

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

**ZÁVĚREČNÁ ZPRÁVA**

projekt

Zdravý Kraj Vysočina a MA21



**Zdravá Vysočina, z.s.**



Na realizaci Analýzy spolupracovali:

Státní zdravotní ústav,  
Obchodní akademie, Střední zdravotnická škola, Střední odborná škola služeb a Jazyková  
škola s právem státní jazykové zkoušky Jihlava,  
FARMEKO – Vyšší odborná škola zdravotnická a Střední odborná škola, s.r.o.

**MUDr. Stanislav Wasserbauer  
Hana Pokorná  
s kolektivem  
Jihlava, prosinec 2017**

## Obsah:

<b>1</b>	<b>Úvod a cíle .....</b>	<b>4</b>
<b>2</b>	<b>Výsledky vyšetření zdravotního stavu .....</b>	<b>10</b>
2.1	Vyšetření krevního tlaku .....	10
2.2	Stanovení Body Mass Indexu (Indexu tělesné hmotnosti) .....	17
2.3	Měření procenta tělesného tuku.....	21
2.4	Měření obvodu pasu, WHR index .....	24
2.5	Ruffierova zkouška tělesné zdatnosti .....	29
<b>3</b>	<b>Výsledky dotazníkové studie.....</b>	<b>33</b>
3.1	Jak hodnotíte svůj současný zdravotní stav .....	33
3.2	Byl/a jste v posledních dvou letech na preventivní prohlídce u svého lékaře? .....	36
3.3	Jste dispenzarizován/a/ - tzn. sledován/a/ - lékařem z důvodu nějakého onemocnění? .....	38
3.4	Pokud jste dispenzarizováni, uveďte s jakým onemocněním .....	40
3.5	Kdy Vám byl naposledy měřen krevní tlak v ordinaci lékaře? .....	41
3.6	Kdy Vám byla naposledy stanovena hladina cholesterolu v krvi? .....	43
3.7	Kdy jste byl/a naposledy u zubního lékaře? .....	46
3.8	Jak často si čistíte zuby? .....	47
3.9	Snídáte? .....	49
3.10	Jaký tuk používáte nejčastěji jako pomazánku na chléb, rohlík či jiné pečivo? .....	52
3.11	Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a následující potraviny a nápoje?.....	54
3.12	Kouří někdo z členů Vaší rodiny doma (tzn. uvnitř bytu)? .....	74
3.13	Kolik hodin denně v průměru trávíte v prostředí, kde Vy nebo někdo jiný kouří? .....	76
3.14	Kouříte v současné době? .....	77
3.15	Pokud v současnosti nekouříte, kouřil/a jste někdy v minulosti pravidelně? .....	81
3.16	Pokud v současnosti kouříte, kolik let již kouříte? .....	82
3.17	Pokud jezdíte na kole, používáte helmu? .....	84
3.18	Jak často cvičíte, běháte, jezdíte na kole nebo jinak aktivně sportujete v min. délce 30 minut v „kuse“? .....	87
3.19	Kolik času strávíte v průměru denně: .....	90
3.20	Kolik času strávíte v průměru denně chůzí (vč. cest do a ze školy)? .....	90
3.21	Kolik času strávíte v průměru denně cvičením (doma, v posilovně, ve Fitness apod.)?.....	92
3.22	Kolik času strávíte v průměru denně jízdou na kole, plaváním, jiným sportem, tancem? .....	95
3.23	Kolik času strávíte v průměru denně u televize? .....	97
3.24	Kolik času strávíte v průměru denně u počítače? .....	99
3.25	Kolik času strávíte v průměru denně v přírodě, v parku, v lese...? .....	102
3.26	Znáte osobně někoho, kdo kouří marihuanu (tj. konopí, trávu)? .....	106
3.27	Znáte osobně někoho, kdo bere nějaké jiné drogy než je marihuana (např. hašiš, amfetamin, extázi, heroin...)? .....	108
3.28	Užíval/a jste někdy v životě nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret)?.....	111

3.29	Užíváte nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret) v současné době? .....	114
3.30	Pokud nějakou drogu v současnosti užíváte, o jaký druh drogy se jedná? .....	118
3.31	Jak často pijete alkohol? .....	119
3.32	Kolikrát jste byl/a v posledním půl roce, tj. v posledních šesti měsících, opilý/á (tak, že Vám bylo druhý den špatně)? .....	122
3.33	Jel jste někdy v autě s řidičem, o němž jste věděl, že před jízdou požil alkohol či drogu? .	125
3.34	Měl/a jste již pohlavní styk? .....	128
3.35	Kolik jste měl/a/ dosud sexuálních partnerů? .....	131
3.36	Pokud máte s někým pohlavní styk, používáte kondom (prezervativ)? .....	135
<b>4</b>	<b>Souhrn, závěry .....</b>	<b>138</b>
4.1	Nejdůležitější výsledky a závěry této studie: .....	139
4.2	Srovnání se studií a analýzou z roku 2012 – nejdůležitější závěry a změny oproti analýze z roku 2012 .....	145
<b>5</b>	<b>Přílohy.....</b>	<b>149</b>

**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 A CÍLE

Životní styl a zdravotní stav naší mládeže není právě ideální, to většina odborné i laické veřejnosti ví. Tyto informace jsou však většinou neověřené a bez objektivních důkazů, a ve skutečnosti neexistuje příliš relevantních informací a dat o tom, jak naše mládež zdravě či nezdravě žije, a jak na tom se svým zdravím je. V roce 2012 Kraj Vysočina prostřednictvím občanského sdružení Zdravá Vysočina, o.s. ve spolupráci se Státním zdravotním ústavem a Střední zdravotnickou školou a Vyšší odbornou školou zdravotnickou Jihlava zajistil realizaci první velmi komplexní a unikátní studie a analýzy životního stylu a zdraví mládeže v Kraji Vysočina. Hlavním cílem této studie bylo získat konkrétní informace, údaje a výsledky, týkající se zdraví, zdravotního stavu a životního stylu středoškolské mládeže v Kraji Vysočina. Snahou bylo zjistit a vyhodnotit počty (tzv. prevalenci) mladých šestnácti a sedmnáctiletých osob s vysokým krevním tlakem, nadlimitní hladinou cholesterolu, podíl mladých osob s nadváhou či obezitou, počty kuřáků, vztah mládeže ke stravování, alkoholu, drogám, sexuálnímu chování a dalším důležitým faktorům a vlivům životního stylu, které mohou významně ovlivňovat jejich zdraví. Studie např. ukázala, jak mladí lidé žijí, jak se stravují, jak se věnují tolik potřebnému a zdravému pohybu nebo zda dávají přednost sedavému způsobu života. Studie také ukázala, jaké pohledy a názory mají středoškoláci v Kraji Vysočina na životní styl, jak se chovají a jaké mají postoje ke svému zdraví a zdravému životnímu stylu. V rámci této studie bylo osloveno a navštíveno celkem 22 středních škol, v těchto náhodně vybraných školách byl projekt realizován vždy ve druhých ročnících, a v každé škole v maximálně dvou třídách. Do studie byl vybrán reprezentativní vzorek populace žáků středních škol z druhých ročníků. Celkem se projektu zúčastnilo 866 respondentů ve 41 vybraných třídách v různých typech středních škol. Komplexní výsledky byly uvedeny v závěrečné zprávě z této studie a analýzy a následně byly využity mj. při koncipování zdravotní politiky Kraje Vysočina a pro podporu aktivit a projektů v rámci Zdravého Kraje Vysočina a MA21.

Jak na tom je mládež v Kraji Vysočina po pěti letech, a zda-li došlo k nějakým změnám, na to odpovídá „Analýza životního stylu a zdraví mládeže v Kraji Vysočina II“, která byla realizována zapsaným spolkem Zdravá Vysočina, z.s. ve spolupráci se Státním zdravotním ústavem, Obchodní akademií, Střední zdravotnickou školou, Střední odbornou školou služeb a Jazykovou školou s právem státní jazykové zkoušky Jihlava a FARMEKO – Vyšší odbornou školou zdravotnickou a Střední odbornou školou, s.r.o. v průběhu roku 2017. To i proto, že pouze opakovaným a dlouhodobým monitorováním jsme schopni zjistit vývojové trendy, a také vyhodnotit efektivitu přijatých a realizovaných aktivit a projektů v oblasti podpory zdraví a primární prevence nemocí v Kraji Vysočina. Analýza životního stylu a zdraví mládeže v Kraji Vysočina II. byla realizována jako součást projektu „Zdravý kraj Vysočina a MA21“.

Podobně jako před pěti lety, i v letošní studii a analýze bylo hlavním cílem získat konkrétní údaje a výsledky, týkající se životního stylu a zdraví středoškolské mládeže v Kraji Vysočina. Neméně důležitým cílem této studie a analýzy je i srovnání výsledků všech opakujících se vyšetření, měření a zjištění s výsledky, které byly zjištěny v roce 2012 při první studii a analýze.

Součástí studie bylo i individuální vyhodnocení a konzultace výsledků vyšetření s případným doporučením žákům k dalšímu odbornému vyšetření. Potvrdilo se, že tato měření a vyšetření vedla i k odhalení dosud nerozpoznaných patologických hodnot. Návštěvy jednotlivých škol byly současně využity ke zdravotní osvětě a zvyšování zdravotní gramotnosti žáků a učitelů, zejména formou malé výstavy posterů na téma rizikových faktorů zdraví, nejčastějších a nejzávažnějších neinfekčních nemocí a jejich možné prevence, ev. spojené s besedou na tato témata. Žáci byli tak krátce seznámeni i s důležitostí a významem zdravého životního stylu a naopak s nejdůležitějšími rizikovými faktory pro zdraví a pro vznik nejčastějších nemocí.

V rámci této studie bylo osloveno a navštíveno celkem 22 středních škol (dále také „SŠ“), které byly vybrány stratifikovaným statisticky náhodným výběrem ze všech středních škol, které se nachází v Kraji Vysočina. Stratifikace byla provedena s ohledem na rovnoměrné rozdělení počtu žáků na gymnáziích, na školách, resp. ve třídách s nematuritními (tj. učňovskými) obory a na tzv. „ostatních“ středních školách, tj. ve třídách s maturitními obory mimo gymnázia. Dalším stratifikačním kritériem byl poměr škol podle jednotlivých okresů v Kraji Vysočina.

Ve vybraných školách byl projekt realizován vždy ve druhých ročnících, a v každé škole ve dvou třídách, pouze na dvou středních školách ve třech třídách. Celkem studie proběhla ve 46 vybraných třídách v různých typech středních škol.

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

<b>Okres Jihlava</b>	<b>Počet tříd</b>
SŠ stavební Jihlava	2
OA, SZŠ, SOŠ služeb a Jazyková škola Jihlava	2
FARMEKO – VOŠ a SOŠ, s.r.o. Jihlava	2
Gymnázium Jihlava	3
SŠ průmyslová, technická a automobilní Jihlava	2
SOŠ a SOU Třešť	2
Gymnázium O. Březiny a SOŠ Telč	2
<b>Okres Havlíčkův Brod</b>	
OA a HŠ Havlíčkův Brod	2
Gymnázium Chotěboř	2
SPŠ stavební ak. S. Bechyně Havlíčkův Brod	2
<b>Okres Pelhřimov</b>	
Gymnázium dr. A. Hrdličky Humpolec	2
SPŠ a SOU Pelhřimov	2
ČZA Humpolec	2
<b>Okres Žďár nad Sázavou</b>	
SOŠ Nové Město na Moravě	2
HŠ Světlá a SOŠ řemesel Velké Meziříčí	2
SŠ obchodní a služeb SČMSD, s.r.o., Žďár nad Sázavou	2
SZŠ a VOŠ Žďár nad Sázavou	2
<b>Okres Třebíč</b>	
Gymnázium Třebíč	2
SŠ stavební Třebíč	3
VOŠ a SŠ veterinární, zemědělská a zdravotnická Třebíč	2
Gymnázium a SOŠ Moravské Budějovice	2
SŠ průmyslová Třebíč	2
<b>Celkem 22 středních škol</b>	<b>46 tříd</b>

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

Kraj Vysočina, jménem člena rady Kraje Ing. Bc. Martina Hyského, oslovil dopisem, který obsahoval mj. základní informace o obsahu a realizaci projektu, ředitele do projektu vybraných škol a požádal je o spolupráci. Ředitelé byli dopisem požádáni o vyslovení souhlasu se zapojením do této studie. Zástupce občanského sdružení Zdravá Vysočina, z.s. ve spolupráci se Státním zdravotním ústavem následně oslovil ředitele do projektu vybraných škol a vzájemně dohodli termín návštěvy a realizace projektu na jejich škole.

Do projektu a studie byl vybrán reprezentativní vzorek populace žáků středních škol ze druhých ročníků. Celkem se projektu zúčastnilo 960 respondentů, z toho bylo 468 (48,8 %) chlapců a 492 (51,3 %) dívek.

V každé vybrané střední škole a třídě byli žáci a žákyně v úvodu seznámeni se smyslem, cíli a obsahem studie, s průběhem studie v jejich třídě a s tím, jaká vyšetření, měření a další aktivity je budou během realizace čekat. Současně byli upozorněni na možné kontraindikace pro jednotlivá vyšetření či Ruffierův test. Byli také upozorněni na skutečnost, že vyplňování dotazníku i všechny výsledky vyšetření a měření jsou zcela anonymní, konkrétní výsledky budou znát pouze oni, protože je budou mít zaznamenány ve své individuální kartičce.

Žáci v průběhu návštěvy vyplnili anonymní dotazník (viz příloha č. 1 této zprávy) a zároveň jim byla provedena tato vyšetření:

- vyšetření krevního tlaku a pulsu
- měření tělesné hmotnosti a výšky
- měření Indexu tělesné hmotnosti (BMI)
- měření procenta tělesného tuku
- měření obvodu pasu a boků
- stanovení WHR indexu
- Ruffierova zkouška tělesné zdatnosti.

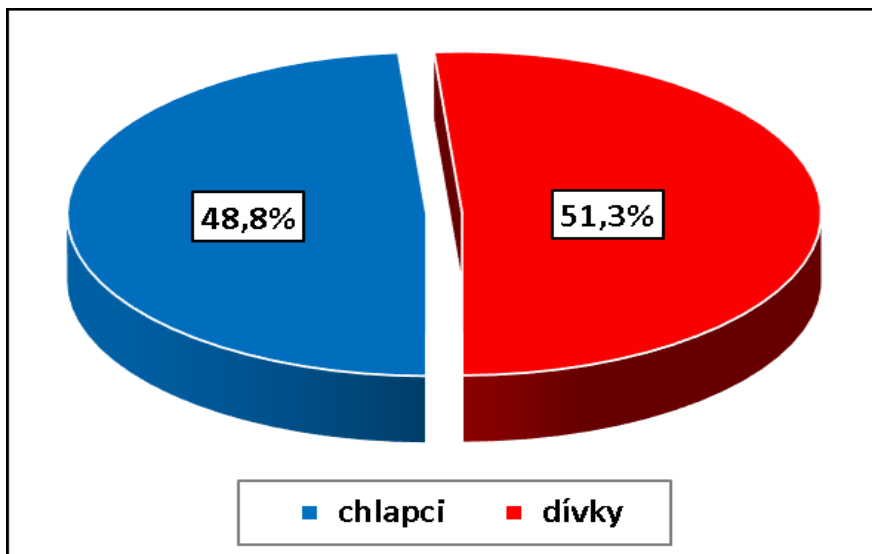
Výsledky všech měření a vyšetření vč. Ruffierova testu byly zaznamenány anonymně do dotazníku každého respondenta. Tím se dosáhlo provázanosti s odpověďmi, které každý jednotlivý respondent uvedl ve svém dotazníku. Současně byly všechny výsledky zaznamenány do individuální kartičky (viz příloha č. 2 této zprávy), kterou žáci obdrželi při počátečním vyšetření krevního tlaku, a která žákům zůstala. V průběhu vyšetřování a měření a po jejich ukončení bylo prováděno individuální vyhodnocení a konzultace výsledků s doporučením k dalšímu postupu a vyšetření u pediatra či praktického lékaře, případně u příslušného odborného lékaře a s doporučením ke změně životního stylu. Současně žákům byl v tištěné podobě poskytnut přehled hodnot vyšetřovaných ukazatelů zdravotního stavu s uvedením limitů daných vyšetření a měření a jejich vyhodnocení (viz příloha č. 3 této zprávy). Žáci si tak mohli porovnat výsledky svých vyšetření s limitními či nadlimitními hodnotami.

V průběhu realizace projektu ve třídě měli žáci možnost shlédnout malou výstavu posterů na téma rizikových faktorů zdraví, nejčastějších a nejzávažnějších neinfekčních nemocí a jejich možné prevence, ev. spojenou s besedou na tato témata. Žáci byli krátce seznámeni i s důležitostí a významem zdravého životního stylu, a naopak s nejdůležitějšími rizikovými faktory pro zdraví a pro vznik nejčastějších neinfekčních nemocí.

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

škola č.	respondentů celkem	absolutně		%	
		chlapci	dívky	chlapci	dívky
1.	36	30	6	83,3	16,7
2.	40	6	34	15,0	85,0
3.	24	3	21	12,5	87,5
4.	79	34	45	43,0	57,0
5.	40	36	4	90,0	10,0
6.	54	17	37	31,5	68,5
7.	39	13	26	33,3	66,6
8.	36	13	23	36,1	63,9
9.	54	26	28	48,1	51,9
10.	53	42	11	79,2	20,8
11.	38	11	27	28,9	71,1
12.	33	33	0	100,0	0,0
13.	38	22	16	57,9	42,1
14.	32	19	13	59,4	40,6
15.	38	24	14	63,2	36,8
16.	43	7	36	16,3	83,7
17.	44	5	39	11,4	88,6
18.	47	21	26	44,7	55,3
19.	65	42	23	64,6	35,4
20.	32	19	13	59,4	40,6
21.	53	19	34	35,8	65,2
22.	42	26	16	61,9	38,1
<b>Celkem</b>	<b>960</b>	<b>468</b>	<b>492</b>	<b>48,8</b>	<b>51,3</b>

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

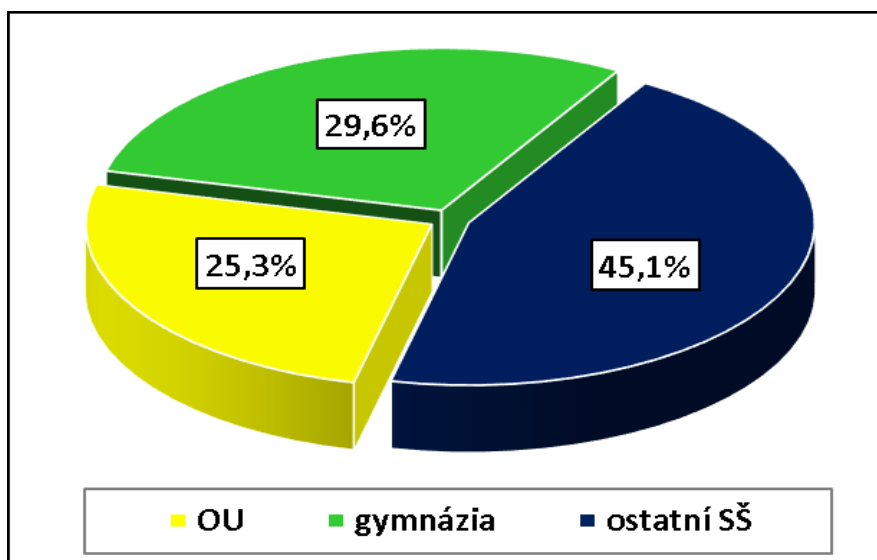


Z celkového počtu 960 respondentů je 284 (29,6 %) žáků gymnázií, 243 (25,3 %) žáků – učňů a 433 (45,1 %) žáků z ostatních vybraných středních škol. Pro žáky, kteří nestudují gymnázia, ani nejsou učni, budeme pro účely této studie používat označení „ostatní SŠ“, ev. v grafech zkratku „SŠ“.

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

	chlapci	dívky	celkem	%
<b>gymnázia</b>	118	166	284	29,6
<b>ostatní SŠ</b>	220	213	433	45,1
<b>OU</b>	130	113	243	25,3
<b>Celkem</b>	<b>468</b>	<b>492</b>	<b>960</b>	<b>100,0</b>

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



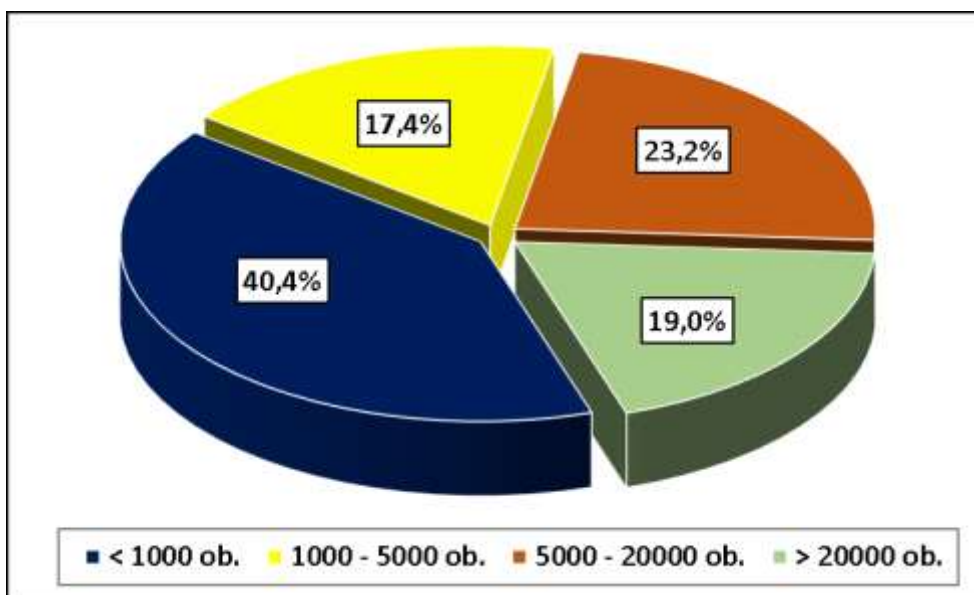


Z celkového počtu 958 respondentů, kteří uvedli v dotazníku velikost obce či města, ve kterém trvale bydlí, je 387 (40,4 %) žáků z malých obcí do tisíce obyvatel, 167 (17,4 %) je z větších obcí a malých měst s počtem mezi 1 – 5 tisíci obyvateli, 222 (23,2 %) z měst mezi 5 – 20 tisíci obyvatel a zbývajících 182 (19,0 %) žáků 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	387	40,4
1 000 – 5 000 obyvatel	167	17,4
5 000 – 20 000 obyvatel	222	23,2
> 20 000 obyvatel	182	19,0

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



### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Studie a analýza v roce 2012 proběhla taktéž ve 22 náhodně vybraných středních školách, v nich ve 41 třídách, nyní bylo do studie zapojeno o 5 tříd více. Větší je i počet respondentů – 960 oproti 866 v roce 2012. Podíl chlapců a dívek, podobně i podíl respondentů podle jednotlivých typů škol a podle velikosti sídla jejich trvalého bydliště, je v roce 2017 velmi podobný roku 2012. Rozdělení škol podle jejich typu (gymnázia, odborná učiliště a tzv. ostatní SŠ) a rozdělení sídel bydliště podle jejich velikosti bylo pro dobrou srovnatelnost provedeno podle stejných kritérií jako ve studii v roce 2012.

## 2 VÝSLEDKY VYŠETŘENÍ ZDRAVOTNÍHO STAVU

Jak již bylo uvedeno, v každé vybrané střední škole, v každé vybrané třídě z těchto škol, byla žákyním a žákům provedena následující vyšetření zdravotního stavu:

- vyšetření krevního tlaku a pulsu
- měření tělesné hmotnosti a výšky
- měření Indexu tělesné hmotnosti (BMI)
- měření procenta tělesného tuku
- měření obvodu pasu a boků
- stanovení WHR indexu
- Ruffierova zkouška tělesné zdatnosti.

Ti žáci, kteří odmítli, ať už všechna nebo jen některá vyšetření, vyšetření nebyli. Z tohoto důvodu byl vyšetřen na výše uvedená vyšetření a měření různý počet žáků, jejichž počet je vždy uveden v daném textu.

Zjištěné hodnoty všech provedených vyšetření a měření byly všem žákům 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 č. 1) a také na kartičku (viz příloha č. 2), která byla vystavena a předána každému žákovi se všemi výsledky. Do kartičky byly vždy červeně označeny ty výsledky vyšetření a měření, které byly nadlimitní s tím, že bylo danému žákovi doporučeno, jak má dále postupovat. V případě závažnějších zjištění byla žákům doporučena návštěva u jejich pediatra. V každé třídě byl vždy v několika vyhotovených ponechán přehled „Hodnoty vyšetřovaných ukazatelů zdravotního stavu“, kde byly uvedeny limitní hodnoty všech vyšetření a měření, případně i vzorce pro výpočet potřebných výsledků – viz příloha č. 3.

### 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 hodnoty i v jednom ukazateli, bylo následně provedeno další měření (v souladu s Metodikou pro tuto studii). V případě opakovaného měření se do hodnocení výsledků této studie využívaly průměrné hodnoty z naměřených hodnot. A to i proto, abychom zachovali stejný postup jako ve studii a analýze v roce 2012. Hodnoty se měřily v mm rtuťového sloupce (tj. v torrech). V případě, že i opakovaným měřením byly zjištěny nadlimitní hodnoty, byla respondentům doporučena návštěva jejich praktického lékaře – pediatra k ověření výše krevního tlaku, případně i k dalším opatřením (dispenzarizaci, léčbě apod.).

Na základě odborných konzultací byly výsledky měření krevního tlaku hodnoceny 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
závažnější či závažná hypertenze	> 140	> 85

Krevní tlak byl vyšetřen celkem 956 respondentům, z toho bylo 488 dívek a 468 chlapců.

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

### Vyšetření systolického krevního tlaku

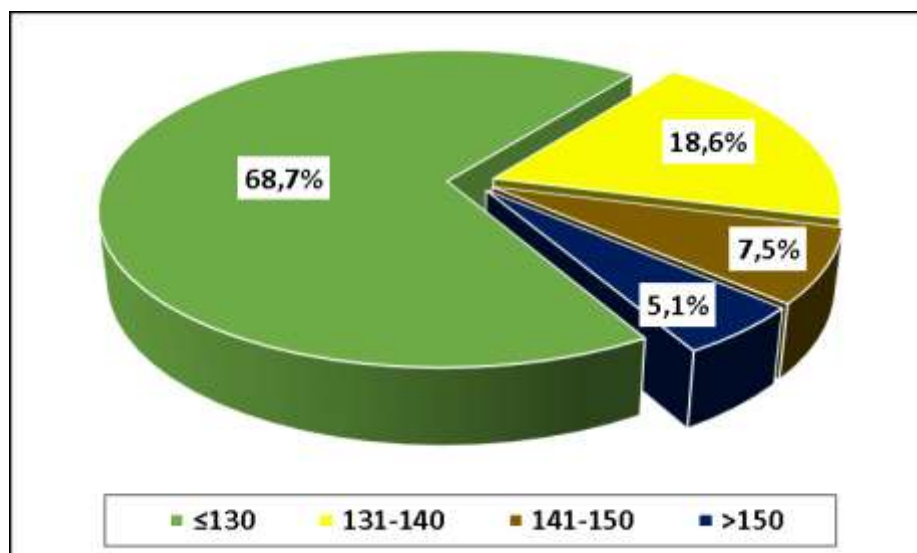
Hodnoty krevního tlaku budou nejprve vyhodnoceny zvlášť podle hodnot systolického krevního tlaku, zvlášť podle hodnot diastolického krevního tlaku, a poté v hodnotách společných.

