

## **Souhrn**

### **Percepce zdravotních rizik vyplývajících ze životního stylu a pracovní zátěže u učitelů různých stupňů škol**

**Úvod:** Je obecně známo, že učitelská profese je svázána s řadou zdravotních rizik. Pedagogové jsou exponováni nadměrné pracovní psychické a sensorické zátěži, pracují dlouhodobě ve vynucené poloze, ve zvýšeném riziku hluku, infekcí a poruch hlasivek. Ve srovnání s běžnou populací se u nich častěji vyskytují onemocnění, která souvisí s pracovním stresem.

**Cíl práce:** Zjištění percepce zdravotních rizik vyplývajících ze zdravotního stavu, životního stylu a pracovní zátěže u učitelů různých stupňů škol.

**Metodika:** V rámci průřezové epidemiologické studie jsme metodou anonymního dotazníkového šetření získali údaje od 484 respondentů, a to od 201 učitelů základních škol, 227 učitelů škol středních a 56 vysokoškolských učitelů. Zjišťovali jsme přítomnost rizikových faktorů a jejich percepce učitelů s ohledem na stupeň školy, věk a pohlaví respondentů. Pracovní psychická zátěž byla hodnocena Meisterovým dotazníkem a byla provedena klasifikace zátěže.

**Výsledky:** Zjistili jsme, že řada respondentů byla exponována několika rizikovými faktory současně. Nejčastěji se jednalo o závažná onemocnění u blízkých příbuzných a zvýšenou pracovní psychickou zátěž. Této jsou zvýšeně exponováni zejména učitelé základních škol, u nichž jsme diagnostikovali stupeň zátěže 2 s tendencí k přetížení. Téměř 40 % respondentů již trpělo chronickou nemocí, nejčastěji nemocemi pohybového aparátu a kardiovaskulárním onemocněním. Přístup učitelů ke zdraví byl hodnocen na základě prevalence ovlivnitelných rizikových faktorů životního stylu a z účasti na preventivních prohlídkách. Ve srovnání s průměrnou českou populací vykazovali učitelé nižší tělesnou hmotnost (24 % mělo nadváhu a jen 6,6% bylo obézních), méně kouřili (pouze 12,3 %, z toho 7 % pravidelně a 5,3 % příležitostně), stravovali se vcelku pravidelně (76,5 %) a měli více pohybové aktivity. Rovněž účast našich respondentů na preventivních prohlídkách byla relativně dobrá - na prohlídky k praktickému lékaři pro dospělé chodilo pravidelně 77,5% učitelů, k praktickému zubnímu lékaři dokonce 92,1%. Respondenti si byli svých rizik poměrně dobře vědomi, což se promítalo zejména do obav z možných budoucích zdravotních důsledků. Jisté podcenění rizik jsme zaznamenali pouze u kuřáků.

**Závěr:** Ve srovnání s údaji z devadesátých let minulého století lze u učitelů pozorovat pozitivní změny v přístupu ke zdraví, zejména snížení prevalence zdravotně rizikových faktorů a zvýšení účasti na preventivních prohlídkách. Ze všech zdravotních rizik, kterým jsou učitelé na našich školách vystaveni, se nám jako nejzávažnější jeví být neúměrně vysoká pracovní psychická zátěž u učitelů základních škol. Preventivní programy by měly být směřovány především tímto směrem.