu o tom, jak by edukační kurz probíhal. Na základě těchto informací se měli rozhodnout, zda by si přáli, aby i jejich dítě absolvovalo stejný edukační kurz, např. v rámci navštěvování mateřské školy. Z jejich odpovědí vyplynulo, že 97 (81 %) dotázaných by o provedení edukačního kurzu zájem mělo, zatímco 23 (19 %) dotázaných tato možnost neoslovila.

Závěr

Přestože sledované děti předškolního věku měly povědomí o základních hygienických návycích, šetřením byly zjištěny značné nedostatky při jejich vlastním provádění. Absolvováním edukačního kurzu však byly nedostatky odstraněny. Také poměrně vysoký počet rodičů (81,0 %), majících zájem o navržený edukační program, prokázal jeho kvalitu a vhodnost použití u dětí předškolního věku. Přesto je nutné říci, že vzorek respondentů, se kterými jsme pracovali, byl velmi malý, a nelze tedy výsledky zevšeobecňovat.

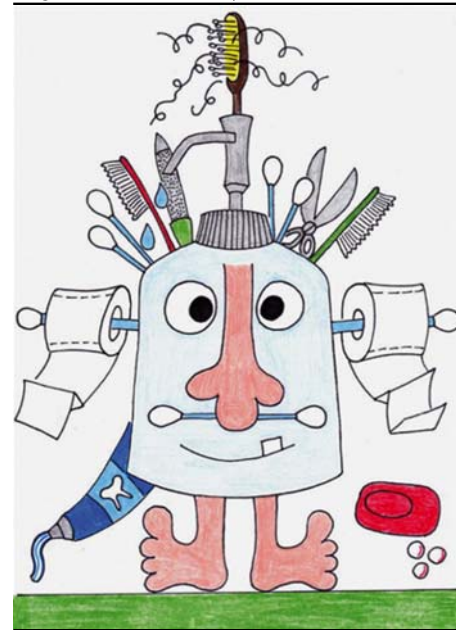
Literatura

1. Kořátková S. Dítě a mateřská škola. Praha: Grada, 2008: 200.
2. Bašková M, et al. Výchova ke zdraví. Martin: Osvěta, 2009: 226.
3. Marádová E, Kubrichtová L. Rodinná výchova – hygienické návyky, péče o zdraví. 2. vyd. Praha: Fortuna, 1999: 87.
4. Nováková P. Zdraví vidíte. Čestlice: Repo Productions, 2006: 293.
5. Kuberová H. Didaktika ošetřovatelství. Praha: Portál, 2010: 246.

Obrázek 2. Obr Hugo z pohádky zaměřené na péči o uši (Zdroj = Originální kresba autorky)



Obrázek 3. Skřítek Toaletákožrout z pohádky zaměřené na hygienu používání toalety (Zdroj = Originální kresba autorky)



Článek doručen redakci: 13. 12. 2013

Článek přijat k publikaci: 14. 1. 2014

Mgr. Hana Bořilová

Dětské oddělení Nemocnice Jihlava
Smeykalova 1 695/10, 591 01 Žďár nad Sázavou 1
borilova.h@gmail.com