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

TK systolický	celkem	chlapci	dívky
≤ 130	68,7	50,4	86,3
131 – 140	18,6	27,1	10,5
141 – 150	7,5	13,0	2,3
> 150	5,1	9,4	1,0

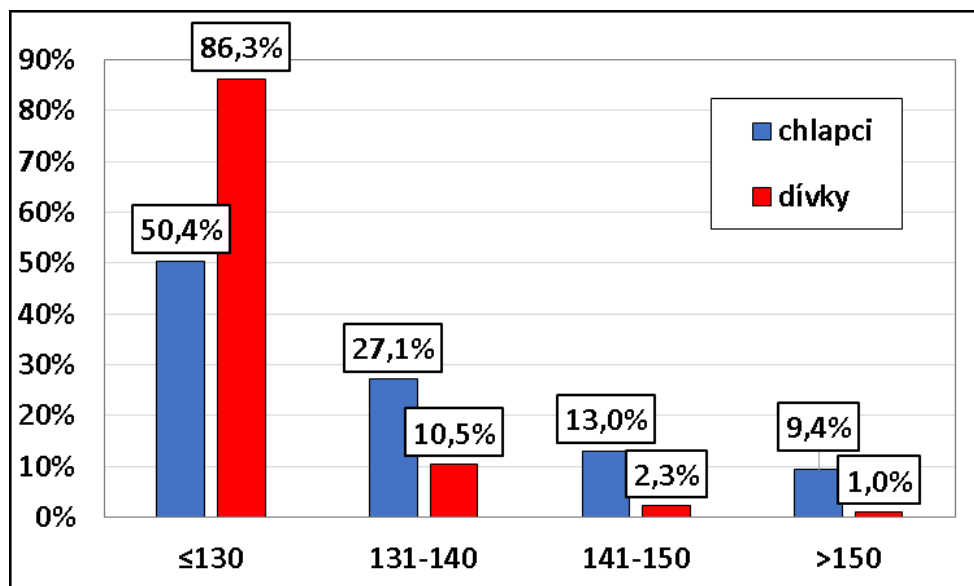
Téměř třetině (31,3 %) žáků středních škol zařazených do této studie byl naměřen systolický krevní tlak vyšší než 130 mm Hg, 12,7 % vyšší než 140 mm Hg a každému dvacátému respondentu (5,1 %) pak dokonce tlak vyšší než 150 mm Hg.

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



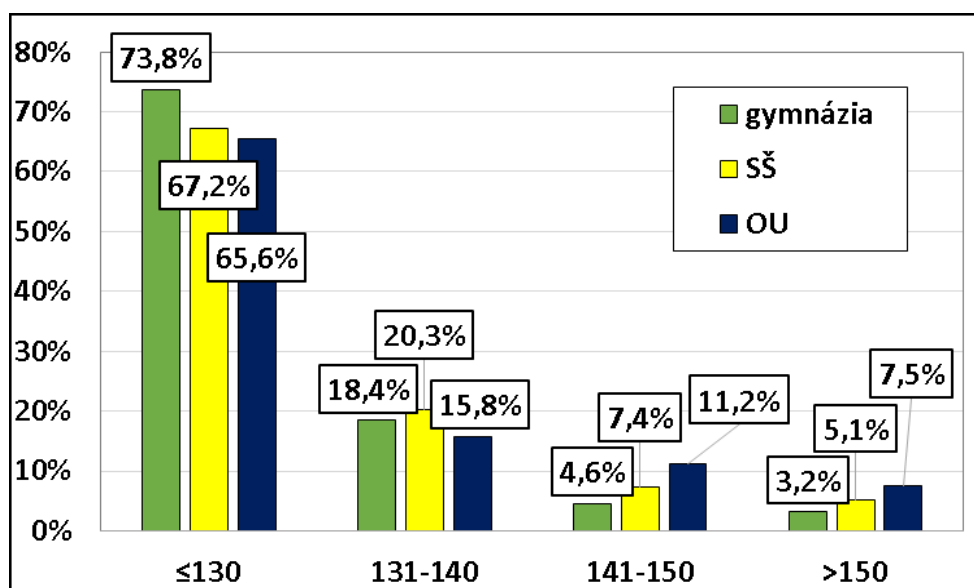
Výrazně horší, tzn. častější nadlimitní hodnoty systolického krevního tlaku, byly naměřeny chlapcům. Polovině z nich (50,4 %) byl naměřen systolický krevní tlak vyšší než 130 mm Hg, více než pětině (22,4 %) pak vyšší než 140 mm Hg, a téměř desetině z nich (9,4 %) pak dokonce vyšší než 150 mm Hg. Výsledky u dívek jsou výrazně příznivější – „pouze“ 3,3 % z nich byl naměřen tento tlak vyšší než 140 mm Hg. Důvodů, proč mají chlapci vyšší krevní tlak, může být zajisté více. Výsledky vyšetření systolického krevního tlaku podle pohlaví (v mm Hg) v %

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



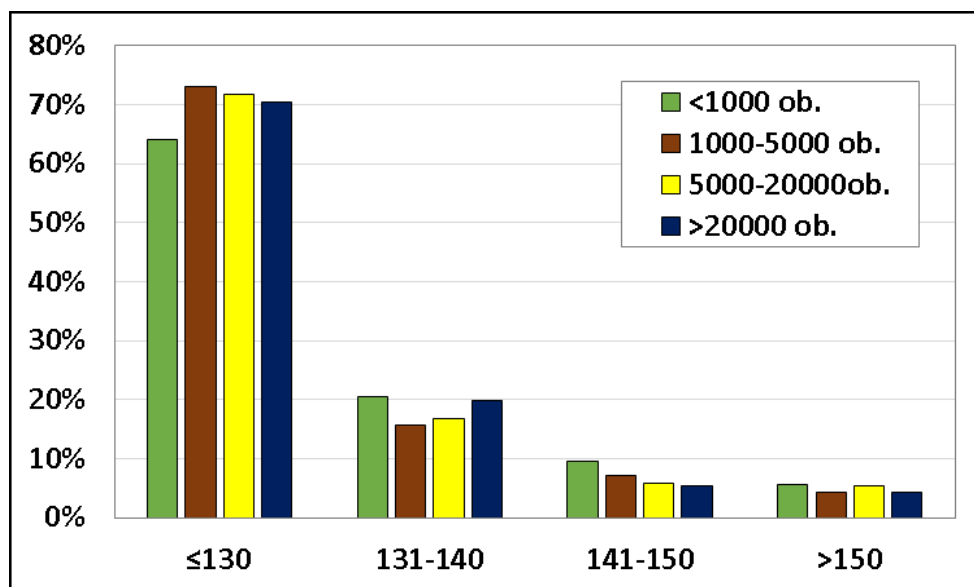
Rozdíly v naměřených hodnotách systolického krevního tlaku podle typu školy jsou především v tom smyslu, že uční vykazují nižší podíl těch, kteří mají systolický krevní tlak v normě (65,6 % oproti 73,8 % gymnazistů) a v souladu s tím i významně vyšší procento těch, kterým byl naměřen tento tlak vyšší než 140 mm Hg (18,7 % oproti 7,8 % gymnazistů). Podrobnější výsledky ukazuje následující graf.

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. Lze snad konstatovat, že mládež, žijící v malých obcích do tisíce obyvatel, vykazuje nižší procento těch, kteří mají systolický krevní tlak v normě (64,2 % oproti 71,7 % respondentů, žijících ve větších sídlech) a naopak vyšší podíl těch, u kterých byl zjištěn nadlimitní systolický krevní tlak, a to ve všech kategoriích. Např. tlak vyšší než 140 mm Hg byl naměřen u 15,3 % žáků, bydlících v malých sídlech oproti 10,9 % žáků, bydlících ve větších sídlech.

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



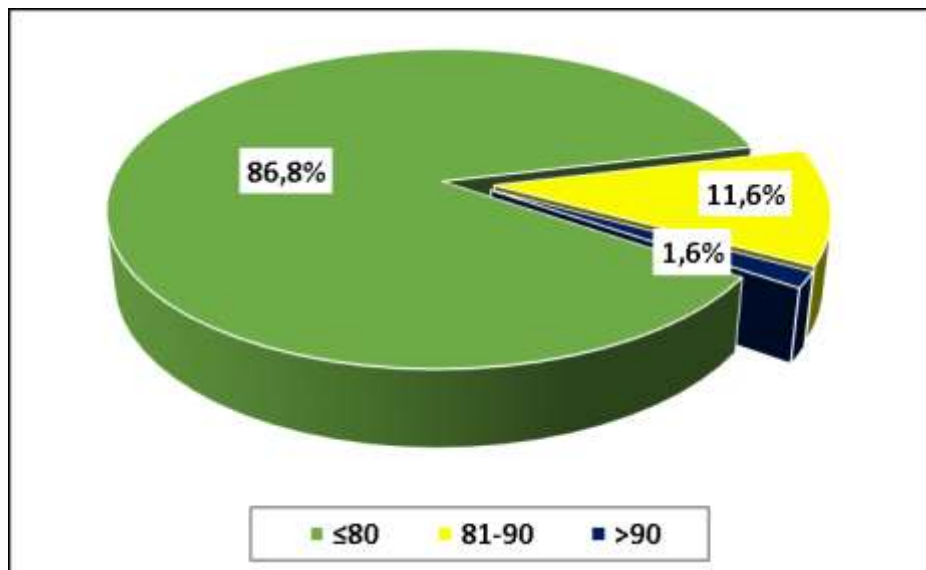
### Vyšetření diastolického krevního tlaku

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

TK diastolický	celkem	chlapci	dívky
≤ 80	86,8	88,0	85,7
81 – 90	11,6	10,3	12,9
> 90	1,6	1,7	1,4

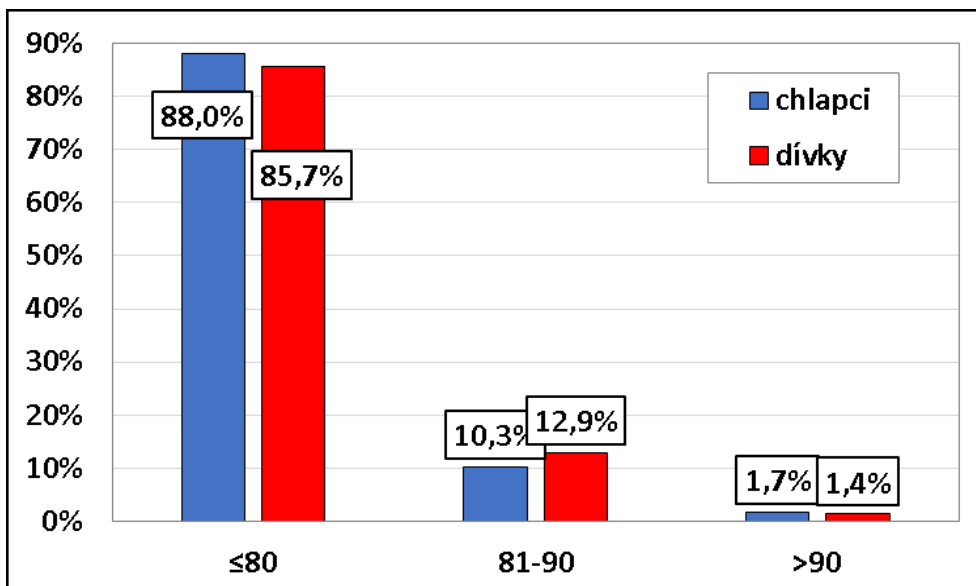
12 % žáků středních škol byl naměřen diastolický krevní tlak vyšší než 80 mm Hg, necelým 2 % pak vyšší než 90 mm Hg.

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



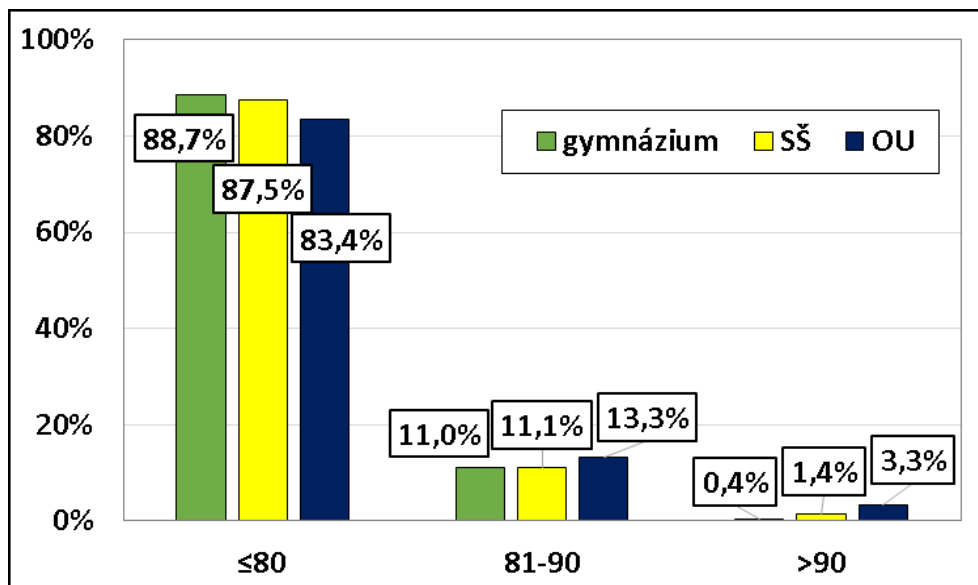
Rozdíly naměřených hodnot diastolického krevního tlaku mezi pohlavími nejsou velké, ani významné, což dokládá následující graf.

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



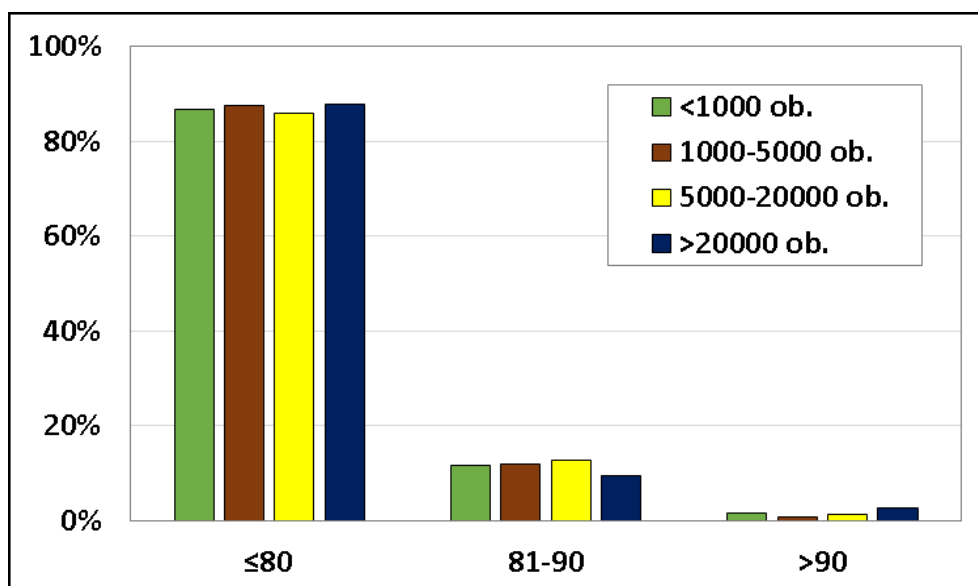
Podobně ani rozdíly v naměřených hodnotách diastolických krevních tlaků podle typu školy nejsou příliš významné. Učni mají, podobně jako u systolického tlaku, méně příznivější hodnoty naměřených diastolických tlaků oproti žákům z jiných typů SŠ.

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



Co se týče výsledků podle velikosti bydliště, tak ani zde nebyly zjištěny rozdíly, které by bylo možno hodnotit jako významně rozdílné, 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)

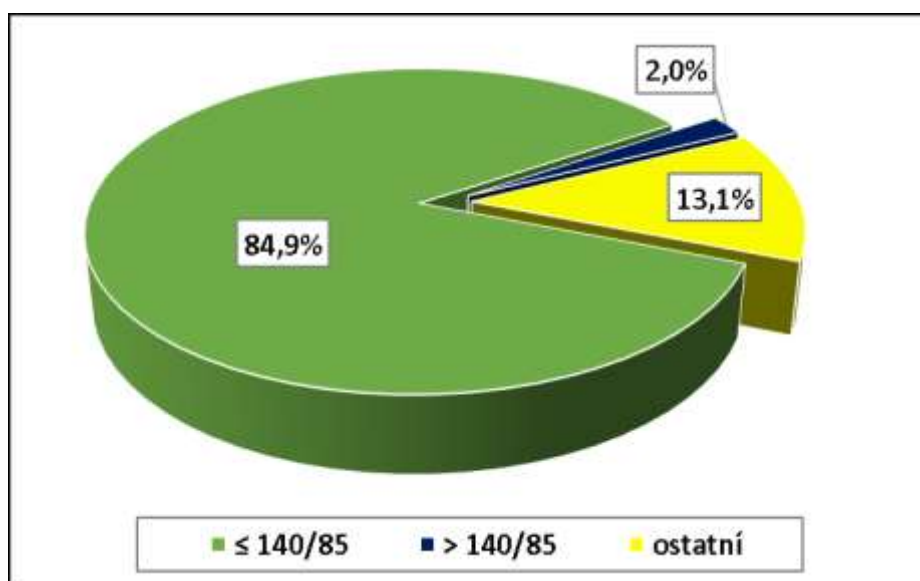
Protože lze statisticky hodnotit současně oba naměřené krevní tlaky společně, omezili jsme se pouze na vyhodnocení tzv. závažnější či závažné hypertenze. Proto jsme respondenty podle získaných výsledků rozdělili do tří souborů. V prvním souboru ( $\leq 140/85$ ) jsou respondenti, kterým byl naměřen (současně) krevní tlak roven nebo nižší než 140/85, ve druhém souboru ( $> 140/85$ ) jsou respondenti se závažnější či závažnou hypertenzí, kterým byl (současně) naměřen krevní tlak vyšší než 140/85 a ve třetím souboru jsou pak respondenti, u kterých byla zjištěna jedna z uvedených nadlimitních hodnot a druhá byla v pořádku – tento soubor je označen jako „ostatní“.

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

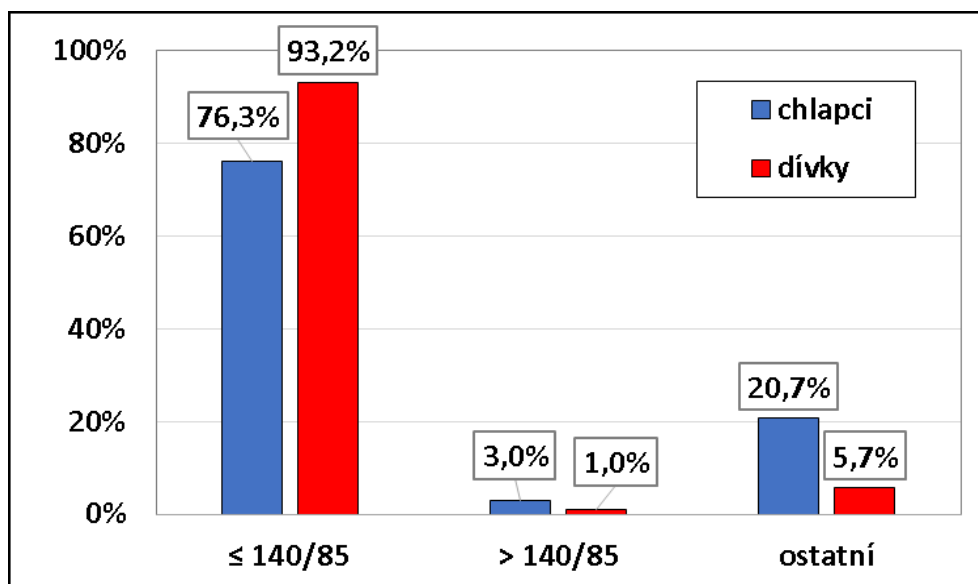
TK	celkem	chlapci	dívky
≤ 140/85	84,9	76,3	93,2
> 140/85	2,0	3,0	1,0
ostatní	13,1	20,7	5,7

Závažnější či závažná hypertenze, tj. krevní tlak vyšší než 140/85 mm Hg, byla zjištěna u 2 % žáků středních škol v Kraji Vysočina. U 13 % žáků byla naměřena pouze jedna nadlimitní hodnota, buď systolického nebo diastolického tlaku.

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



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





Výsledky u chlapců byly horší než u stejně starých dívek. Závažnější či závažná hypertenze, tj. krevní tlak vyšší než 140/85 mm Hg, byla zjištěna u 3,0 % chlapců, zatímco u dívek se jednalo o 1,0 %. Rozdíl byl i ve velikosti souborů, kdy byla naměřena pouze jedna nadlimitní hodnota, buď systolického nebo diastolického tlaku – u chlapců se jednalo o 20,7 % a u dívek o 5,7 %.

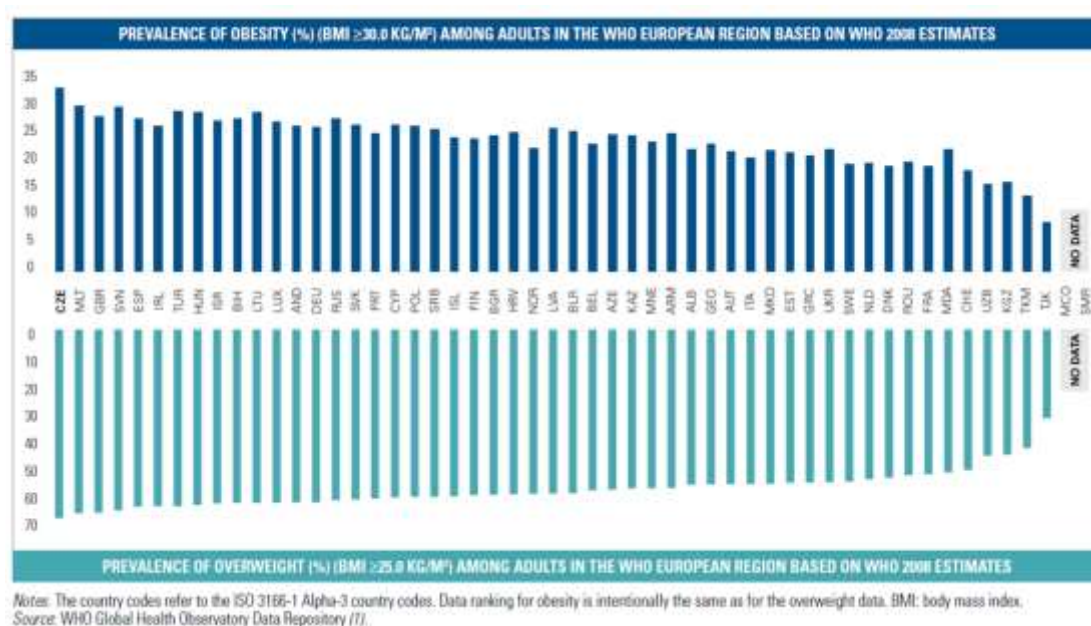
### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Vyšetření krevního tlaku u žáků druhých ročníků SŠ přineslo v této studii lepší výsledky, než tomu bylo v analýze v roce 2012. U samostatného hodnocení systolického krevního tlaku (TKS) lze konstatovat, že zatímco v roce 2012 byl TKS nad 140 mm Hg zjištěn u 26 % respondentů, tak v současné studii to bylo u 13 % respondentů. U samostatného hodnocení diastolického krevního tlaku (TKD) je patrné velmi podobné zlepšení. Zatímco v roce 2012 byl TKD nad 90 mm Hg zjištěn u 6 % respondentů, tak v současné studii to bylo u necelých 2 % respondentů. K obdobnému zlepšení došlo u dívek i chlapců. Toto se promítlo i do společného hodnocení měřených tlaků, i přesto, že jsme tentokrát zvolili jiná kritéria než při první analýze. Závažnější či závažná hypertenze, tj. krevní tlak vyšší než 140/85 mm Hg, byla zjištěna u 2 % žáků, což je zhruba polovina z počtu, který byl zjištěn v roce 2012. Za určitou zajímavost v této studii, která nebyla v první analýze prokázána, lze považovat skutečnost, že učni oproti žákům z jiných škol vykazují nižší podíl těch, kteří mají krevní tlak v normě a v souladu s tím i vyšší procento těch, kterým byl naměřen krevní tlak vyšší, než jsou dané limity.

## 2.2 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. Nadváha a obezita patří k nejrizikovějším faktorům závažných chronických neinfekčních nemocí, ke kterým patří zejména onemocnění srdce a cév a zhoubné nádory. Obezita je však rizikem i u některých infekčních nemocí, příkladem je chřipka. Situace v ČR je v tomto ukazateli velmi závažná, o čemž svědčí i následující graf, převzatý ze Světové zdravotnické organizace.

Graf č. 14: Výskyt obezity a nadváhy u dospělé populace ve vybraných zemích Evropy v %



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

Žáci 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 mírnou korekcí a obezřetností, a to i s ohledem na zjištěné procento tělesného tuku, lze stanovené BMI u dívek i chlapců vyhodnocovat stejně podle následující tabulky.

Tabulka č. 9: 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

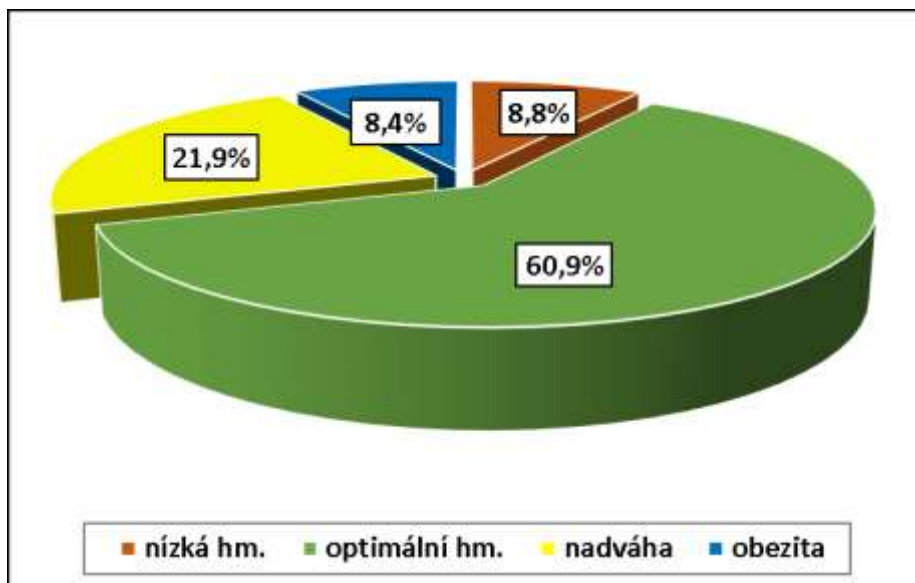
BMI byl v rámci této studie stanoven celkem 939 žákům či žákyním 2. ročníků středních škol, z toho bylo 467 dívek a 466 chlapců.

Tabulka č. 10: Výsledky stanovení BMI (Indexu tělesné hmotnosti) v %

	<b>celkem</b>	<b>chlapci</b>	<b>dívky</b>
nízká hmotnost, podvýživa	8,8	6,7	10,7
správná, optimální hmotnost	60,9	57,5	64,2
nadváha	21,9	24,1	19,9
mírná obezita	5,7	8,6	2,8
těžká obezita	2,7	3,0	2,4

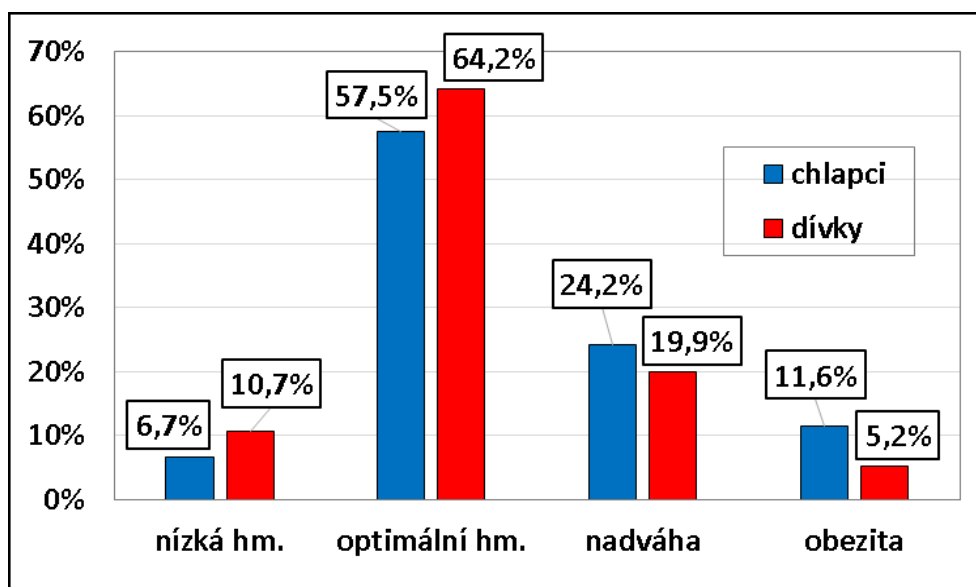
Nadváha či dokonce obezita hodnocená podle BMI byla zjištěna u více než tří desetin (30,3 %) převážně sedmnáctiletých žáků a žákyň středních škol v Kraji Vysočina, dalších 8,8 % mládeže má nižší hmotnost či podvýživu než určuje index BMI a pouze 60,9 % mladých osob má optimální hmotnost. U více než 8 % respondentů byla zjištěna obezita (tj. BMI vyšší než 29,0), téměř 3 % pak již v tomto mladém věku má těžkou obezitu (BMI vyšší než 34,0).

Graf č. 15: Výsledky stanovení BMI (Indexu tělesné hmotnosti) v %



Studie zjistila, že nadváhu a obezitu mají výrazně častěji chlapci. Nadváhu má pětina (19,9 %) dívek a téměř plná čtvrtina (24,2 %) chlapců, obezitu pak 5,2 % dívek, ale více než dvojnásobek chlapců – 11,6 %. 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). Více než desetina (10,7 %) dívek má nízkou hmotnost či podvýživu (tj. BMI nižší než 19,1), zatímco u chlapců je tento počet nižší – 6,7 %. Optimální hmotnost byla zjištěna u 57,5 % chlapců a 64,2 % dívek.

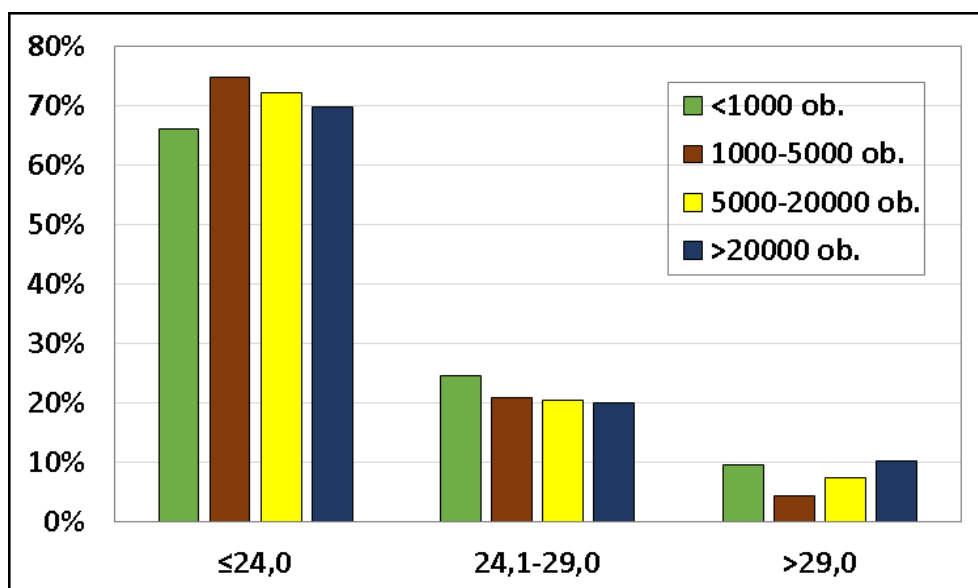
Graf č. 16: Výsledky stanovení BMI (Indexu tělesné hmotnosti) podle pohlaví v %



Rozdíly v Indexu tělesné hmotnosti s ohledem na velikost bydliště jsou velmi obtížně hodnotitelné a nejsou z tohoto pohledu ani významné. Nejvíce obézních žáků jsme zjistili ve velkých městech nad 20 tis. obyvatel (10,2 %), v malých obcích do 1 000 obyvatel byl zjištěn téměř shodný podíl (9,6 %). V těchto malých či menších obcích žije i nejvíce mládeže s nadváhou či obezitou, tj. kdy BMI je vyšší než 24,0, a to více než třetina (34,1 %), zatímco v obcích s velikostí od 1 – 5 000

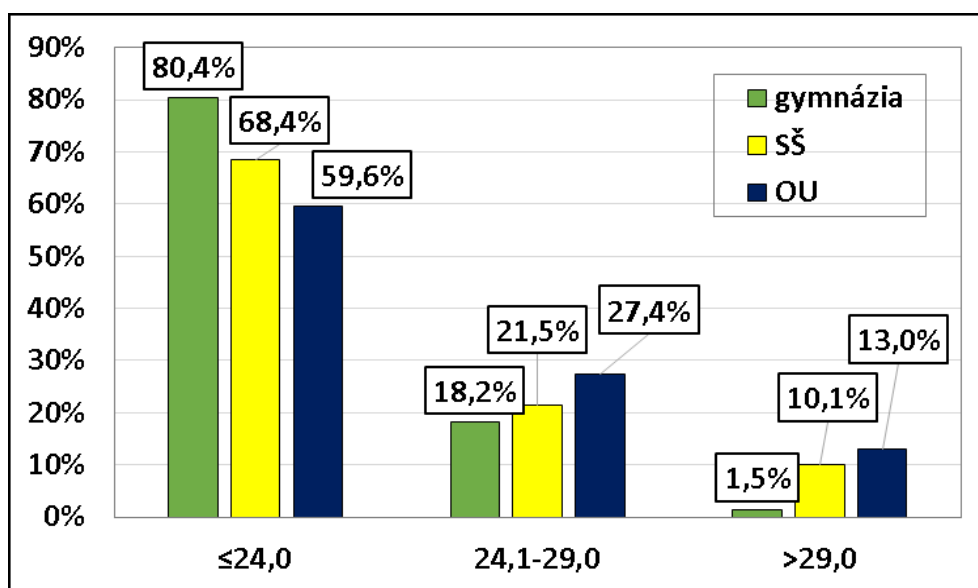
obyvatel je podíl naopak nejnižší (25,2 %). V největších městech (nad 20 tis. obyvatel) bylo zjištěno 30 % žáků s nadváhou či obezitou. Více ukazuje následující graf.

Graf č. 17: Výsledky stanovení BMI (Indexu tělesné hmotnosti) podle bydliště 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 více než 40 % (40,4 %) učňů, obezitu má pak 13 % žáků učilišť. Naproti tomu nadváhu či obezitu má necelá pětina (19,7 %) gymnazistů, přímo obezitou trpí 1,5 % gymnazistů.

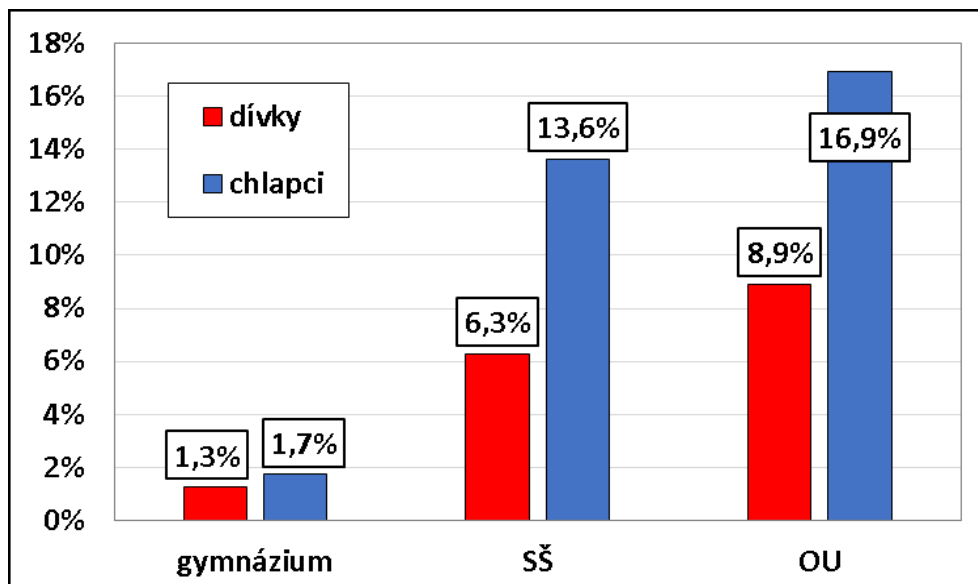
Graf č. 18: Výsledky stanovení BMI (Indexu tělesné hmotnosti) podle typu škol v %



Podobná situace je i ve srovnání chlapců a dívek na jednotlivých typech škol. Zatímco obezitou trpí 17 % chlapců studujících odborné učiliště, na gymnáziích to je výrazně méně, a to necelá 2 %.

Podobná situace je i u dívek, obezitou trpí necelá desetina (8,9 %) dívek na učilištích, na gymnáziích to je pouze 1,3 %.

Graf č. 19: Výsledky stanovení BMI (Indexu tělesné hmotnosti) podle typu škol – obezita (BMI vyšší než 29,0) podle pohlaví v %



#### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Počet respondentů s nadváhou či obezitou oproti roku 2012 výrazně stoupl. Zatímco v těchto kategoriích (tj. BMI vyšší než 24,0) bylo v roce 2012 zaznamenáno celkem 22,8 % žáků (30,5 % chlapců a 14,9 % dívek), tak v letošní studii to bylo 30,3 % žáků (35,7 % chlapců a 25,1 % dívek). Dívek s nadváhou či obezitou je stále méně než chlapců, nicméně nárůst je u dívek během pěti let výraznější, u chlapců je o 5,2 %, zatímco u dívek je o 10,2 %. Tento vyšší nárůst u dívek je dán výrazně vyšším nárůstem procenta dívek s nadváhou, a ne s obezitou. U obezity (tj. BMI vyšší než 29,0) došlo k podobnému nárůstu: v roce 2012 byla zjištěna obezita u 4,4 % respondentů (5,9 % chlapců a 2,9 % dívek), v roce 2017 pak u 8,4 % (11,6 % chlapců a 5,2 % dívek). Ale celkový nárůst obezity je dán vyšším nárůstem u chlapců.

## 2.3 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 impendanci 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. 11: *Hodnocení procenta tělesného tuku*

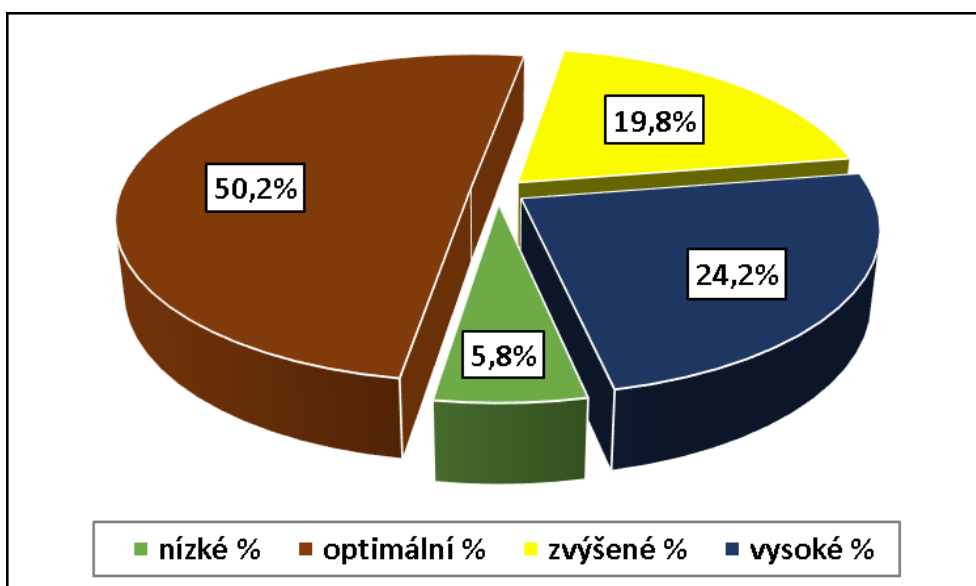
% TT	chlapci	dívky
nízké	≤ 10,0	≤ 16,0
optimální	10,1 – 21,0	16,1 – 30,0
zvýšené	21,1 – 24,0	30,1 – 34,0
vysoké	> 24,0	> 34,0

Procento tělesného tuku bylo v rámci této studie stanoveno celkem 925 žákům či žákyním druhých ročníků středních škol, z toho bylo 460 dívek a 465 chlapců.

Tabulka č. 12: *Výsledky měření procenta tělesného tuku (% TT) v %*

% TT	celkem	chlapci	dívky
nízké	5,8	11,2	0,4
optimální	50,2	56,6	43,7
zvýšené	19,8	11,6	28,0
vysoké	24,2	20,6	27,8

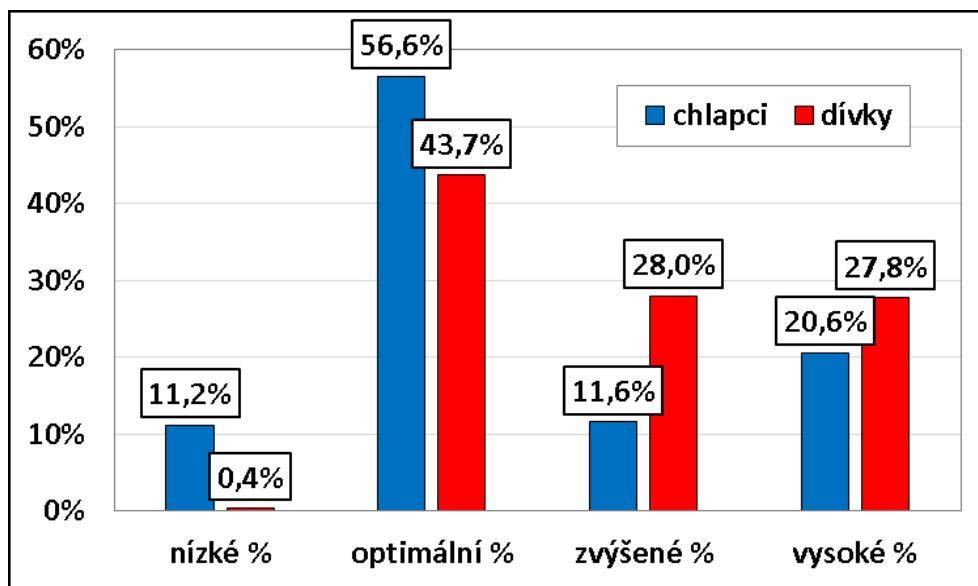
Graf č. 20: *Výsledky měření procenta tělesného tuku (% TT) v %*



44 % žáků ze středních škol zapojených do projektu má zvýšené nebo vysoké % tělesného tuku a téměř čtvrtina (24,2 %) mládeže má přímo vysoké % TT. Výrazně hůře na tom jsou dívky – z nich

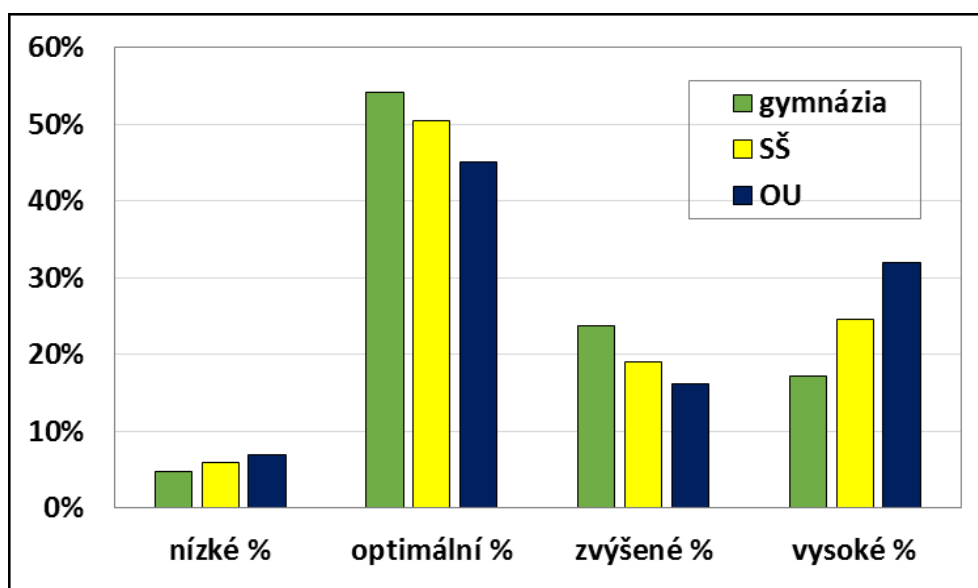
má dokonce více než polovina (55,8 %) zvýšené nebo vysoké % TT, u chlapců je to o 24 % méně, zde má 32,2 % zvýšené či vysoké množství tělesného tuku.

Graf č. 21: Výsledky měření procenta tělesného tuku (% TT) podle pohlaví v %



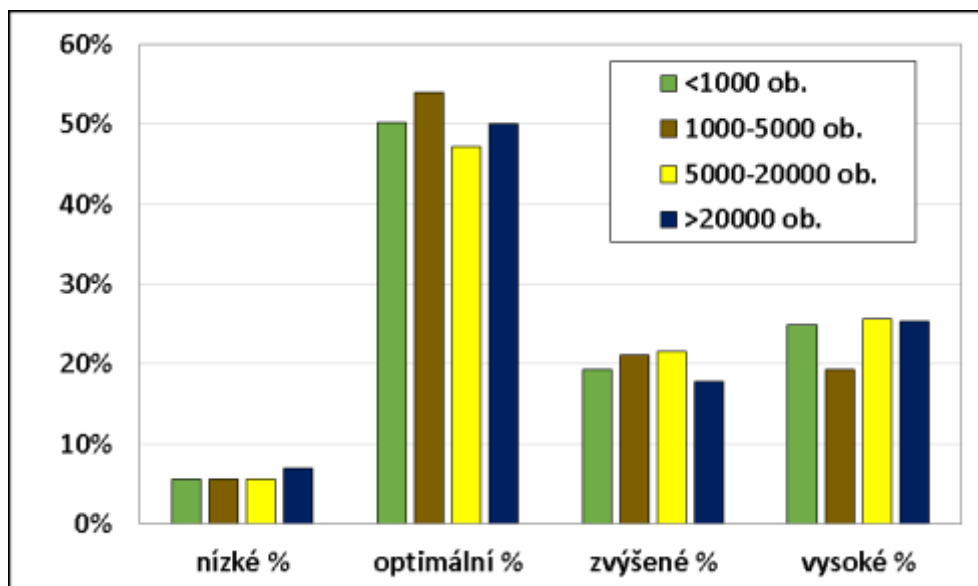
Určité rozdíly byly ve výsledcích % tělesného tuku zjištěny u mládeže podle typu škol, které navštěvují. Zatímco vysoké % TT má 17 % šestnáctileté mládeže studující na gymnáziích, na odborných učilištích to je téměř třetina (31,9 %) žáků. U kategorie zvýšené hladiny je tomu však naopak, tyto hodnoty má 16 % učňů, ale 24 % gymnazistů. Proto srovnáváme-li počty u zvýšených a vysokých hodnot % TT vcelku, rozdíly nejsou příliš významné: 41 % gymnazistů – 44 % žáků ostatních SŠ – 48 % učňů. Významné rozdíly v tomto vyšetření u respondentů podle velikosti trvalého bydliště nebyly zjištěny.

Graf č. 22: Výsledky měření procenta tělesného tuku (% TT) podle typu škol v %



Srovnání naměřených % tělesného tuku podle zvolených kategorií podle velikosti bydliště respondentů nepřineslo žádné významné, ani podstatné rozdíly, což dokládá i následující graf.

Graf č. 23: Výsledky měření procenta tělesného tuku (% TT) podle bydliště v %



#### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Vysoké procento tělesného tuku bylo zjištěno u 24,2 % respondentů, což je o 3,7 % více, než tomu bylo v analýze v roce 2012, kdy bylo vysoké % TT zjištěno u 20,6 % žáků. Naopak zvýšené % tělesného tuku bylo v současné studii zjištěno u necelé pětiny mládeže, zatímco v roce 2012 to bylo plných 28 %, tj. o 8 % více. Zvýšené či vysoké % tělesného tuku bylo v současné studii zjištěno u 32 % chlapců, zatímco v roce 2012 téměř u 45 %, u dívek naopak došlo k navýšení na 56 % oproti 53 % v roce 2012. Výsledky podle jednotlivých typů škol jsou nyní velmi podobné výsledkům v roce 2012, obě studie prokázaly, že nejhorší výsledky jsou u žáků odborných učilišť.

## 2.4 Měření obvodu pasu, WHR index

Index tělesné hmotnosti (BMI) se pro určování obezity používá už dlouho. Tato metoda však není vždy úplně přesná, protože opomíjí váhu svalové hmoty, zejména u sportovců a těch, co pravidelně cvičí či posilují. Jako přesnější ukazatel pak může posloužit měření obvodu pasu a následně výpočet tzv. WHR indexu. Odborníci předpokládají, že tuk uložený v oblasti břicha nejvíce ohrožuje zdraví lidí. Pokud mají muži či chlapci obvod pasu větší než 94 cm, je to považováno za zvýšené riziko, pokud je obvod větší než 102 cm, tak za vysoké riziko. U žen či dívek je za zvýšené riziko považován obvod větší než 80 cm a za vysoké riziko větší než 88 cm.

WHR index je ukazatel rozložení tuku v těle. Vypočítává se jako poměr obvodu pasu a boků. K výpočtu je nezbytné změřit obvod v pase a obvod v bocích a následně vypočítat daný index vydělením obou získaných hodnot. Vzorec pro výpočet indexu je:  $WHR = \text{obvod v pase} / \text{obvod v bocích}$ . Index je orientační a může ukazovat na možná zdravotní rizika u člověka. Podle odborných zdrojů jsou rizikové hodnoty u žen vyšší než 0,85 a u mužů vyšší než 1,0. Tyto hodnoty bývají i častěji spojeny se zdravotními potížemi a nemocemi.



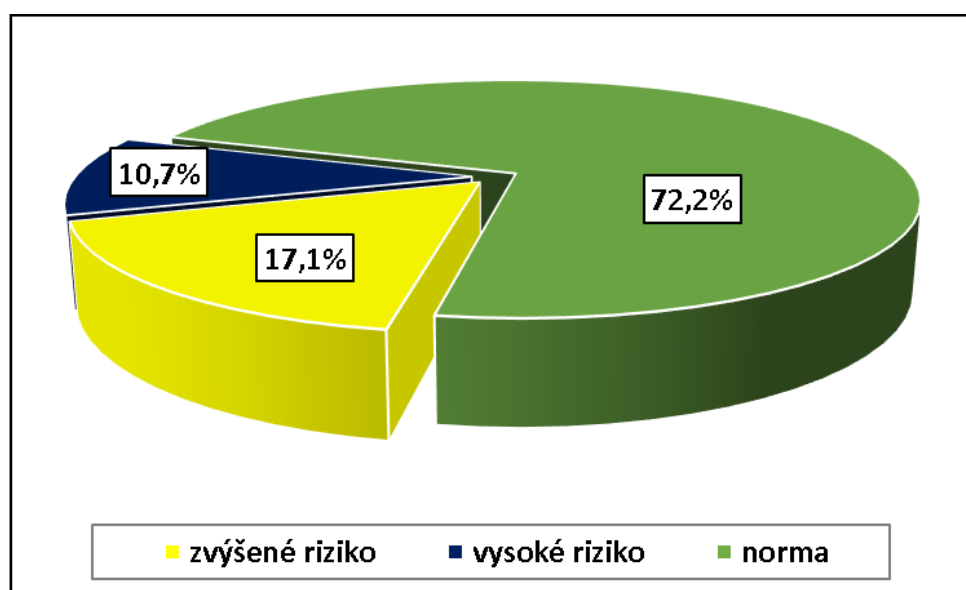
Tabulka č. 13: Hodnocení obvodu pasu a WHR indexu

	Obvod pasu			WHR index
	zvýšené riziko	vysoké riziko		rizikové hodnoty
Dívky	> 80 cm	> 88 cm	Dívky	> 0,85
Chlapci	> 94 cm	> 102 cm	Chlapci	> 1,00

Tabulka č. 14: Výsledky měření obvodu pasu v %

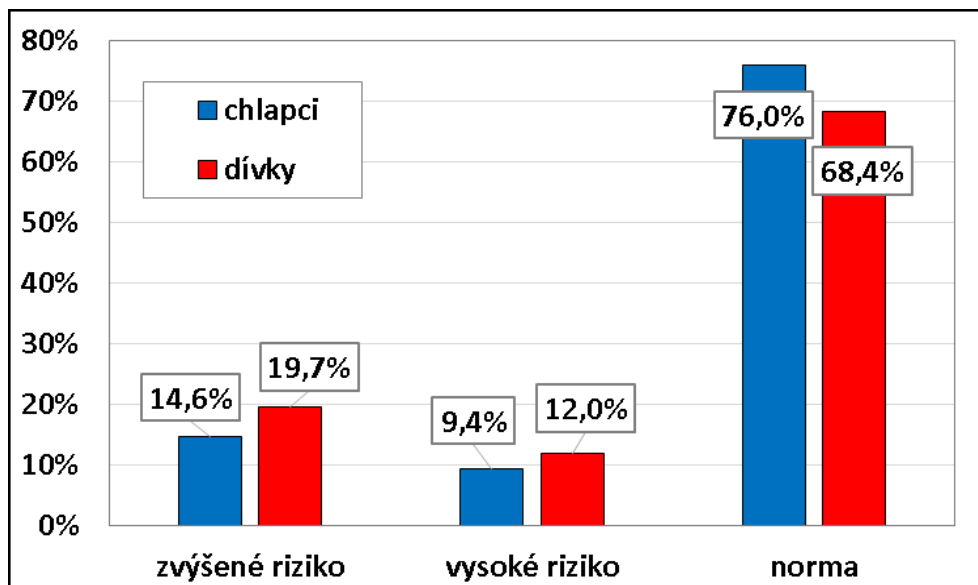
Hodnocení	celkem	chlapci	dívky
vysoké riziko	10,7	9,4	12,0
zvýšené riziko	17,1	14,6	19,7
norma	72,2	76,0	68,4

Graf č. 24: Výsledky měření obvodu pasu v %



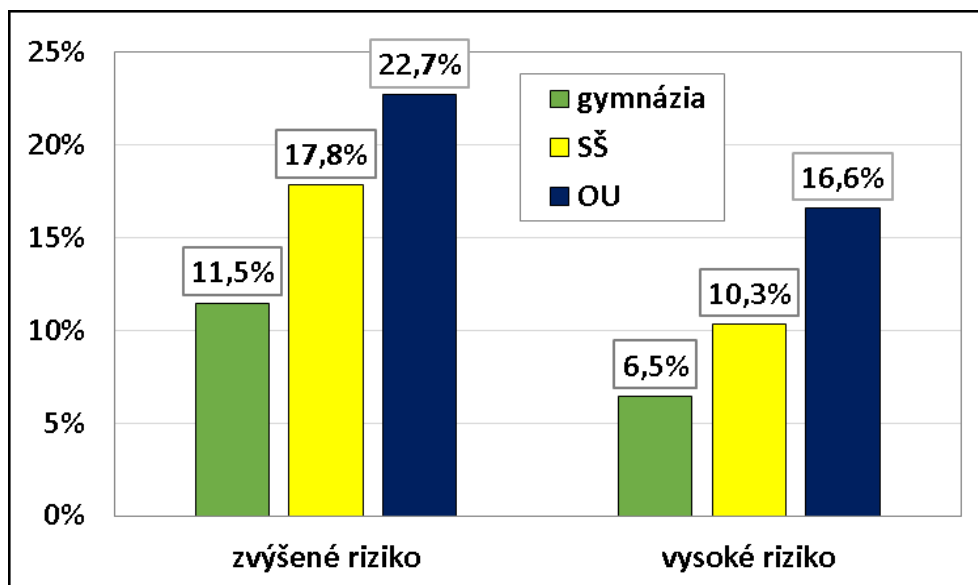
Obvod pasu, který bývá odborníky hodnocen jako vysoké riziko, byl zjištěn u více než desetiny (10,7 %) respondentů, u dívek byl tento počet vyšší (12,0 %) než u chlapců (9,4 %). Zvýšené riziko, vyplývající z naměřeného obvodu pasu, bylo zjištěno u 17,1 % žáků druhých ročníků SŠ. U dívek je opět situace horší, do této kategorie hodnocení patří 19,7 % z nich, u chlapců to je 14,6 %. Tyto údaje se promítají do podílu těch, kteří mají obvod pasu v daných limitech, a kteří jsou hodnoceni dle tohoto ukazatele v normě, tj. bez rizika. Celkem se jedná o 72,2 % žáků, u chlapců je počet vyšší než u dívek, 76,0 % oproti 68,4 %.

Graf č. 25: Výsledky měření obvodu pasu podle pohlaví v %



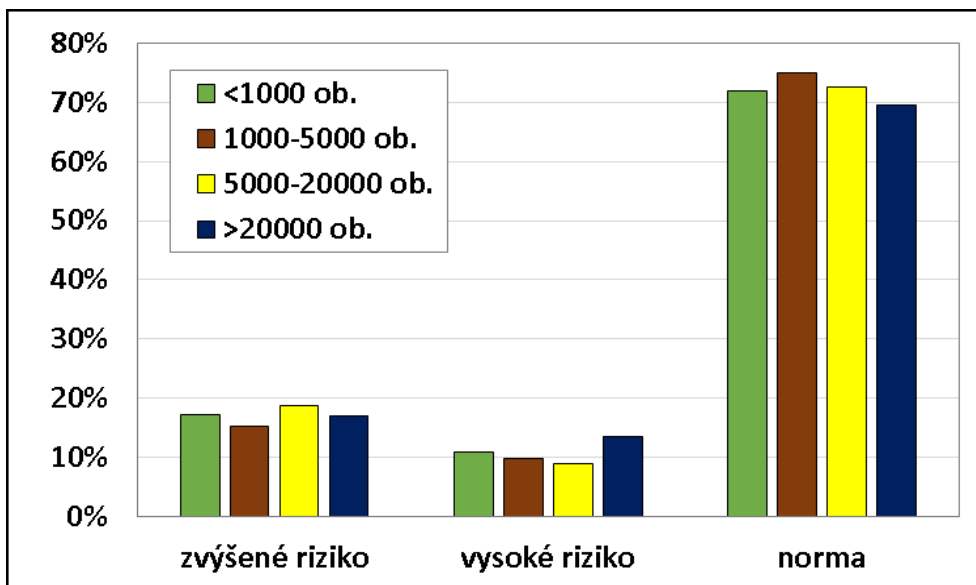
Zjištěné rozdíly mezi žáky z jednotlivých typů škol dokladuje následující graf. Je zřejmé, že rozdíly jsou značné a významné. Zatímco zvýšené či vysoké riziko podle obvodu pasu bylo zjištěno u 18,0 % gymnazistů, tak u žáků z tzv. ostatních škol to bylo 28,1 % a u učňů dokonce 39,3 %. Toto rozložení mezi respondenty z jednotlivých typů škol velmi dobře koresponduje se zjištěnými výsledky a rozložením BMI a % tělesného tuku.

Graf č. 26: Výsledky měření obvodu pasu podle typu škol v %



Zjištěné rozdíly podle velikosti bydliště jsou velmi malé a nevýznamné a lze je i poměrně obtížně vyhodnotit, což dokládá i následující graf. Nejvyšší procento žáků se zvýšeným a vysokým rizikem korespondujícím s měřením obvodu pasu bylo zjištěno u žáků bydlících v největších městech nad 20 tisíc obyvatel, a to 30,3 %, nejméně pak v sídlech o velikosti mezi 1 – 5 tisíci obyvateli, a to 25,0 %.

Graf č. 27: Výsledky měření obvodu pasu podle bydliště v %

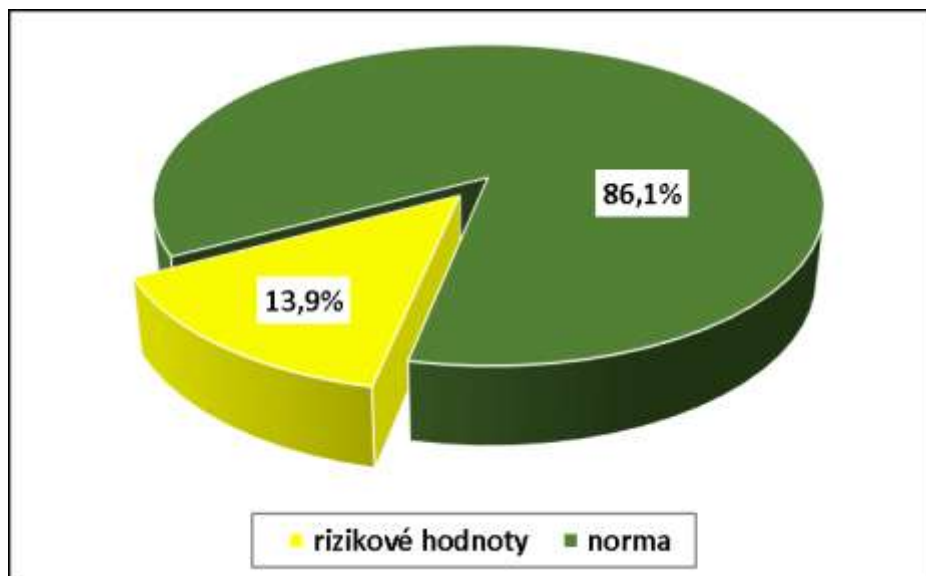


Jak již bylo uvedeno, WHR index je orientační ukazatel rozložení tuku v těle a vypočítává se jako poměr obvodu pasu a boků. Jako rizikové hodnoty se u žen hodnotí ty, které jsou vyšší než 0,8 a u mužů vyšší než 1,0.

Tabulka č. 15: Výsledky stanovení WHR indexu v %

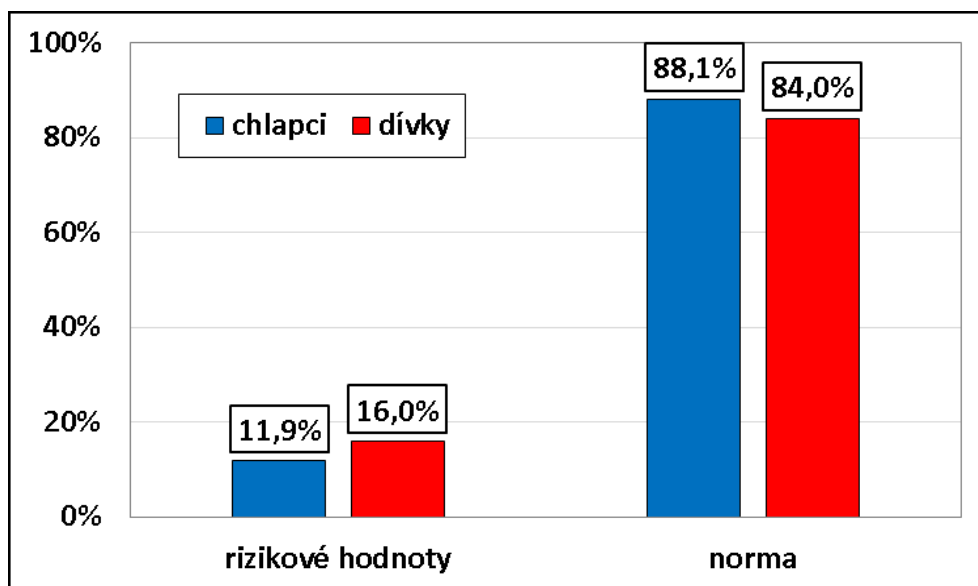
Hodnocení	celkem	chlapci	dívky
rizikové hodnoty	13,9	11,9	16,0
norma	86,1	88,1	84,0

Graf č. 28: Výsledky stanovení WHR indexu v %



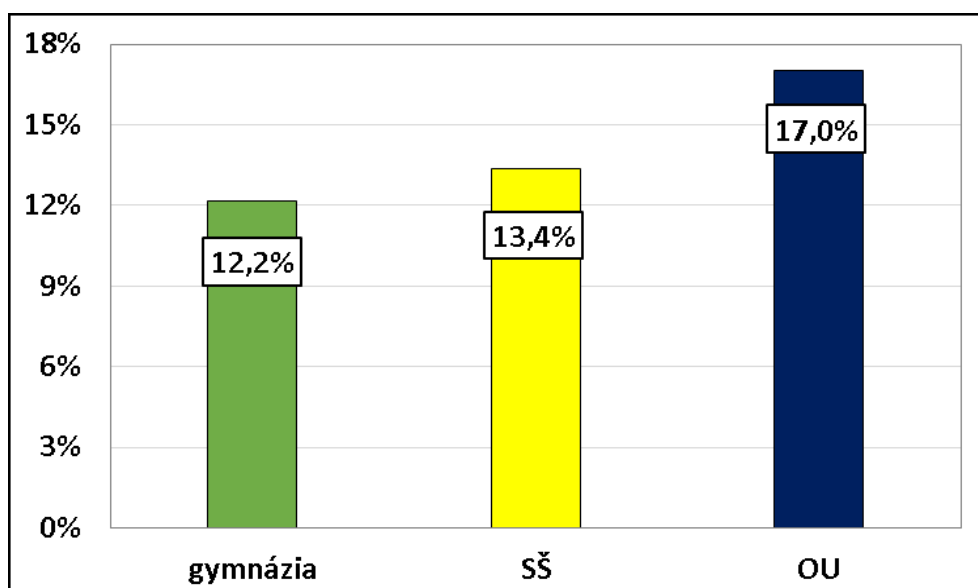
Rizikové hodnoty byly zjištěny u 13,9 % respondentů. U chlapců je situace lepší než u dívek, rizikové hodnoty, tj. vyšší než 1,0, byly zjištěny u necelých 12 % z celkového počtu. U dívek byly rizikové hodnoty, tj. vyšší než 0,8, častější o více než 4 %, celkem byly zjištěny u 16 % z celkového počtu dívek.

Graf č. 29: Výsledky stanovení WHR indexu podle pohlaví v %



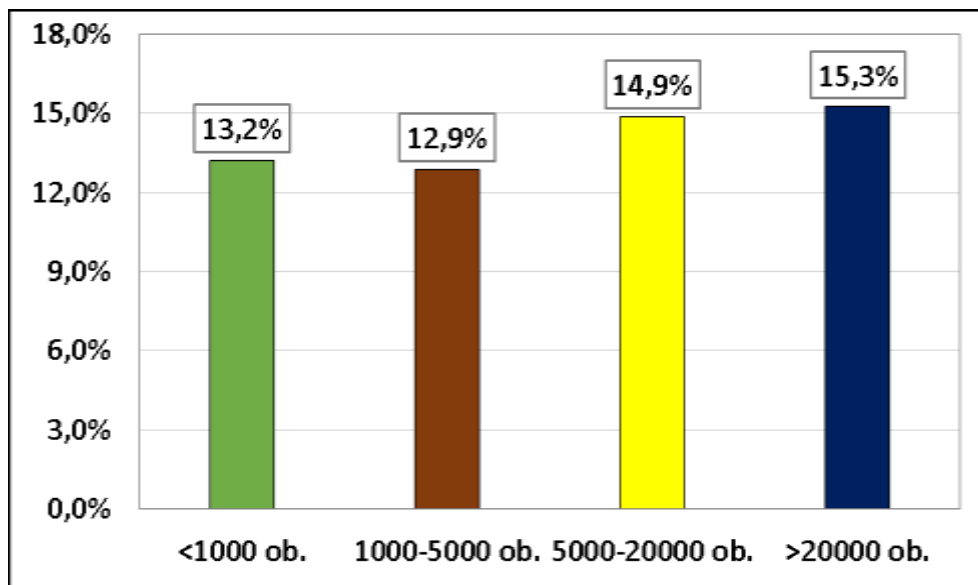
Podobně jako u jiných výše uvedených měření a vyšetření, i zde jsou nejhorší výsledky u žáků, kteří navštěvují odborná učiliště. Rizikové hodnoty má celkem 17,0 % učňů, 13,4 % žáků z tzv. ostatních škol a 12,2 % gymnazistů.

Graf č. 30: Výsledky stanovení WHR indexu podle typu škol, rizikové hodnoty v %



Zjištěné rozdíly podle velikosti bydliště jsou velmi malé a nevýznamné a lze je z hlediska velikosti sídla trvalého bydliště obtížně vyhodnotit, což dokládá i následující graf. Rozdíly se pohybují v rozmezí necelých tří procent.

Graf č. 31: Výsledky stanovení WHR indexu podle bydliště, rizikové hodnoty v %



### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Ve studii, která byla provedena v roce 2012, se měření obvodu pasu, ani stanovení WHR indexu neprovádělo, proto nelze ani provést srovnání s výsledky této studie.

## 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 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 v klidu dané osobě počet tepů za 15 sekund (TF1)
- následně testovaná osoba provedla 30 dřepů, tempo bylo pravidelné ve frekvenci jeden dřep za jednu sekundu odpočítávané členem týmu realizátora projektu
- ihned po dokončení byl osobě změřen počet tepů za 15 sekund (TF2)
- testovaný byl následně v klidu po dobu 1 minuty
- poté se mu změřila naposledy tepová frekvence za 15 sekund (TF3)
- získané hodnoty se následně 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. 16: *Hodnocení Ruffierovy zkoušky tělesné zdatnosti*

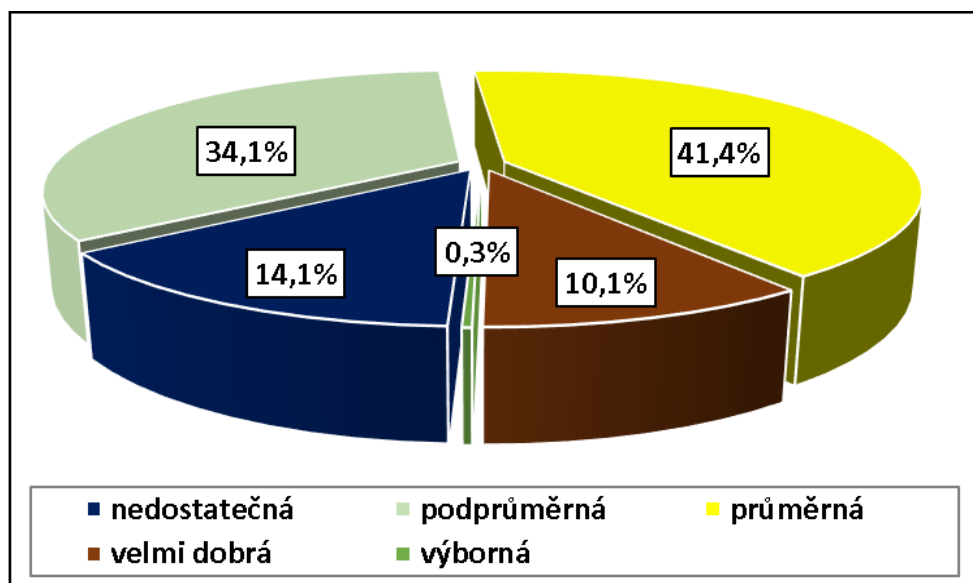
Index zdatnosti	Tělesná zdatnost
nižší než 0	výborná
0,1 – 5	velmi dobrá
5,1 – 10	průměrná
10,1 – 15	podprůměrná
vyšší než 15	nedostačující

Tabulka č. 17: *Výsledky hodnocení Ruffierovy zkoušky tělesné zdatnosti v %*

Tělesná zdatnost	celkem	chlapci	dívky
nedostatečná	14,1	11,5	16,8
podprůměrná	34,1	29,9	38,5
průměrná	41,4	43,8	38,9
velmi dobrá	10,1	14,1	5,8
výborná	0,3	0,7	0,0

Více než 14 % mládeže v Kraji Vysočina studující 2. ročníky středních škol má nedostatečnou, tj. velmi špatnou, tělesnou zdatnost a téměř polovina mládeže (48,2 %) má tělesnou zdatnost (v součtu) podprůměrnou či nedostatečnou, tzn. špatnou. Pouze desetina (10,4 %) žáků zapojených do studie má tělesnou zdatnost velmi dobrou či výbornou.

Graf č. 32: *Výsledky hodnocení Ruffierovy zkoušky tělesné zdatnosti v %*



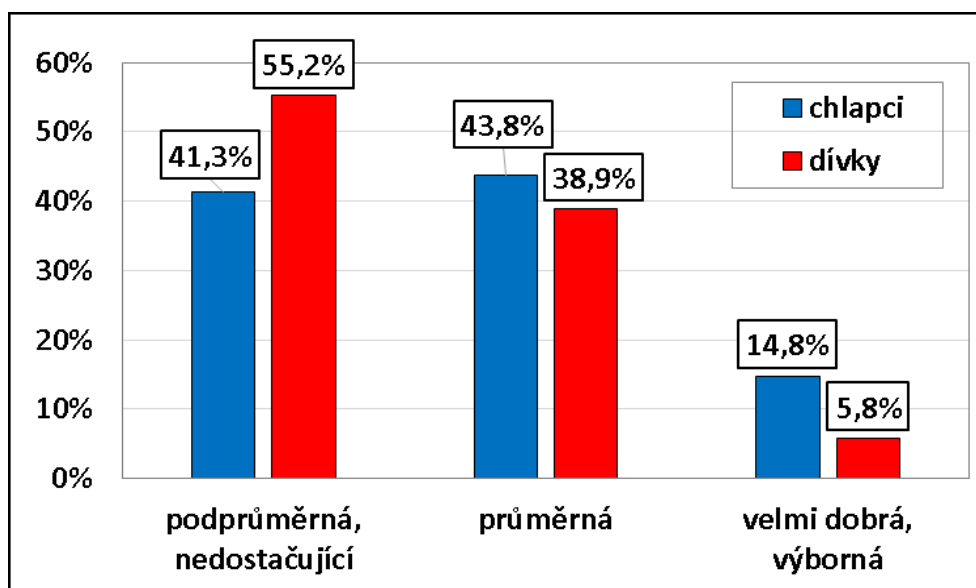
Výrazně horší tělesná zdatnost byla Ruffierovým testem zjištěna u dívek. Šestina (16,8 %) dívek má tu nejhorší tělesnou zdatnost, tzn. nedostatečnou a další třetina (34,1 %) dívek pak zdatnost podprůměrnou. Pouze necelých 6 % dívek má tělesnou zdatnost velmi dobrou nebo výbornou. Chlapci jsou na tom o něco lépe. Téměř 15 % z nich má velmi dobrou nebo výbornou tělesnou zdatnost, naopak podprůměrnou má 30 % a nedostatečnou (tu nejnižší) necelých 12 % z nich.

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

Tabulka č. 18: Zjednodušené hodnocení Ruffierovy zkoušky tělesné zdatnosti

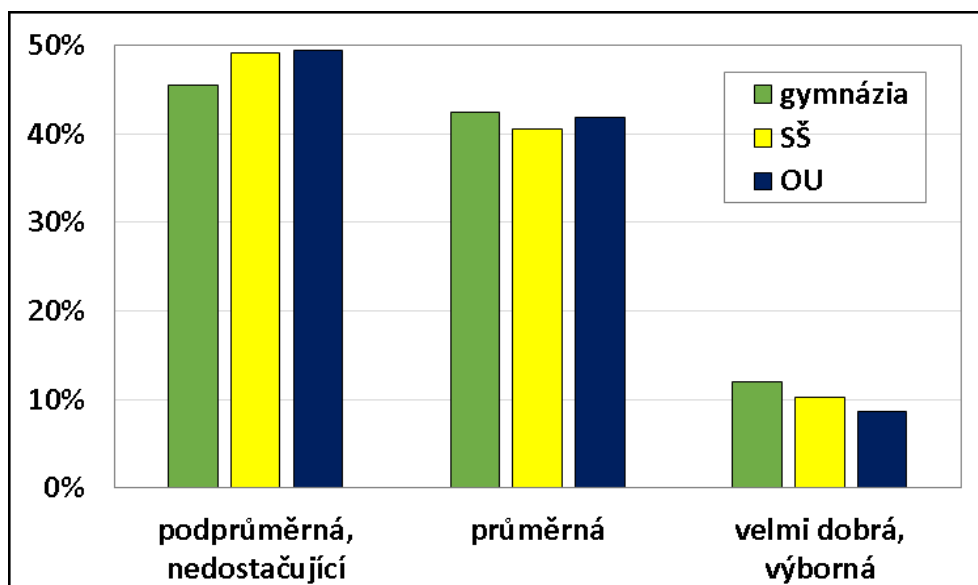
Index zdatnosti	Tělesná zdatnost
nižší než 5	velmi dobrá, výborná
5,1 – 10	průměrná
vyšší než 10	podprůměrná, nedostačující

Graf č. 33: Výsledky hodnocení Ruffierovy zkoušky tělesné zdatnosti podle pohlaví v %



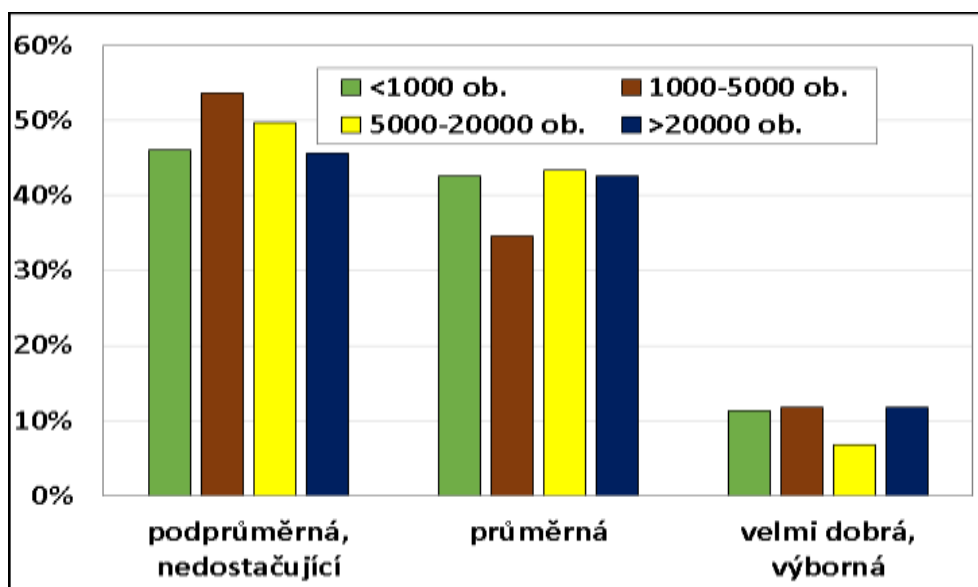
Byly zjištěny poměrně malé rozdíly ve výsledcích tělesné zdatnosti podle jednotlivých typů škol, kterou žáci navštěvují, a to ve prospěch žáků navštěvující gymnázia. To dokládá i následující graf.

Graf č. 34: 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 žáci v menších sídlech (tj. do 5 tisíc obyvatel) v menší míře, byla zjištěna u 13,5 % z nich, zatímco ve větších sídlech se jedná o 15,0 % respondentů. Tu nejlepší tělesnou zdatnost, tj. velmi dobrou či výbornou má 11,5 % mládeže v menších sídlech a 9,0 % mládeže ve větších sídlech nad 5 tisíc obyvatel.

Graf č. 35: Výsledky hodnocení Ruffierovy zkoušky tělesné zdatnosti podle bydliště v %



### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Pozitivní skutečností jsou výrazně lepší výsledky oproti studii v roce 2012. Zatímco v této analýze bylo s nedostatečnou či podprůměrnou tělesnou zdatností 58 % žáků, v současné studii to je o 10 % méně, tj. 48 %. Ke zlepšení, a to velmi podobnému, došlo u chlapců (z 50 % na 41 %) i u dívek (z 65 % na 55 %). Podobně jako ve studii v roce 2012, tak i nyní mají lepší tělesnou zdatnost chlapci, podobně i mládež bydlící v menších sídlech, zde jsou však rozdíly velmi malé.



### 3 VÝSLEDKY DOTAZNÍKOVÉ STUDIE

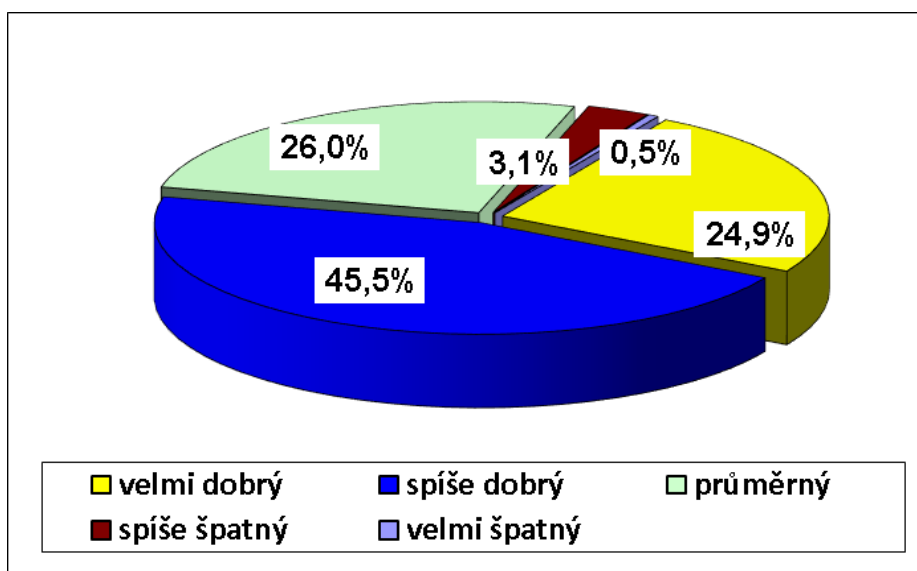
#### 3.1 Jak hodnotíte svůj současný zdravotní stav

Odpovědi žáků a žákyň SŠ na otázku „Jak hodnotíte svůj současný zdravotní stav“ lze hodnotit pozitivně. Téměř čtvrtina respondentů pokládá svůj zdravotní stav za velmi dobrý a 45 % pak za spíše dobrý. Znamená to, že více než 70 % mládeže pokládá svůj zdravotní stav za dobrý. Pouze 3 % oslovených středoškoláků si myslí, že jejich zdraví je spíše špatné a 5 chlapců označilo svůj zdravotní stav za velmi špatný.

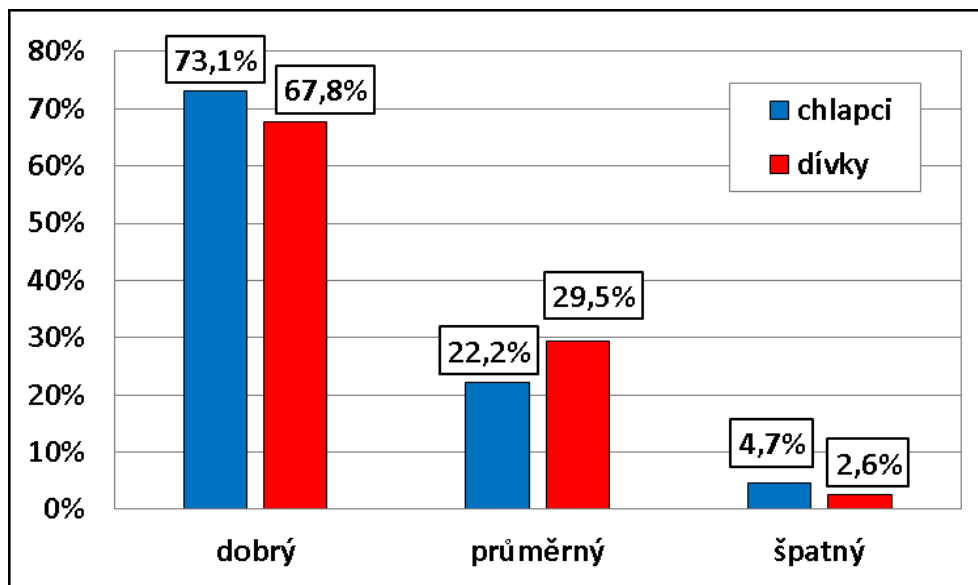
Tabulka č. 19: Odpovědi na otázku „Jak hodnotíte svůj současný zdravotní stav?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
velmi dobrý	24,9	28,4	21,5
spíše dobrý	45,5	44,7	46,3
průměrný	26,0	22,2	29,5
spíše špatný	3,1	3,6	2,6
velmi špatný	0,5	1,1	0

Graf č. 36: Odpovědi na otázku „Jak hodnotíte svůj současný zdravotní stav?“ v %



Graf č. 37: Odpovědi na otázku „Jak hodnotíte svůj současný zdravotní stav?“ v % podle pohlaví



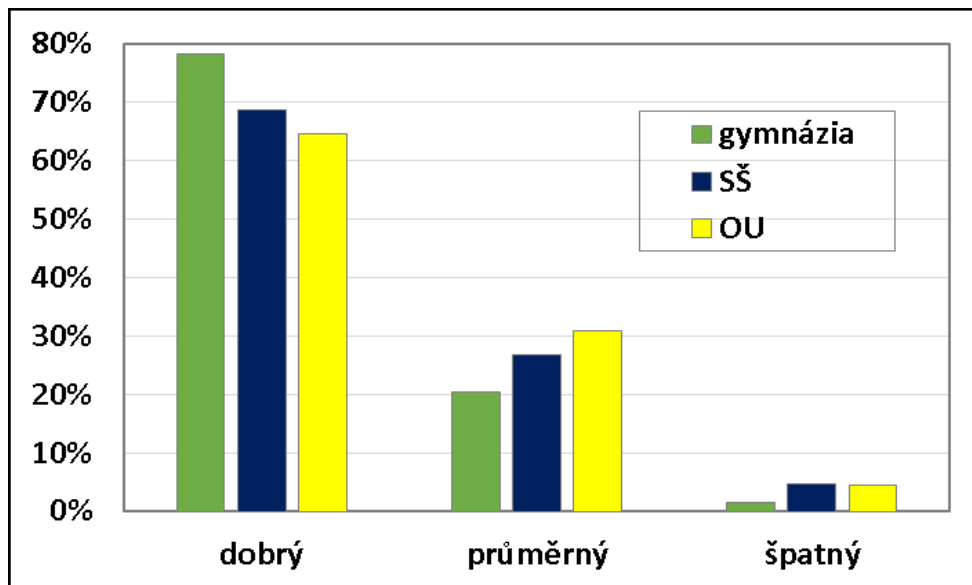
Rozdíly mezi dívkami a chlapci nejsou příliš významné – velmi dobrý či spíše dobrý zdravotní stav uvedlo 73,1 % chlapců oproti 67,8 % dívek, spíše špatný či velmi špatný stav pak 4,7 % chlapců oproti 2,6 % dívek. Přesto lze uvést, že chlapci vnímají svůj zdravotní stav pozitivněji než dívky, protože velmi dobrý zdravotní stav uvedlo téměř 29 % chlapců, zatímco u dívek to byla zhruba jen necelých 22 % z celkového počtu dívek.

Tabulka č. 20: Odpovědi na otázku „Jak hodnotíte svůj současný zdravotní stav?“ podle typu škol v %

	gymnázia	jiné SŠ	OU
<b>velmi dobrý</b>	32,4	24,5	16,9
<b>spíše dobrý</b>	<b>45,8</b>	<b>44,1</b>	<b>47,7</b>
<b>průměrný</b>	20,4	26,8	30,9
<b>spíše špatný</b>	1,4	4,2	3,3
<b>velmi špatný</b>	0	0,5	1,2

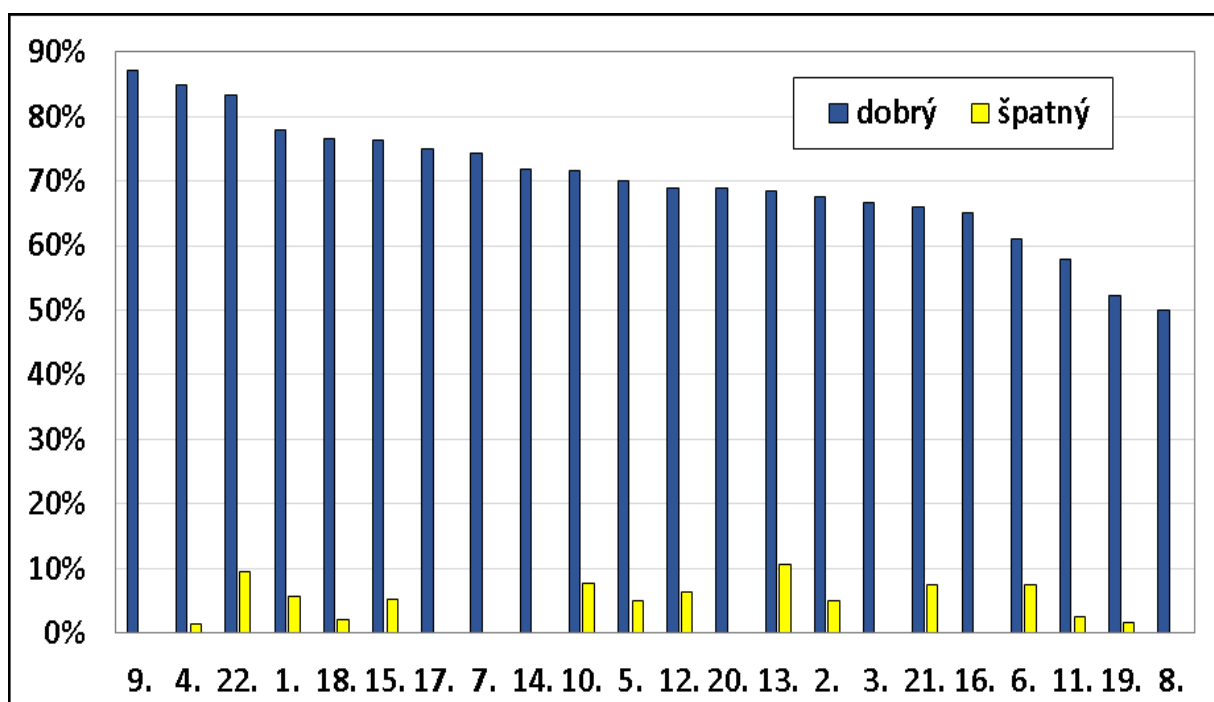
Nejvíce považují svůj zdravotní stav za dobrý (tzn. za velmi dobrý nebo spíše dobrý) žákyně a žáci gymnázií – tuto odpověď zvolilo více než 78 % z nich, zatímco učni takto hodnotí svoje zdraví pouze v 65 %. Rozdíly jsou pak i v hodnocení svého zdraví jako spíše špatný či velmi špatný. Takto svůj zdravotní stav hodnotí 1,4 % gymnazistů, ale 4,5 % učňů.

Graf č. 38: Odpovědi na otázku „Jak hodnotíte svůj současný zdravotní stav?“ podle typu škol v %



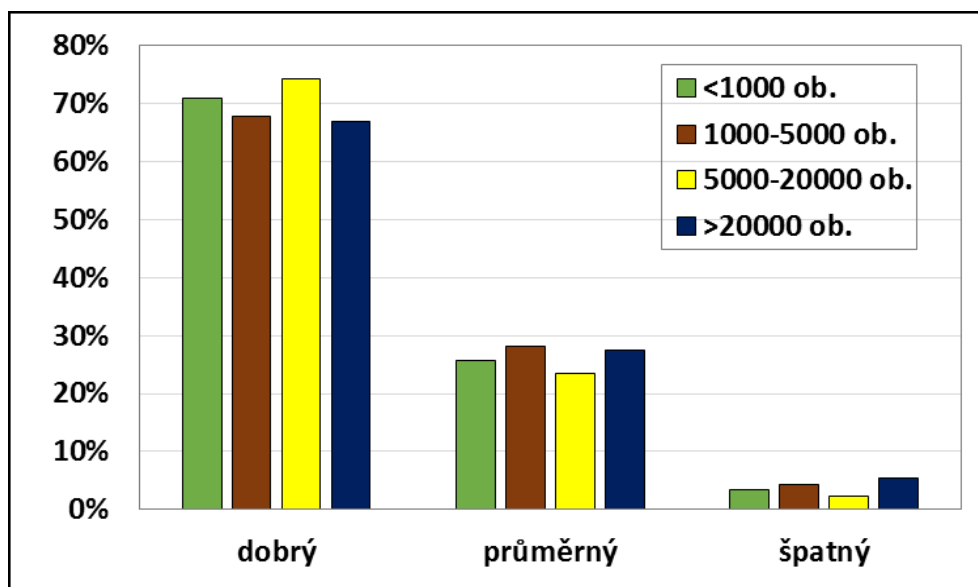
Pro zjednodušení a lepší přehlednost jsme vybrali do následujícího grafu, týkající se jednotlivých škol, pouze srovnání odpovědí „velmi dobrý“ a „spíše dobrý“ v souhrnu jako „dobrý“ oproti odpovědím „spíše špatný“ a „velmi špatný“ v souhrnu jako „špatný“. Do grafu není zařazena odpověď „průměrný“, proto součet hodnot u jednotlivých škol není 100 %. Z grafu vyplývá, že v odpovědích respondentů v jednotlivých SŠ jsou určité rozdíly. Nejlépe hodnotí své zdraví zhruba více než 80 % respondentů. Naproti tomu v SŠ č. 8 takto hodnotí své zdraví pouze polovina žáků. Svůj zdravotní stav jako „špatný“ nejvíce vnímají žáci na SŠ č. 13 (10,5 %) a č. 22 (9,5 %), tzn. desetina žáků těchto škol.

Graf č. 39: 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. Nejlépe hodnotí své zdraví žáci, kteří bydlí v sídlech s velikostí mezi 5 000 – 20 000 obyvatel – jako „velmi dobrý“ nebo „spíše dobrý“ hodnotí své zdraví celkem 74,3 % žáků a naopak jako „spíše špatný“ či „velmi špatný“ pouze 2,3 % z celkového počtu respondentů. Naopak nejhůře hodnotí svůj zdravotní stav mladí lidé z velkých měst (nad 20 000 obyvatel) – jako „velmi dobrý“ nebo „spíše dobrý“ hodnotí své zdraví celkem 67,0 % žáků a naopak jako „spíše špatný“ či „velmi špatný“ pak 5,5 % z celkového počtu respondentů zde bydlících.

Graf č. 40: Odpovědi na otázku „Jak hodnotíte svůj současný zdravotní stav?“ podle bydliště v %



### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Výsledky v obou provedených studiích jsou velmi podobné, nicméně došlo k mírnému zhoršení subjektivního pohledu žáků SŠ na své zdraví. V roce 2012 hodnotilo svůj současný zdravotní stav jako velmi dobrý nebo spíše dobrý 74 % žáků, nyní 70 %. Naopak jako spíše či velmi špatný tehdy 2,4 % respondentů, nyní 3,6 %. Mírné zhoršení tohoto pohledu na zdraví je patrné u dívek i chlapců, podobně u gymnazistů i žáků z tzv. ostatních SŠ. Naopak učni vnímají nyní svoje zdraví lépe než v roce 2012 (velmi či spíše dobře 65 % učňů oproti 57 % v roce 2012). Zatímco v roce 2012 vnímali své zdraví nejlépe žáci bydlící v malých sídlech do tisíce obyvatel, nyní to jsou žáci bydlící ve městech o velikosti mezi 5 – 20 tisíci obyvateli.

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

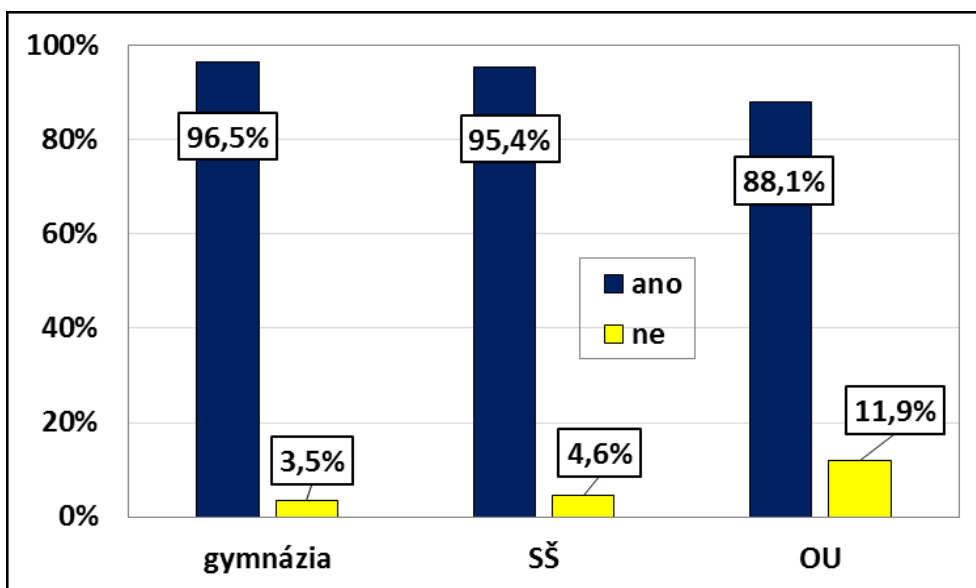
Tabulka č. 21: Odpovědi na otázku „Byl/a jste v posledních dvou letech na preventivní prohlídce u svého lékaře?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ano	93,9	92,3	95,3
ne	6,1	7,7	4,7

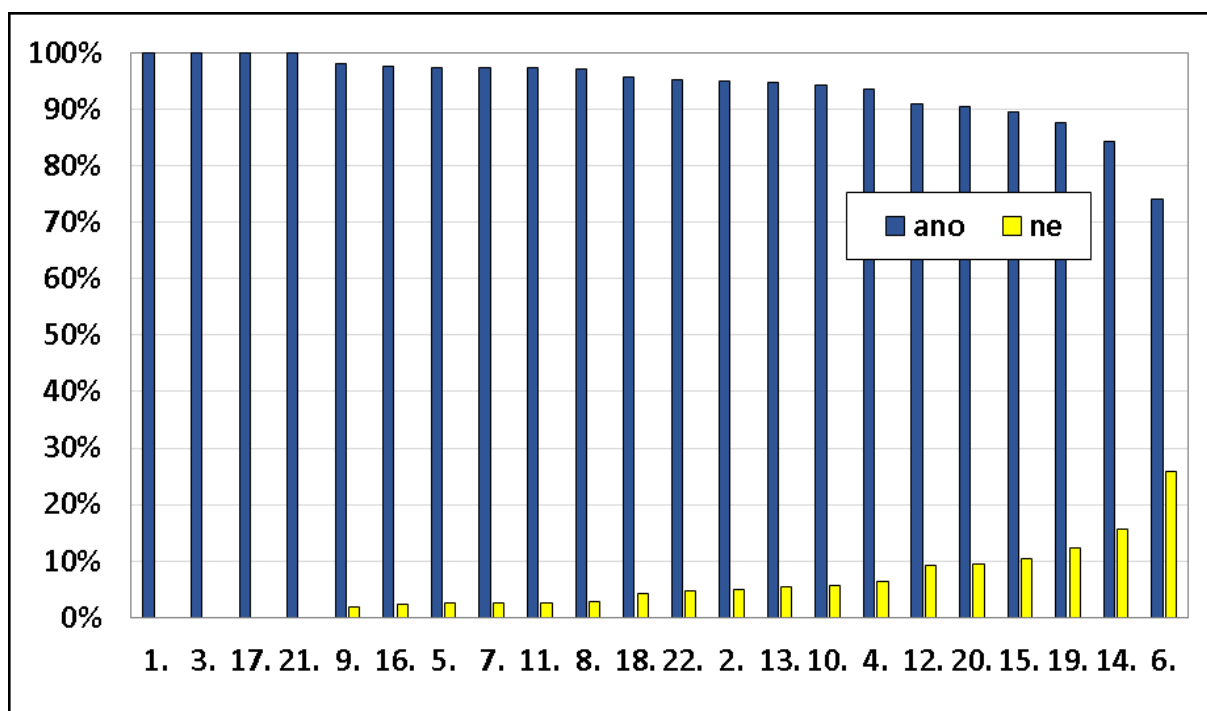
V odpovědích na tuto otázku jednoznačně převažovala kladná odpověď – pouze 6 % z dotázaných uvedlo, že nebylo v posledních dvou letech na preventivní prohlídce u svého lékaře. Dívky uvedly kladnou odpověď častěji – v 95,3 % případů, kladné odpovědi chlapců byly v 92,3 %.

Studie ukázala, že žáci odborných učilišť jsou méně zodpovědní – preventivní prohlídku v posledních dvou letech absolvovalo pouze 88 % z nich, což je oproti žákům gymnázií (96,5 %) i žákům ostatních SŠ (95,4 %) výrazně méně.

Graf č. 41: Odpovědi na otázku „Byl/a jste v posledních dvou letech na preventivní prohlídce u svého lékaře?“ podle typu škol v %



Graf č. 42: Odpovědi na otázku „Byl/a jste v posledních dvou letech na preventivní prohlídce u svého lékaře?“ podle jednotlivých škol v %



Určité rozdíly byly zaznamenány i mezi jednotlivými školami. Na čtyřech SŠ (č. 1, 3, 17 a 22) všichni respondenti odpověděli, že na preventivní prohlídce v posledních dvou letech byli, nejméně kladných odpovědí bylo uvedeno na SŠ č. 6 – pouze 74,1 %. Méně než 90 % kladných odpovědí bylo zaznamenáno na dalších třech středních školách (č. 14, 19 a 15).

### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Ve srovnání s analýzou v roce 2012 mírně přibýlo těch, co nebyli v posledních dvou letech na preventivní prohlídce u svého lékaře, a to z 4,0 % respondentů na 6,1 %. Dívky opětovně byly zodpovědnější než chlapci. A opět se potvrdilo, že učni chodí na preventivní prohlídky méně, než žáci z jiných škol. Stejně jako v roce 2012 jich v posledních dvou letech na této prohlídce bylo pouze 88 %.

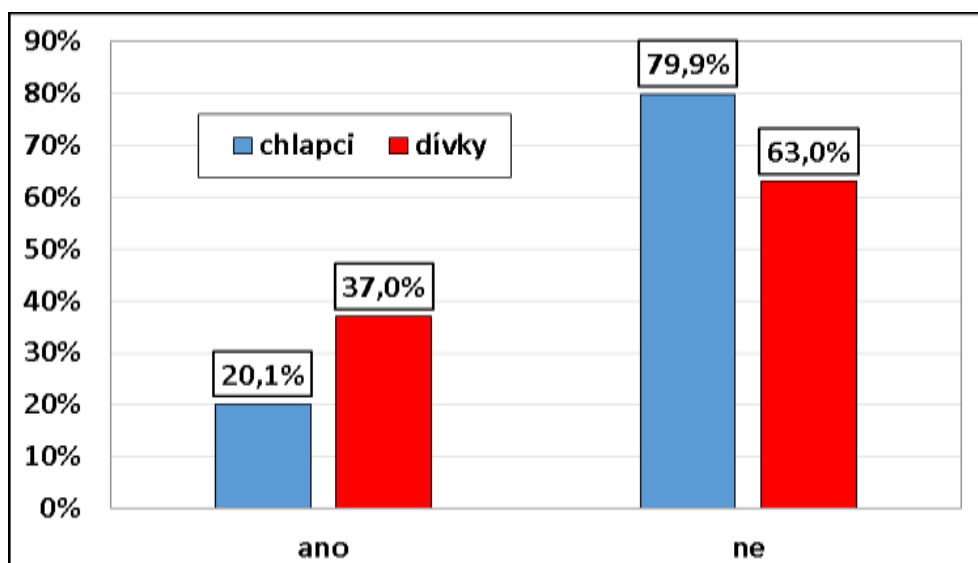
### 3.3 Jste dispenzarizován/a/ - tzn. sledován/a/ - lékařem z důvodu nějakého onemocnění?

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

	celkem	chlapci	dívky
ano	28,8	20,1	37,0
ne	71,3	79,9	63,0

Na výše uvedenou otázku odpovědělo kladně, tzn. že respondenti uvedli, že jsou z důvodu nějakého onemocnění dispenzarizováni, necelých 29 % dotázaných. Dívky uvedly výrazně častější dispenzarizaci, a to v 37 % oproti chlapcům, kteří jsou dispenzarizováni ve 20 % případů ze všech, kteří odpověděli.

Graf č. 43: Odpovědi na otázku „Jste dispenzarizován/a/ lékařem z důvodu nějakého onemocnění?“ podle pohlaví v %

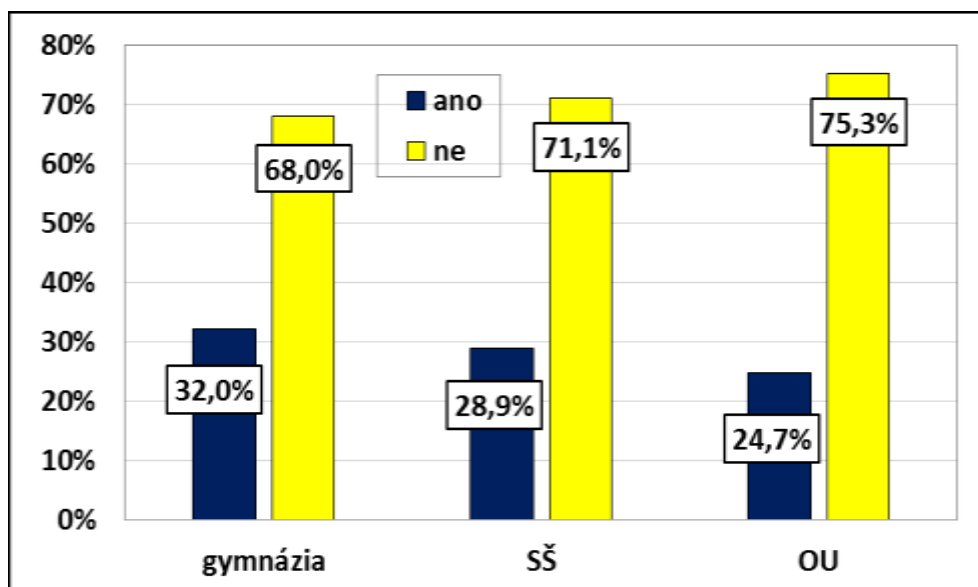


Určité rozdíly byly v odpovědích na tuto otázku zaznamenány i podle jednotlivých typů škol i v jednotlivých školách zapojených do analýzy. Žáci gymnázií uvedli dispenzarizaci nejčastěji, téměř třetina z nich (32,0 %), naopak učni uváděli dispenzarizaci nejméně (necelých 25 %). Tento rozdíl může pramenit i ze skutečnosti, že sice před vyplňováním dotazníků bylo respondentům vysvětleno, co se touto otázkou přesně míní, je nutno si však 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.

Tabulka č. 23: Odpovědi na otázku „Jste dispenzarizován/a/ lékařem z důvodu nějakého onemocnění?“ podle typu škol v %

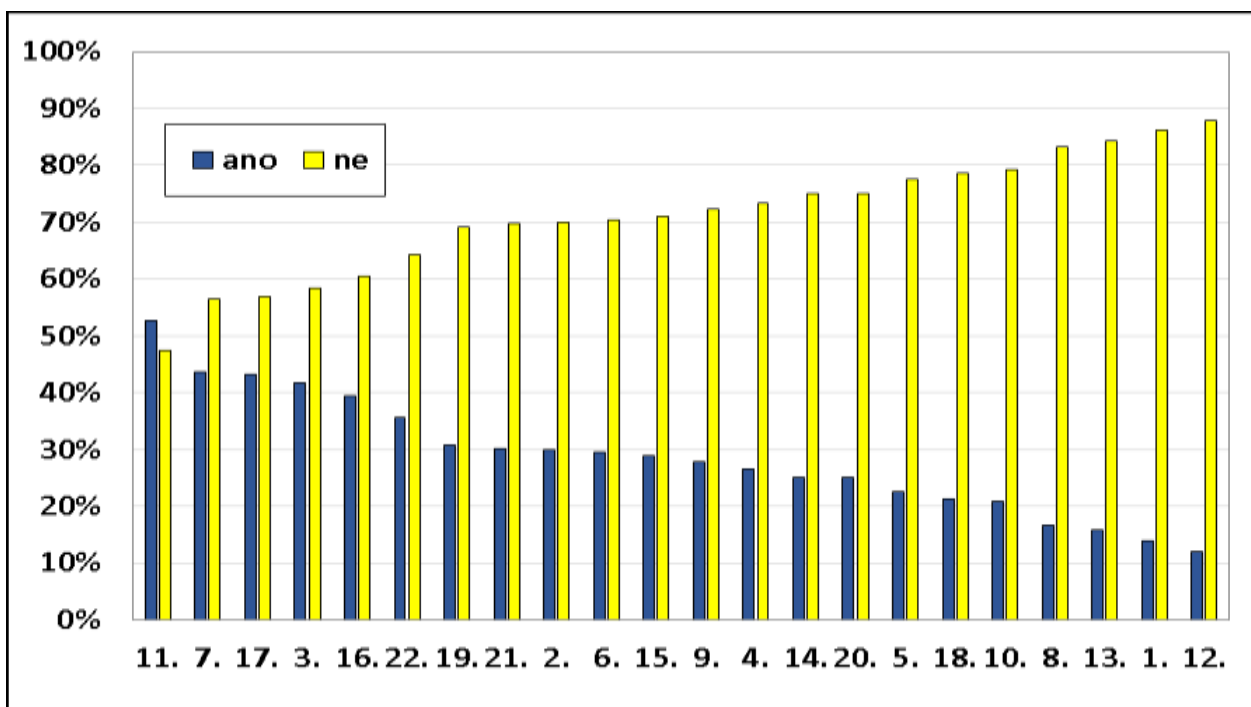
	ano	ne
<b>gymnázia</b>	32,0	68,0
<b>SŠ</b>	28,9	71,1
<b>OU</b>	24,7	75,3

Graf č. 44: Odpovědi na otázku „Jste dispenzarizován/a/ lékařem z důvodu nějakého onemocnění?“ podle typu škol v %



Rozdíly v jednotlivých školách jsou poměrně značné. Nejméně dispenzarizací uvedli žáci ze SŠ č. 12 (12,1 %), naopak nejvíce kladných odpovědí uvedli žáci ze SŠ č. 11 (52,6 %).

Graf č. 45: Odpovědi na otázku „Jste dispenzarizován/a/ lékařem z důvodu nějakého onemocnění?“ podle jednotlivých škol v %



#### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Podíl respondentů, kteří jsou dispenzarizováni lékařem oproti studii z roku 2012 poklesl z 33 % na necelých 29 %. Pokles byl zaznamenán u chlapců (větší) i dívek. Podobně došlo k poklesu u žáků ve všech typech škol.

### 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 276 respondentů (tj. 28,8 % 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.

276 dispenzarizovaných osob uvedlo celkem 346 onemocnění, přičemž 60 respondentů (tj. 6,3 % z celkového počtu respondentů) uvedlo více než jedno onemocnění (50 dotazovaných uvedlo 2 onemocnění, 7 dotazovaných uvedlo 3 onemocnění, 1 dotazovaný uvedl 4 onemocnění a 1 dotazovaný dokonce 5 onemocnění).



Tabulka č. 24: Odpovědi na otázku „Pokud jste dispenzarizováni, uveďte s jakým onemocněním“ v % z těch, co uvedlo nějaké onemocnění

Skupina onemocnění	%
alergie, astma, ekzémy	37,8
oční onemocnění a vady	11,6
onemocnění srdce a cév ( <i>hypertenze...</i> )	11,6
nemoci pohyb. ústrojí a kostí ( <i>skolióza, koleno, osteogenesis, spondylolýza, onemocnění páteře, ortopedie...</i> )	11,3
nemoci štítné žlázy	7,8
ostatní on. ( <i>mononukleóza, cysty, fibroadenom, epilepsie, schizofrenie, migrenozní cephaela, diabetes mellitus, DMO, bipolární porucha, kolapsy, uši, bulimie, anorexie, mozek, snížená imunita...</i> )	7,6
nemoci krve ( <i>vysoký cholesterol, špatná srážlivost, anemie, Gilbertův syndrom, Leidenská mutace...</i> )	5,5
ledviny, močové cesty ( <i>záněty močového měchýře, torze varlete, cysty na vaječníku, glomerulonefritida...</i> )	3,8
trávicí ústrojí, játra ( <i>celiakie, Crohnova choroba, žlučnickové kameny, žaludeční vředy...</i> )	3,8
kožní on. ( <i>vitiligo, sklerodermie...</i> )	0,9
dýchací ústrojí ( <i>chronické onemocnění DC...</i> )	0,3

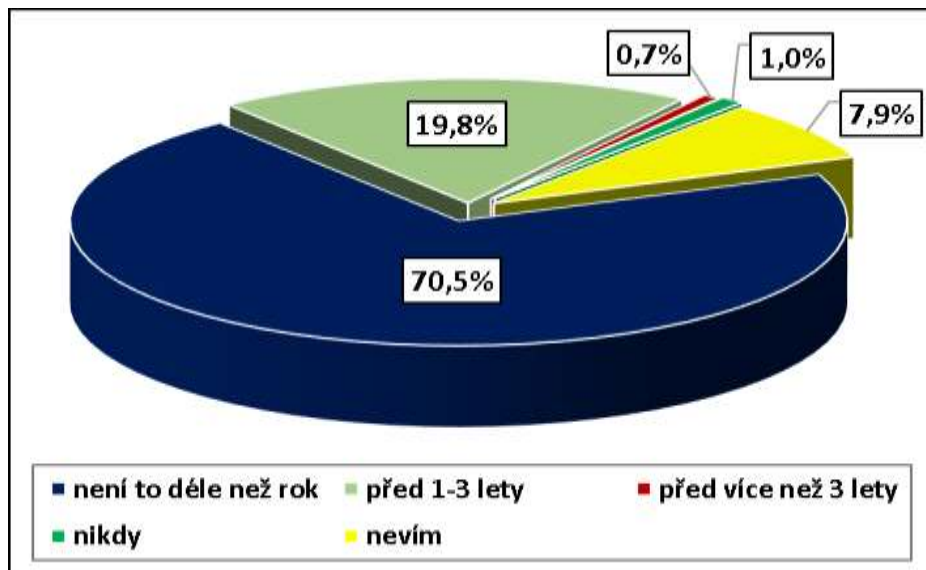
### 3.5 Kdy Vám byl naposledy měřen krevní tlak v ordinaci lékaře?

Tabulka č. 25: Odpovědi na otázku „Kdy Vám byl naposledy měřen krevní tlak v ordinaci lékaře?“ v %

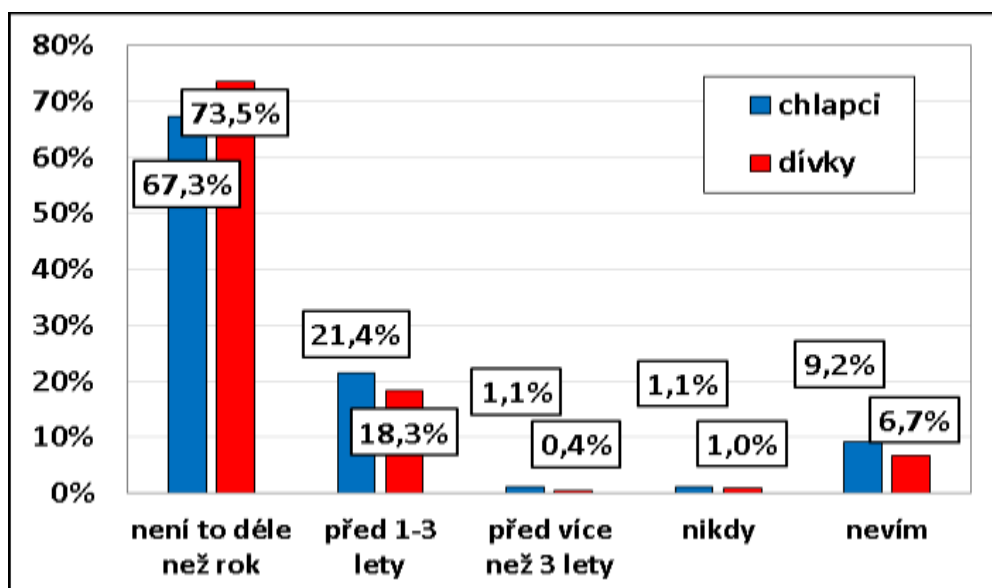
	celkem	chlapci	dívky
není to déle než rok	70,5	67,3	73,5
před 1-3 lety	19,8	21,4	18,3
před více než 3 lety	0,7	1,1	0,4
nikdy	1,0	1,1	1,0
nevím	7,9	9,2	6,7

Více než 70 % z dotázaných žáků SŠ uvedlo, že jim byl krevní tlak v ordinaci lékaře měřen v průběhu posledního roku, jen necelá 2 % respondentů uvedla, že před více než 3 lety nebo nikdy a téměř 8 % tuto skutečnost nevědělo. Podobně jako u preventivních prohlídek, i zde jsou dívky zodpovědnější – téměř 3/4 z nich (73,5 %) měly krevní tlak změřen v posledním roce, zatímco u chlapců je tento počet nižší (67,3 %).

Graf č. 46: Odpovědi na otázku „Kdy Vám byl naposledy měřen krevní tlak v ordinaci lékaře?“ v %

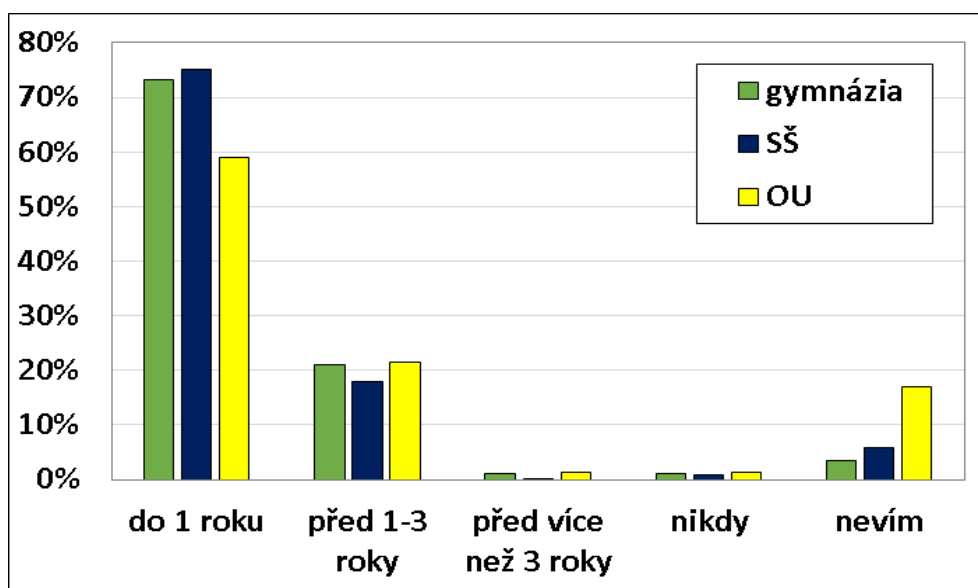


Graf č. 47: Odpovědi na otázku „Kdy Vám byl naposledy měřen krevní tlak v ordinaci lékaře?“ podle pohlaví v %



Rozdíly v odpovědích podle typu škol se lišily pouze u žáků odborných učilišť – ti uvedli, že jim byl naposled měřen krevní tlak v ordinaci lékaře v průběhu posledního roku v 59 %, zatímco gymnazisté v 73 % a žáci z ostatních SŠ v 75 %.

Graf č. 48: Odpovědi na otázku „Kdy Vám byl naposledy měřen krevní tlak v ordinaci lékaře?“ podle typu škol v %



### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Tato studie přinesla v odpovědích na otázku „Kdy Vám byl naposledy měřen krevní tlak v ordinaci lékaře?“ velmi podobné výsledky jako tomu bylo v roce 2012.

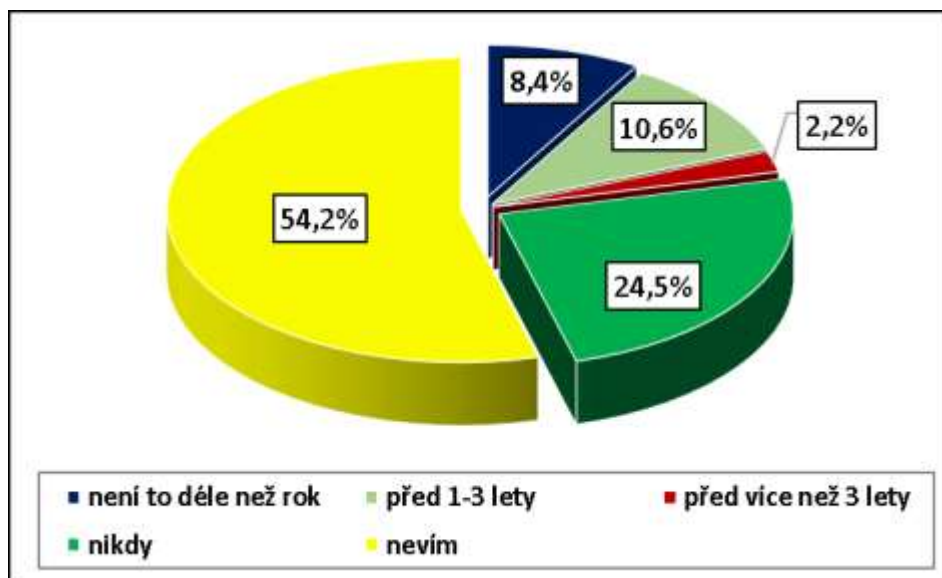
## 3.6 Kdy Vám byla naposledy stanovena hladina cholesterolu v krvi?

Tabulka č. 26: Odpovědi na otázku „Kdy Vám byla naposledy stanovena hladina cholesterolu v krvi?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
není to déle než rok	8,4	6,0	10,8
před 1-3 lety	10,6	10,5	10,8
před více než 3 lety	2,2	2,4	2,0
nikdy	24,5	14,8	24,2
nevím	54,2	56,4	52,1

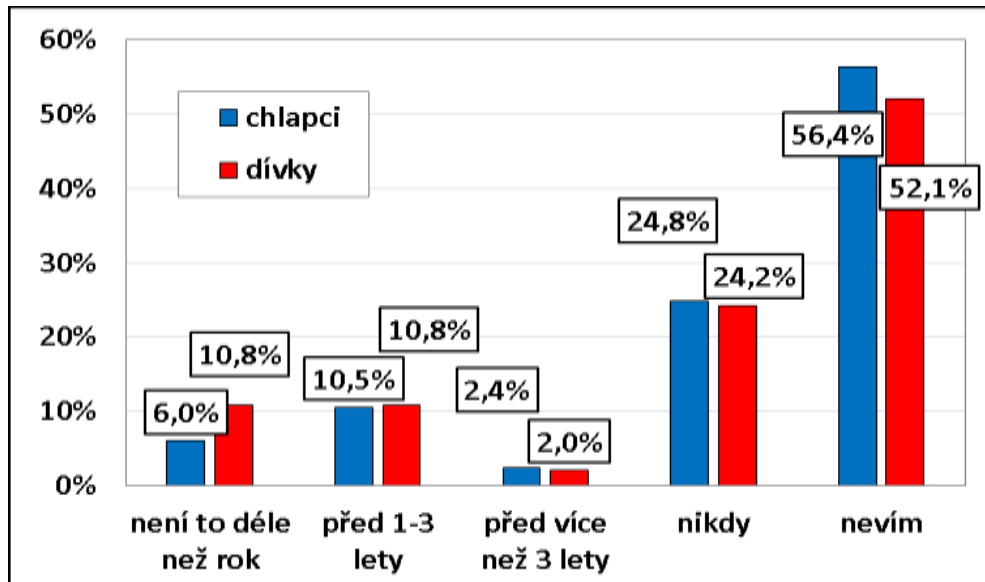
Více než polovina žáků (54,2 %) uvedla, že neví, kdy jim byla naposledy stanovena hladina cholesterolu v krvi, další čtvrtina respondentů tvrdí, že jim cholesterol nebyl vyšetřen nikdy. Současně to znamená, že tyto osoby ani nemohou znát svoji hladinu cholesterolu. Pouze pětina žáků uvedla, že jim cholesterol měřen někdy byl, 8 % pak uvedlo, 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.

Graf č. 49: Odpovědi na otázku „Kdy Vám byla naposledy stanovena hladina cholesterolu v krvi?“ v %



Opětovně byl zjištěn určitý rozdíl mezi chlapci a dívkami – zatímco to, že jim hladina cholesterolu nebyla stanovena nikdy a nebo, že neví, zda jim byla stanovena, uvedlo 76 % dívek, tak u chlapců to bylo více než 81 %.

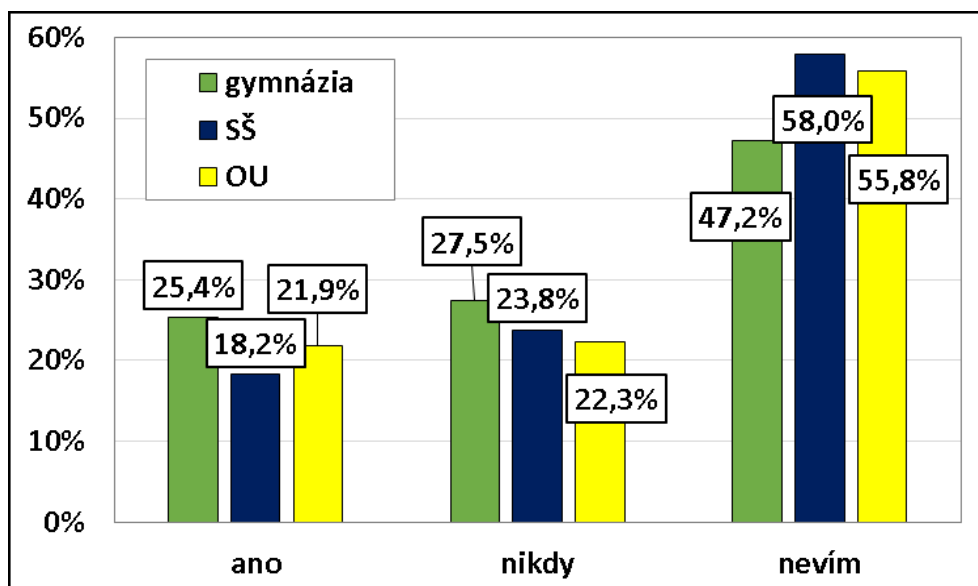
Graf č. 50: Odpovědi na otázku „Kdy Vám byla naposledy stanovena hladina cholesterolu v krvi?“ podle pohlaví v %



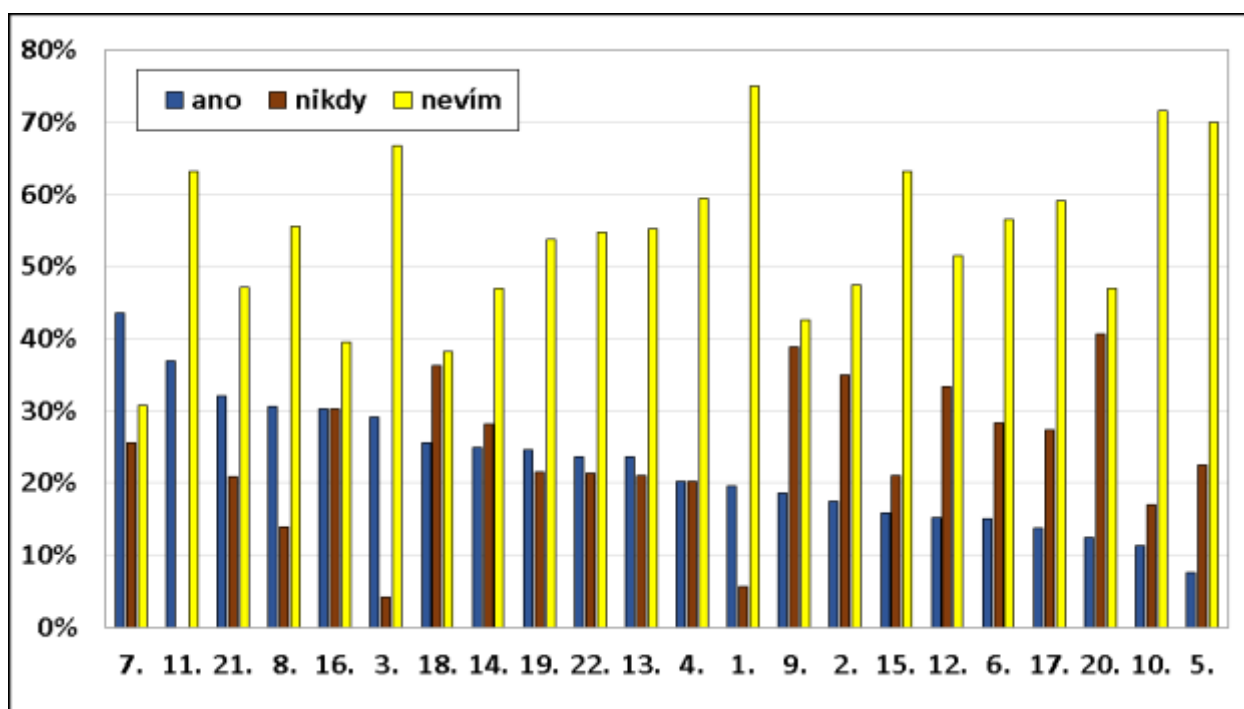
Určité rozdíly byly zaznamenány i v odpovědích žáků různých typů SŠ. Pro větší přehlednost jsme spojili první tři druhy odpovědí dohromady, protože všechny znamenají, že dotazovaný ví, že mu někdy byl měřen cholesterol. Tyto kladné odpovědi uvedli nejčastěji gymnazisté (25,4 %), zatímco žáci z ostatních SŠ uvedli kladnou odpověď pouze v 18,2 %.

Značné rozdíly jsou zaznamenány i ve vyhodnocení těchto odpovědí podle jednotlivých škol. Zatímco ve škole č. 7 uvedlo 43,6 % žáků, že jim cholesterol byl někdy stanoven, tak v SŠ č. 5 to nebyla ani desetina (7,5 %) z dotázaných. Nejvíce záporných odpovědí (tj. „nikdy“) bylo zjištěno ve škole č. 20 (40,6 %), na SŠ č. 3 pak byly zaznamenány 4,2 % záporných odpovědí.

Graf č. 51: Odpovědi na otázku „Kdy Vám byla naposledy stanovena hladina cholesterolu v krvi?“ podle typu škol v %



Graf č. 52: Odpovědi na otázku „Kdy Vám byla naposledy stanovena hladina cholesterolu v krvi?“ podle jednotlivých škol v %



**Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:**

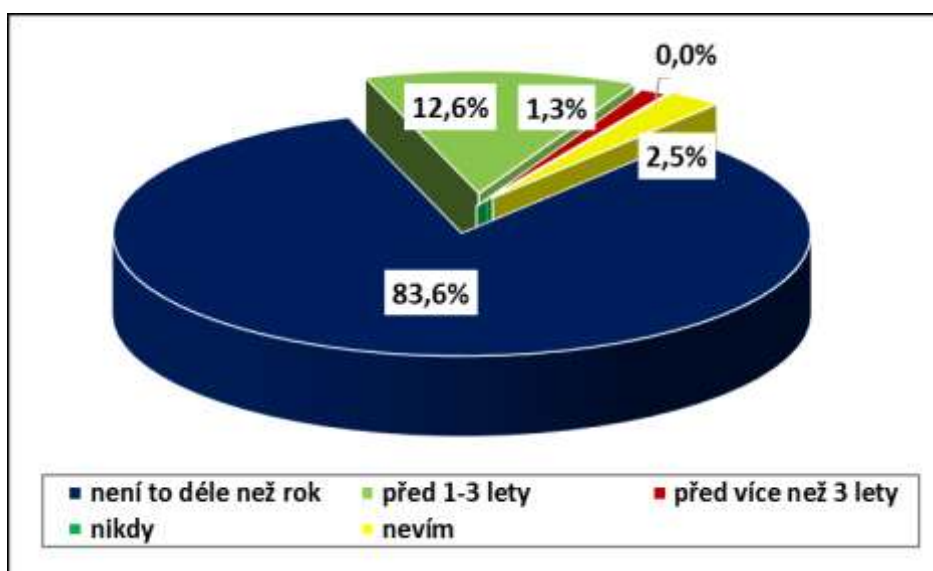
Ve studii v roce 2012 nevědělo 45 % respondentů, kdy jim byla naposledy měřena hladina cholesterolu v krvi, v letošní studii to bylo o téměř 10 % víc. Podíl žáků, kteří uvedli, že jim byl cholesterol stanoven v posledních třech letech byl v obou analýzách shodný. Zatímco v roce 2012 uvedli změření cholesterolu (alespoň někdy) nejčastěji učni, v této studii to byli gymnazisté.

### 3.7 Kdy jste byl/a naposledy u zubního lékaře?

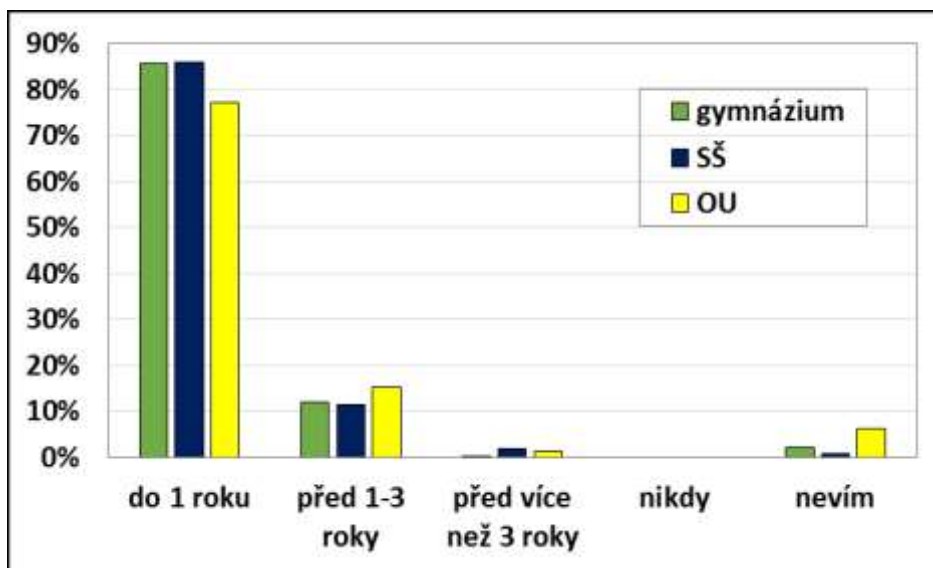
Tabulka č. 27: Odpovědi na otázku „Kdy jste byl naposledy u zubního lékaře?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
není to déle než rok	83,6	82,3	84,9
před 1-3 lety	12,6	13,7	11,6
před více než 3 lety	1,3	1,7	0,8
nikdy	0	0	0
nevím	2,5	2,4	2,6

Graf č. 53: Odpovědi na otázku „Kdy jste byl naposledy u zubního lékaře?“ v %



Graf č. 54: Odpovědi na otázku „Kdy jste byl naposledy u zubního lékaře?“ podle typu škol v %



Na otázku „Kdy jste byl naposledy u zubního lékaře“ odpovědělo téměř 84 % respondentů, že to není déle jak jeden rok, pouze 1,3 % uvedlo, že to bylo před více než třemi lety. Rozdíly mezi pohlavími byly minimální, určité rozdíly byly v odpovědích podle typu škol. Žáci gymnázií i ostatních SŠ odpověděli, že to není déle jak jeden rok v téměř 86 %, zatímco respondenti z odborných učilišť pouze v 77 %. Rozdíly mezi jednotlivými školami nejsou významné.

### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Návštěvu a vyšetření zubního lékaře v posledním roce uvedlo nyní o 4 % méně mládeže než v roce 2012. Nejvíce zubního lékaře opět navštěvují gymnazisté, rozdíl oproti učňům se však oproti roku 2012 výrazně snížil, tehdy u návštěv v posledním roce činil rozdíl 22 %, nyní je 9 %.

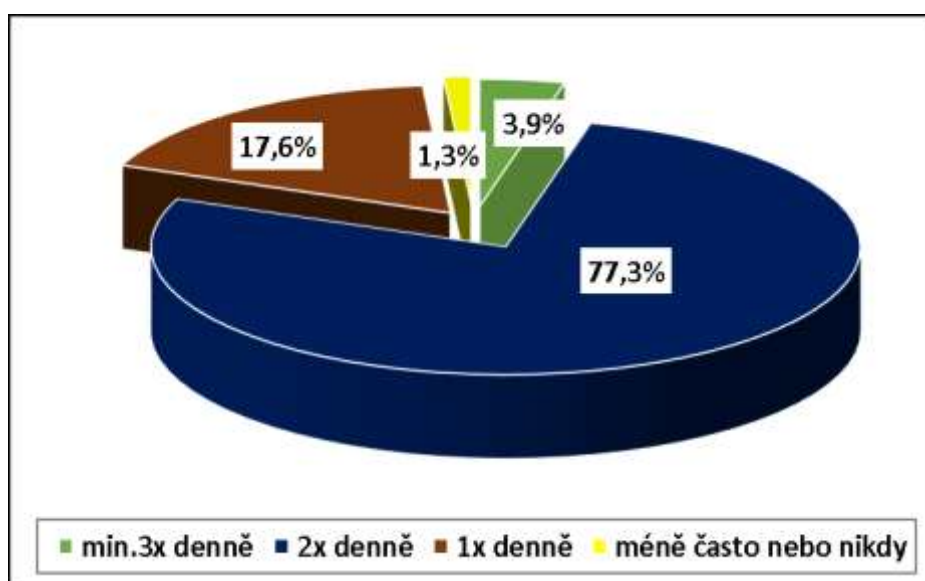
## 3.8 Jak často si čistíte zuby?

Tabulka č. 28: Odpovědi na otázku „Jak často si čistíte zuby?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
minimálně 3x denně	3,9	2,4	5,3
2x denně	77,3	68,8	85,3
1x denně	17,6	27,1	8,6
méně často nebo nikdy	1,3	1,7	0,8

Na otázku „Jak často si čistíte zuby?“ odpovědělo 81 % mládeže, že pravidelně alespoň 2x denně, pouze 1x denně si pak čistí zuby pouze 17,6 % mladých lidí a 1 % respondentů uvedlo, že si čistí zuby méně než jednou denně nebo vůbec.

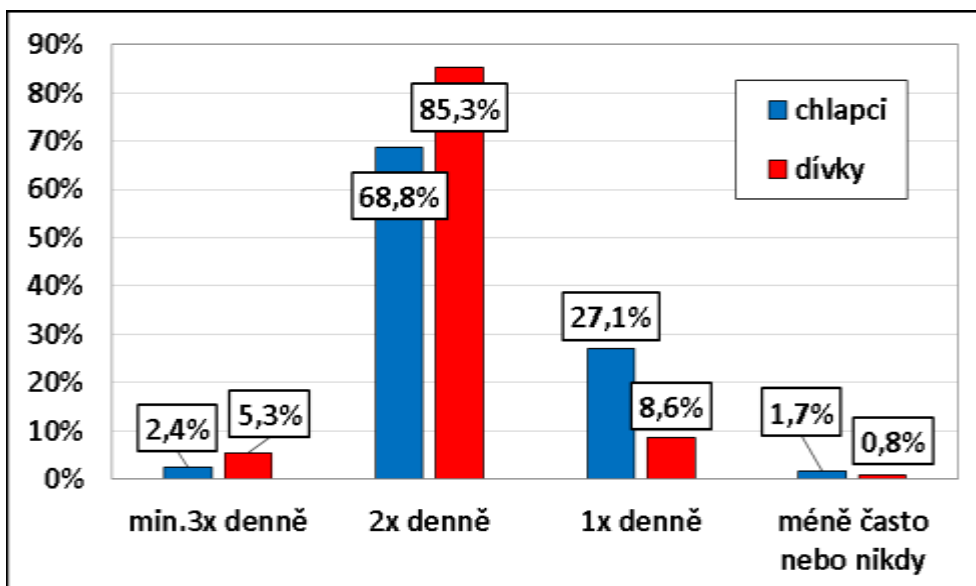
Graf č. 55: Odpovědi na otázku „Jak často si čistíte zuby?“ v %



Poměrně významné rozdíly v odpovědích byly zaznamenány ve srovnání dívek a chlapců. Dívky jsou podle předpokladu zodpovědnější – zatímco minimálně 2x denně si čistí zuby 90,6 % dívek,

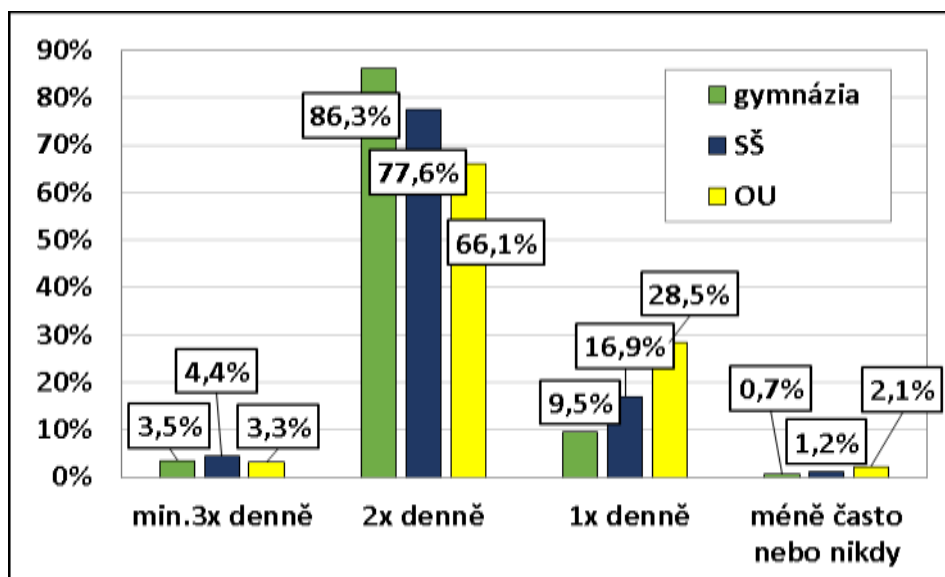
tak u chlapců to je pouze 71,2 %. Znamená to i skutečnost, že více než čtvrtina (28,8 %) chlapců si čistí zuby pouze 1x denně nebo ještě méně často.

Graf č. 56: Odpovědi na otázku „Jak často si čistíte zuby?“ podle pohlaví v %



Podobně byly významné rozdíly zjištěny i u různých typů škol – minimálně 2x denně si čistí zuby 90 % gymnazistů, ale jen necelých 70 % žáků odborných učilišť. Více než 30 % učňů si tedy čistí zuby pouze 1x denně nebo i méně často. Hodnocení podle jednotlivých škol nevykazuje významné rozdíly – v souladu s předchozím si nejčastěji čistí zuby žáci gymnázií.

Graf č. 57: Odpovědi na otázku „Jak často si čistíte zuby?“ podle typu škol v %





### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

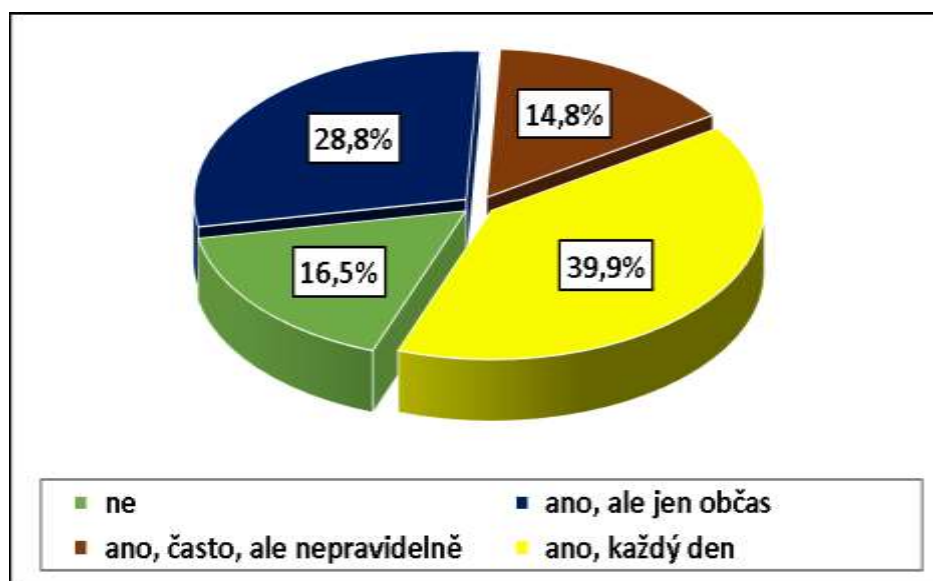
Zde, bohužel, nelze provést validní srovnání, protože byly na danou otázku v dotazníku zvoleny jinak položené odpovědi. Nicméně se lze domnívat, že u této důležité činnosti osobní hygieny nedošlo v průběhu pěti let k významnějším změnám.

## 3.9 Snídáte?

Tabulka č. 29: Odpovědi na otázku „Snídáte?“ v %

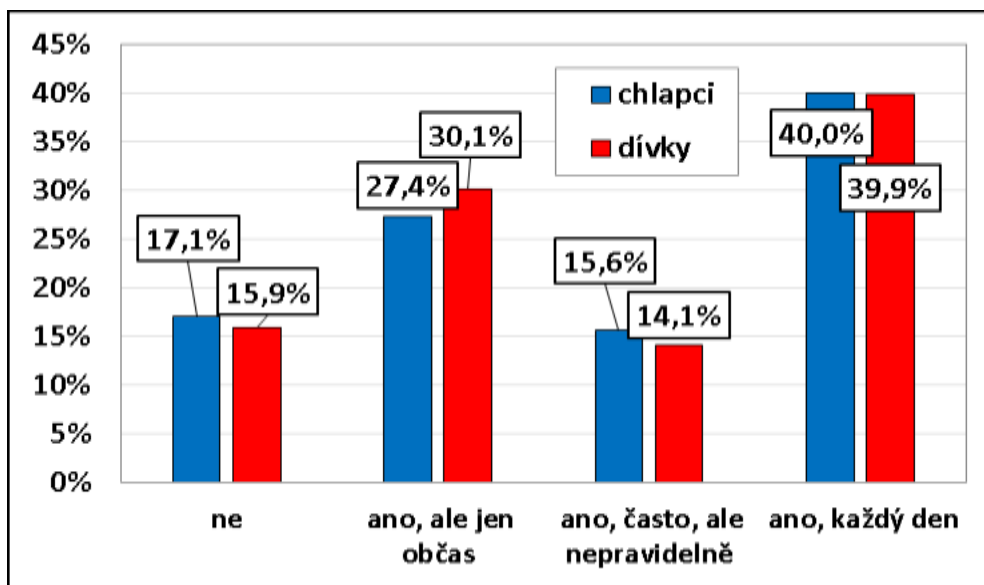
	celkem	chlapci	dívky
ne, nikdy nebo jen výjimečně	16,5	17,1	15,9
ano, ale jen občas, nepravidelně	28,8	27,4	30,1
ano, často, ale ne pravidelně každý den	14,8	15,6	14,1
ano, pravidelně každý den	39,9	40,0	39,9

Graf č. 58: Odpovědi na otázku „Snídáte?“ v %



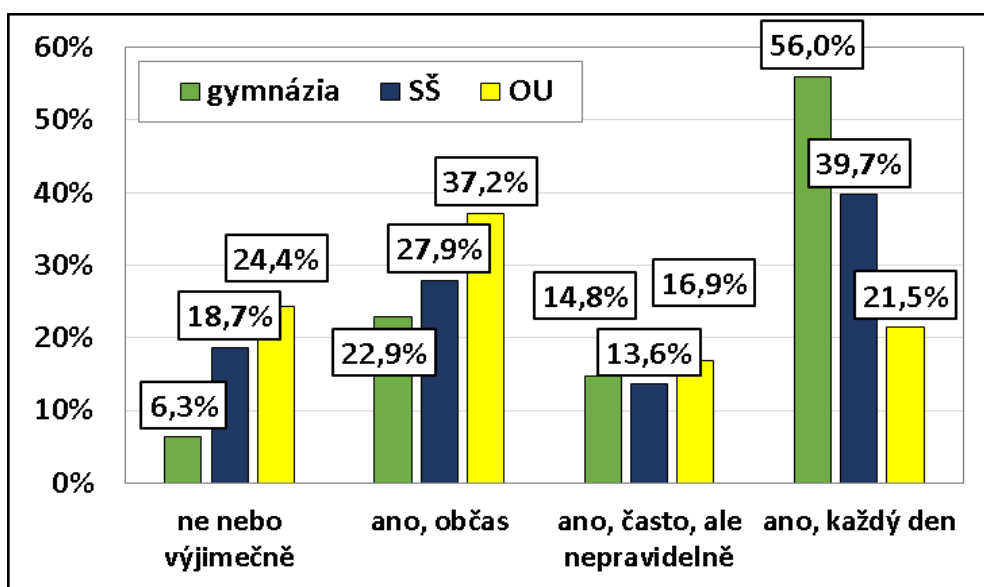
Snídaně je z hlediska zdravé výživy nejdůležitějším denním jídlem, proto byla jedna otázka zaměřena na snídání. Pravidelně každý den snídá pouze 40 % z dotazovaných, šestina (16,5 %) mládeže nesnídá vůbec nebo jen výjimečně a necelých 29 % pak snídá občas, nepravidelně. Rozdíly mezi dívkami a chlapci jsou velmi malé, pravidelně každý den snídá shodně 40 % dívek i chlapců, nikdy nebo jen výjimečně pak 16 % dívek oproti 17 % chlapců.

Graf č. 59: Odpovědi na otázku „Snídáte?“ podle pohlaví v %



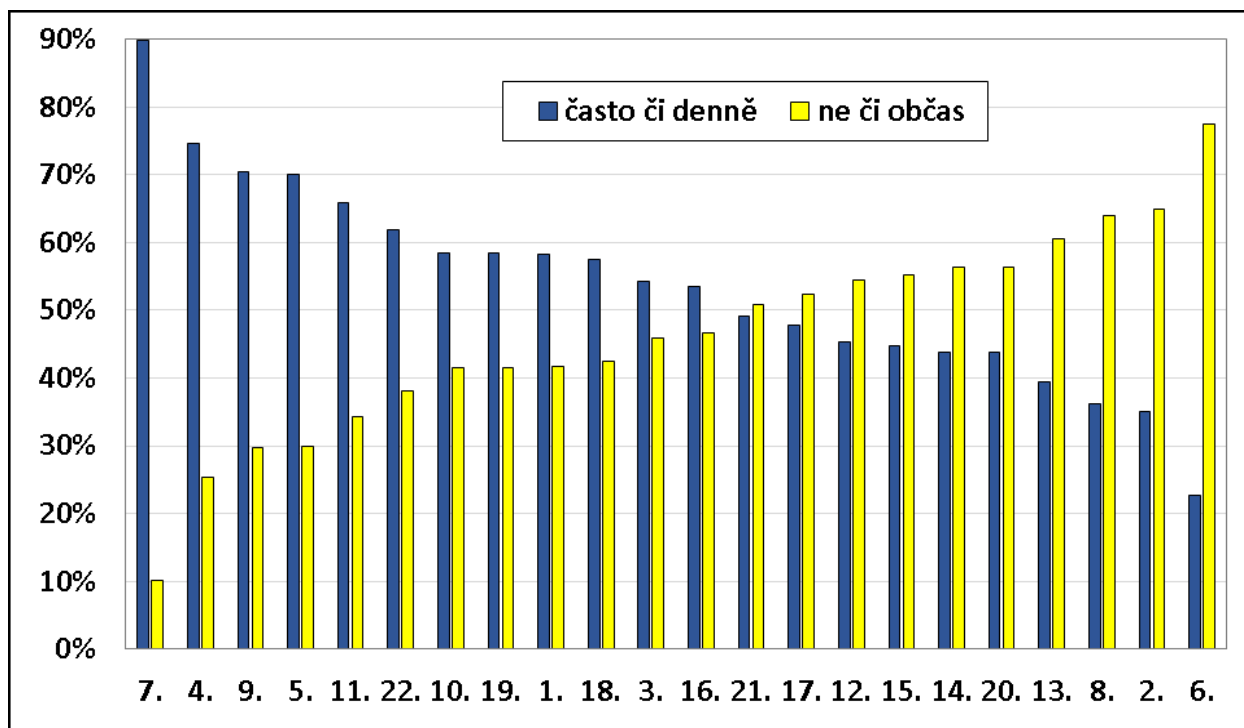
Žáci gymnázií jsou, co se týče snídání, nejzodpovědnější – výrazně vyšší procento z nich, a to více než polovina (56,0 %) snídá pravidelně každý den, zatímco z žáků, kteří studují učiliště, pravidelně snídá pouze pětina (21,5 %). Naopak vůbec nebo jen výjimečně snídá 6 % gymnazistů, ale 24 % učňů.

Graf č. 60: Odpovědi na otázku „Snídáte?“ podle typu škol v %



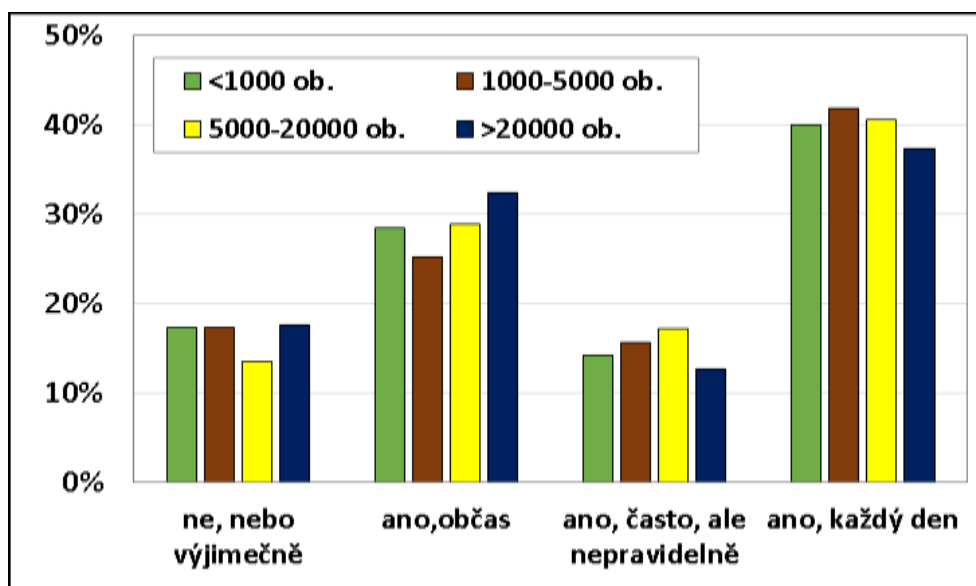
Poměrně značné rozdíly jsou i mezi žáky jednotlivých škol – nejvíce tzv. kladných odpovědí, tj. odpovědí „ano, snídám pravidelně každý den“ nebo „ano, často, ale ne pravidelně každý den“, uvedli žáci ze školy č. 7 (89,8 %), následovali žáci ze škol č. 4 (74,7 %) a č. 9 (70,4 %), naopak nejméně snídají žáci ve školách č. 8, 2 a 6 (zde kladně odpovědělo pouze 22,6 % žáků).

Graf č. 61: Odpovědi na otázku „Snídáte?“ podle jednotlivých škol v %



Očekávali jsme, že mládež na vesnicích snídá častěji než ve městech – toto se však nepotvrdilo. Rozdíly podle velikosti sídla trvalého bydliště jsou velmi malé a nelze je hodnotit ve prospěch některé ze zvolených kategorií. Nejvíce tzv. kladných odpovědí bylo zaznamenáno u žáků, kteří bydlí v obcích velikostí mezi 5 000 – 20 000 obyvatel, nejméně naopak u žáků z velkých měst (nad 20 000 obyvatel).

Graf č. 62: Odpovědi na otázku „Snídáte?“ podle bydliště v %



**Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:**

Vůbec nesnídá nebo jen výjimečně téměř 17 % z dotázaných, v roce 2012 to bylo 19 % respondentů, naopak pravidelně každý den snídá 40 %, ve studii z roku 2012 to bylo 41 %. Lze

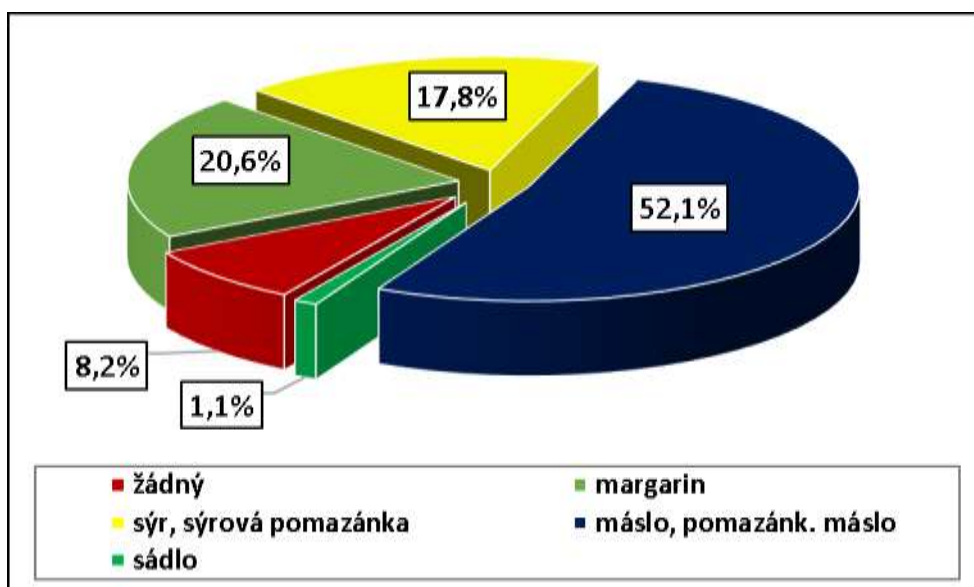
proto bohužel konstatovat, že velmi špatná situace se snídáním se u mládeže nelepší. I v roce 2012 nebyly zjištěny větší rozdíly mezi pohlavími. Ve shodě s rokem 2012 je stále nejhorší situace se snídáním u učňů, tehdy uvedlo, že vůbec nebo jen výjimečně nesnídá 29 % učňů, nyní 24 % a naopak pravidelné snídání každý den uvedlo tehdy 26 % a nyní jen 22 %. A nepotvrdil se závěr z předešlé studie, že mládež na vesnicích o velikosti do tisíce obyvatel snídá pravidelně každý den ve větším počtu než mládež ve větších sídlech.

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

Tabulka č. 30: Odpovědi na otázku „Jaký tuk používáte nejčastěji jako pomazánku na chléb, rohlík či jiné pečivo?“ v %

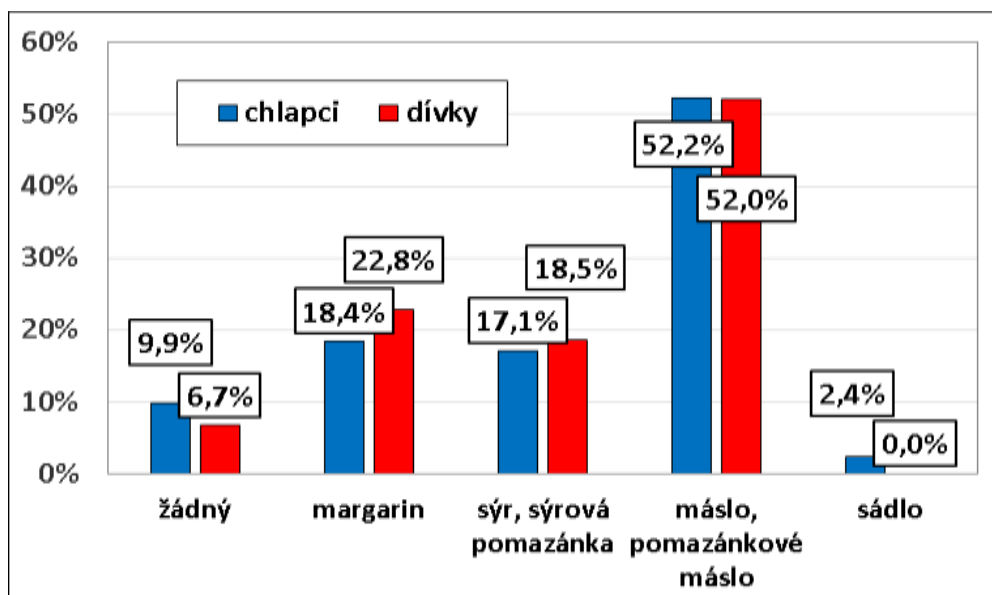
	celkem	chlapci	dívky
žádný	8,2	9,9	6,7
margarin	20,6	18,4	22,8
sýr nebo pomazánku vyrobenou ze sýru	17,8	17,1	18,5
máslo, pomazánkové máslo, pomazánku vyrobenou z másla	52,1	52,2	52,0
sádlo	1,1	2,4	0

Graf č. 63: Odpovědi na otázku „Jaký tuk používáte nejčastěji jako pomazánku na chléb, rohlík či jiné pečivo?“ v %



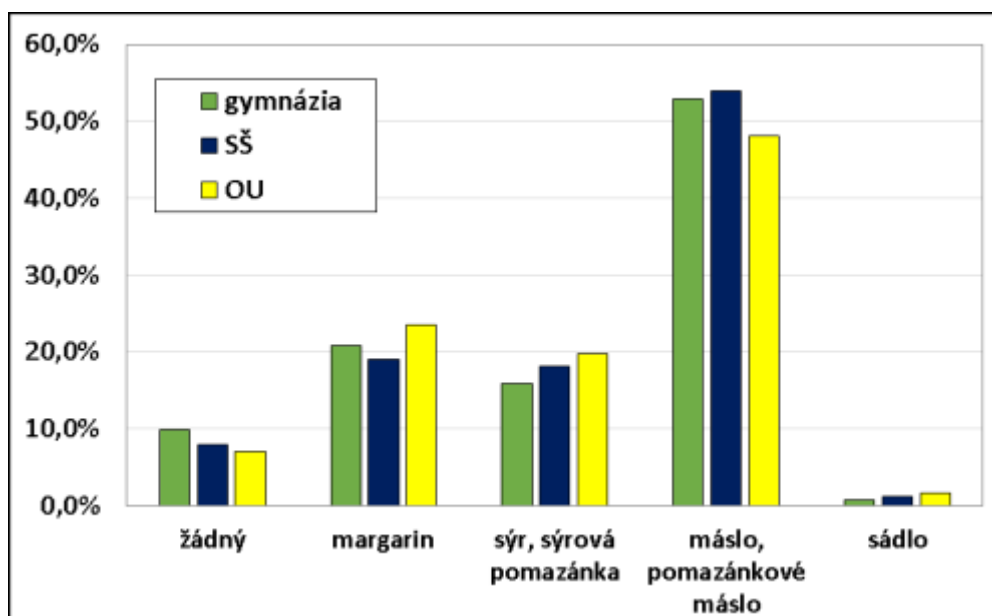
Na otázku „Jaký tuk používáte nejčastěji jako pomazánku na chléb, rohlík či jiné pečivo?“ uvedlo 52 % respondentů odpověď „máslo, pomazánkové máslo nebo pomazánku vyrobenou z másla“, druhou nejčastější odpovědí s 21 % byl „margarin (Ramu, Floru aj.)“. Rozdíly mezi chlapci a dívkami byly minimální, chlapci nepatrně častěji používají máslo a pomazánky z másla, případně sádlo (ale to jen necelá 3 %), dívky naopak margaríny a sýr či sýrové pomazánky.

Graf č. 64: Odpovědi na otázku „Jaký tuk používáte nejčastěji jako pomazánku na chléb, rohlík či jiné pečivo?“ podle pohlaví v %



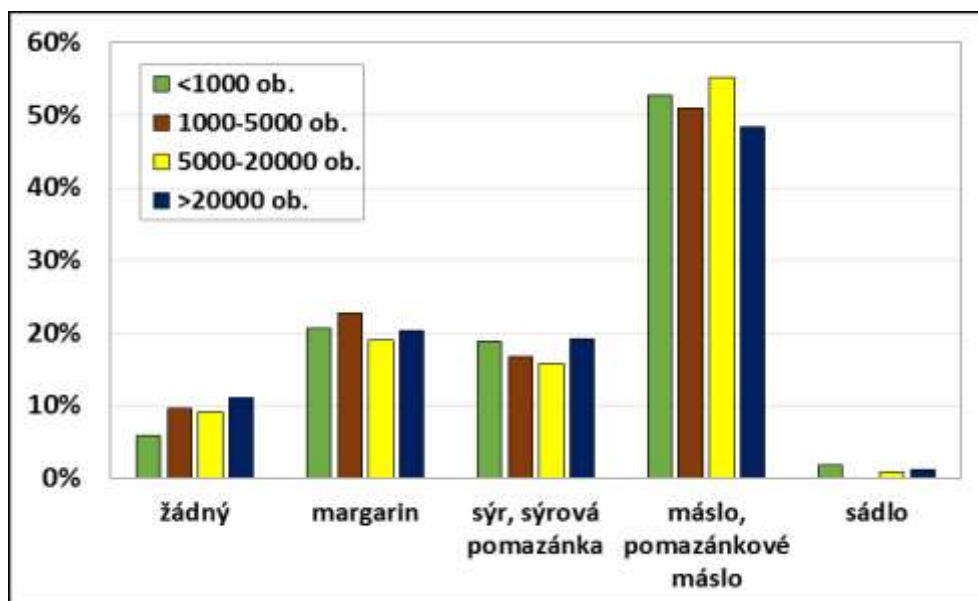
Rozdíly u žáků z různých typů škol není možné jednoznačně vyhodnotit. Gymnazisté nejčastěji ze všech (celkem 10 % z nich) nepoužívají na pečivo žádný tuk či pomazánku, učni oproti ostatním častěji používají margaríny, sýrové pomazánky či sádlo a žáci z tzv. ostatních SŠ pak častěji než ostatní využívají máslo či pomazánky z másla. Rozdíly jsou však nevýznamné, zanedbatelné.

Graf č. 65: Odpovědi na otázku „Jaký tuk používáte nejčastěji jako pomazánku na chléb, rohlík či jiné pečivo?“ podle typu škol v %



Očekávali jsme, že mládež žijící na vesnicích bude častěji jako pomazánku používat sádlo, případně máslo – toto se však nepotvrdilo, rozdíly v odpovědích podle bydliště jsou velmi malé. Z výsledků by snad šlo pouze vyvodit, že čím větší sídlo bydliště, tím častěji mládež nepoužívá žádný tuk či pomazánku na pečivo (6 % v malých obcích do 1 tis. obyvatel oproti 11 % ve městech nad 20 tis. obyvatel).

Graf č. 66: Odpovědi na otázku „Jaký tuk používáte nejčastěji jako pomazánku na chléb, rohlík či jiné pečivo?“ podle bydliště v %



### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

I v roce 2012 uvedlo nejvyšší procento mládeže, že jako pomazánku na pečivo nejčastěji používá máslo, pomazánkové máslo nebo pomazánku vyrobenou z másla. Tehdy to bylo 60 % respondentů, nyní 52 %. K poklesu (o 4,4 %) došlo i v používání sýru nebo pomazánek vyrobených ze sýru. Naopak častější je používání margarínů, v roce 2012 je jako nejčastější pomazánku uvedlo 13,7 %, nyní 20,6 %. I v první studii nebyly zjištěny rozdíly mezi dívkami a chlapci.

### 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 je tabulka z důvodu svého rozsahu poměrně nepřehledná, tak jsou u výsledků na tyto odpovědi zaokrouhlena procenta na celá čísla. V každém řádku (tj. u každé podotázky) jsou červeně tučně označeny výsledky s nejvyšším procentuálním zastoupením a modře tučně pak naopak výsledky s nejnižším procentem odpovědí.

Tabulka č. 31: 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) mléko, mléčné nápoje, zákys...	13	40	26	21
b) mléčné výrobky (sýry, jogurty...)	5	36	36	23
c) kuře, krůtu či jiné drůbeží nebo bílé maso	10	60	24	7
d) rybí maso	67	30	3	1
e) vepřové maso, hovězí maso, zvěřinu	23	58	16	3
f) uzeniny, salámy, párky, uzené maso...	24	47	22	7
g) luštěniny (hrách, čočka, fazole...)	46	45	8	1
h) čerstvou zeleninu	7	28	35	30
i) čerstvé ovoce	5	31	31	33
j) zeleninu či ovoce tepelně upravené, konzervované...	47	39	11	4
k) smažené brambory (hranolky, americké apod.)	52	41	6	1
l) bílé pečivo (rohlíky, housky, koláče...)	10	26	33	32
m) celozrnné či tmavé pečivo	25	39	26	11
n) cereálie (cornflakes, ovesnou kaši...)	46	33	14	7
o) vejce a pokrmy z nich	25	51	18	6
p) čokoládu, cukrovinky, zákusky	15	53	23	9
q) chipsy, krekry, arašidy apod. slané pochutiny	42	47	9	2
r) alkoholické nápoje (pivo, víno, destiláty)	44	39	9	7
s) neslazené nápoje (vodu, minerálku, sodu, čaj...)	4	18	22	57
t) slazené nápoje (colu, kofolu, limonády...)	21	50	20	9
u) smažené pokrmy	29	57	12	2

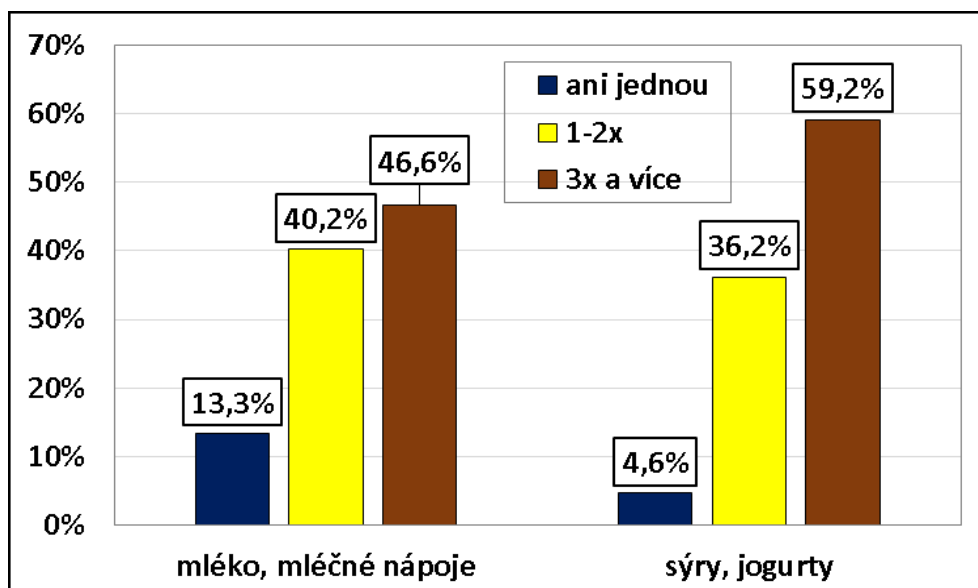
**3.11.1 Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a mléko, mléčné nápoje a mléčné výrobky – sýry, jogurty apod. (v dotazníku uvedeno v ot. č. 11 pod body a – b)?**

Tabulka č. 32: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a mléko a mléčné výrobky“ v %

	mléko, mléčné nápoje, zákys...	mléčné výrobky, sýry, jogurty...
ani jednou	13,3	4,6
1-2x	40,2	36,2
3x a více	46,6	59,2

Je potěšitelné, že mléko a mléčné výrobky konzumují mladí žáci středních škol poměrně často, více než 3x měla mléko či nějaký mléčný nápoj v posledním týdnu téměř polovina (47 %) žáků a mléčné výrobky, tj. zejména sýry nebo jogurty dokonce téměř 3/5 (59 %) respondentů. Mléko či mléčné nápoje však nepilo v posledním týdnu více než 13 % žáků, sýry a jogurty pak vůbec v posledním týdnu nejedlo necelých 5 % mládeže.

Graf č. 67: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a mléko, mléčné nápoje, zákys a mléčné výrobky (sýry, jogurty...) v %“



V konzumaci mléka, mléčných nápojů a sýrů nebyly mezi dívkami a chlapci zjištěny žádné významné rozdíly. Chlapci konzumují o něco častěji jak mléko, tak i sýry a jogurty. Zatímco mléko či jiný mléčný nápoj nemělo v posledním týdnu ani jednou 12 % chlapců, tak dívek se stejnou nulovou konzumací bylo 15 %.

#### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Výsledky z této studie ukazují na skutečnost, že mládež oproti roku 2012 méně pije mléko a mléčné nápoje, minimálně 3x je v posledním týdnu mělo nyní 47 %, kdežto v roce 2012 to bylo 56 % respondentů. Naopak mládež nyní více konzumuje sýry, jogurty a další mléčné výrobky.

#### 3.11.2 Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a různé druhy masa (v dotazníku uvedeno v ot. č. 11 pod body c – e)?

Další tři podotázky byly v dotazníku věnovány konzumaci různých druhů mas – nabízené odpovědi byly uvedeny tak, aby spojovaly „bílé maso“, tj. kuře, krůtu či jiné drůbeží nebo bílé maso, dále pak „ryby“ (rybí maso) a nakonec „tmavé maso“, tzn. vepřové, hovězí, případně zvěřinu.

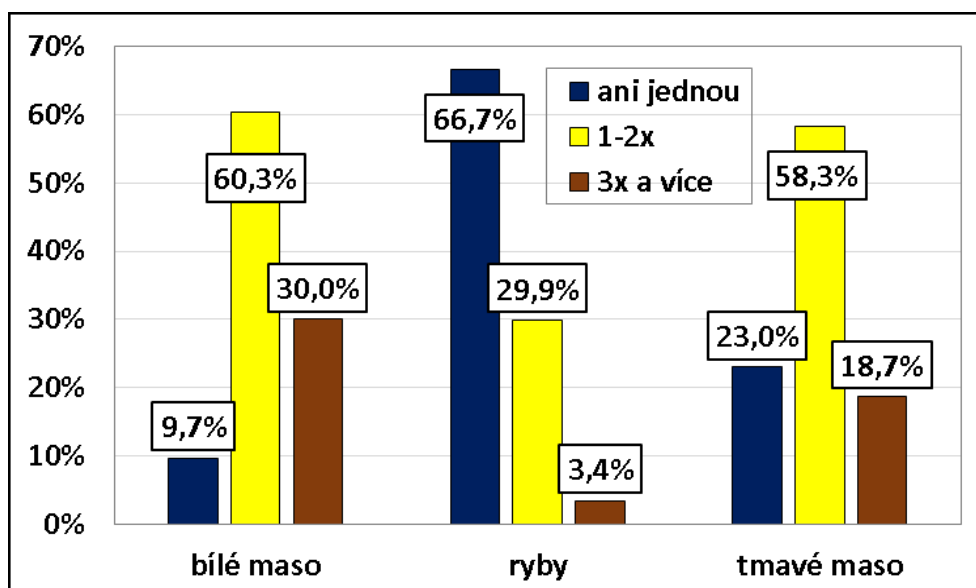


Tabulka č. 33: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a různé druhy masa“ v %

	bílé maso	ryby	tmavé maso
<b>ani jednou</b>	9,7	66,7	23,0
<b>1-2x</b>	60,3	29,9	58,3
<b>3x a více</b>	30,0	3,4	18,7

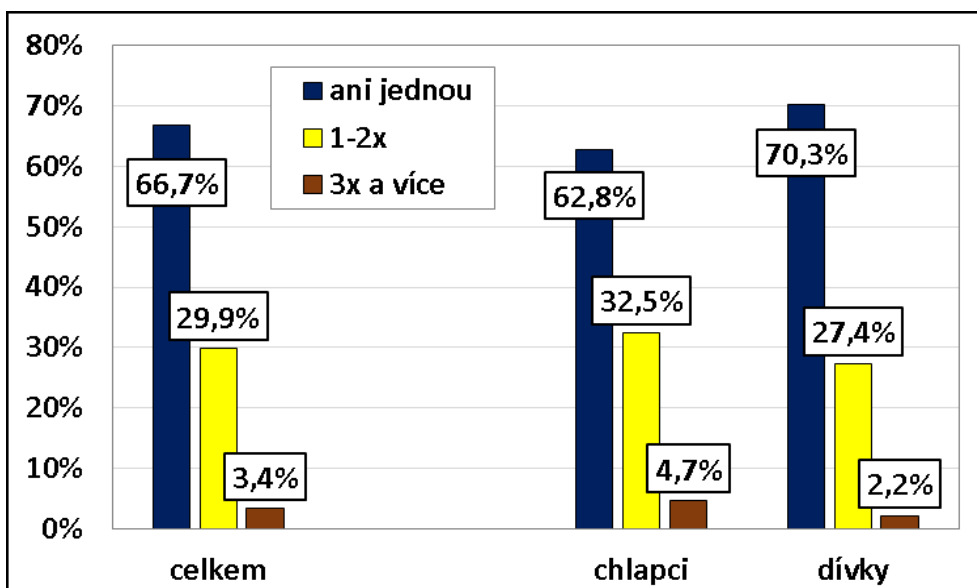
Nejčastěji jí mládež kuřecí, krůtí a ev. další „bílé“ maso – pouze desetina (10 %) z oslovených neměla tento druh masa v posledním týdnu ani jednou, naopak téměř třetina (30 %) z nich pak alespoň 3x. Bohužel, nejméně často – jak lze předpokládat – jí mladí lidé ryby, tj. rybí maso, přesně 2/3 (67 %) z nich nekonzumovalo ryby v poslední týdnů ani jednou, více než 3x je měla pouhá 3 % mládeže. Tmavé maso konzumuje mládež nejčastěji 1-2x týdně (58 % z nich).

Graf č. 68: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a různé druhy masa“ v %

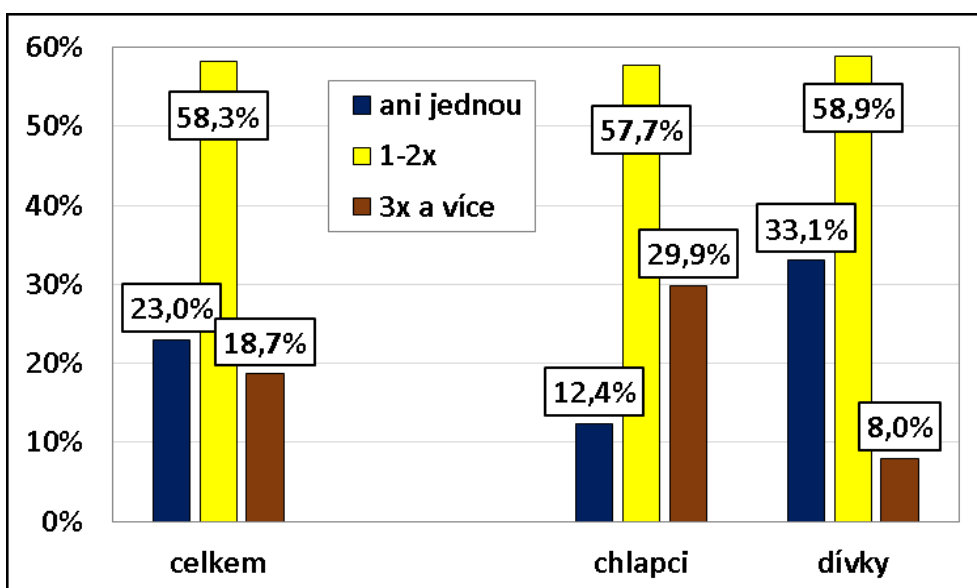


Obecně muži jí maso častěji než ženy, potvrdila to i tato studie – chlapi jí častěji všechny druhy masa. Rozdíly v konzumaci bílého masa nejsou velké, spíše nepatrné, rozdíly u dalších druhů masa jsou již výraznější, což dokladují i následující dva grafy. Větší konzumace ryb u chlapců může trochu překvapit – zatímco je v posledním týdnu vůbec nejedlo 70 % dívek, tak u chlapců je nižší procento – 63 %. Naopak dívky jí zdravěji, co se týče konzumace tmavého masa – v posledních 7 dnech ani jednou nejedla tento druh masa třetina (33 %) dívek, ale jen 12 % chlapců. Naopak minimálně 3x v posledním týdnu vepřové, hovězí či zvěřinu jedlo 30 % chlapců, ale pouze 8 % dívek. Podrobněji jsou výsledky v následujících grafech.

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



Graf č. 70: 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 %



### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

V konzumaci masa převládá tzv. bílé maso, zejména kuřecí a krůtí a jeho obliba mezi mládeží zřejmě roste. Zatímco v roce 2012 odpovědělo, že tento druh masa mělo v posledních 7 dnech 22 % z dotázaných, nyní to bylo již více než 30 %. Velmi nízká je stále spotřeba rybiho masa, v roce 2012 uvedlo 60 % mládeže, že nemělo v posledním týdnu rybí maso, nyní to bylo dokonce 67 %. V odpovědích na konzumaci tmavého masa nejsou prakticky žádné rozdíly.

### 3.11.3 Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a uzeniny, salámy, párky, uzené maso... (v dotazníku uvedeno v ot. č. 11 pod bodem f)?

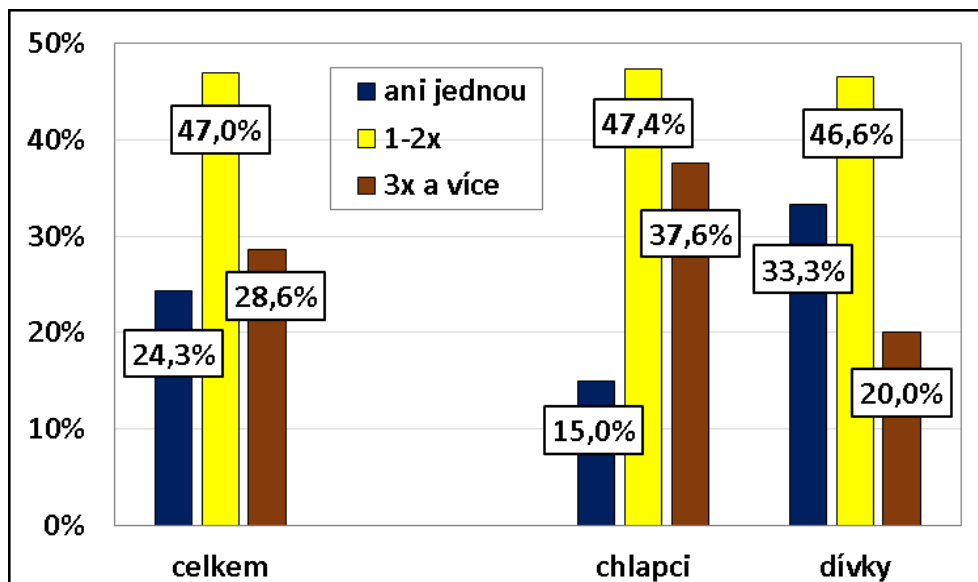
Konzumace různých uzenin, salámů, párků, uzeného masa a podobných potravin je zřejmě velmi nezdravá a přispívá nejen k nadváze a obezitě, ale také k různým srdečně cévním, metabolickým a nádorovým onemocněním. Studie, bohužel, prokázala, že uzeniny jí mládež více než by měla. Téměř 30 % žáků jí uzeniny a podobné potraviny minimálně 3x týdně, necelá čtvrtina (24 %) je v posledním týdnu nejedlo ani jednou.

Tabulka č. 34: 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	24,4	15,0	33,4
1-2x	47,0	47,4	46,6
3x a více	28,6	37,6	20,0

Potvrdila se „známá pravda“, že uzeniny, salámy a podobná jídla jí častěji muži. I středoškoláci mužského pohlaví v této studii uvedli výrazně častější konzumaci těchto potravin. Zatímco ani jednou uzeniny nejedla třetina (33 %) dívek, tak u chlapců to bylo pouze 15 %. Minimálně třikrát v posledním týdnu jedlo uzeniny, salámy a párky pětina dívek, ale 38 % chlapců. Ukazuje se, že uzeniny patří mezi mládeží stále k nejoblíbenějším a nejčastěji konzumovaným potravinám.

Graf č. 71: 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 %



#### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

V konzumaci uzenin bohužel nedošlo během pěti let k žádným podstatným změnám, mládež je stále jí poměrně často a chlapci mnohem častěji než dívky. Prokázala to nejen současná analýza, ale i studie před pěti lety.

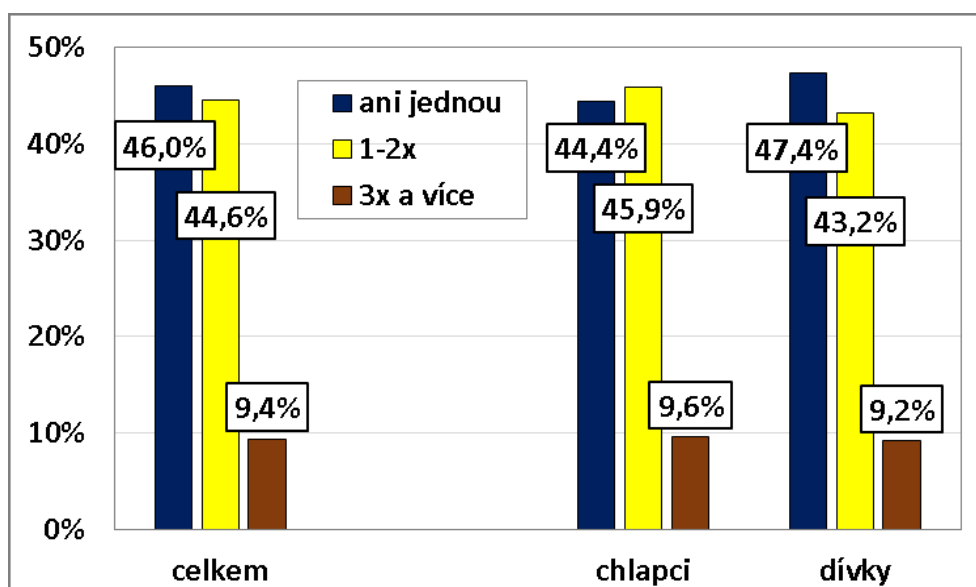
### 3.11.4 Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a luštěniny – hrách, čočku, fazole... (v dotazníku uvedeno v ot. č. 11 pod bodem g)?

Další otázkou v dotazníku byla otázka, týkající se konzumace luštěnin. Necelá polovina (46 %) respondentů uvedla, že luštěniny v posledním týdnu vůbec nejedla, naopak minimálně 3x týdně je jedla téměř desetina (9 %) žáků. Rozdíly mezi pohlavími jsou nepatrné a nevýznamné, což dokládá i následující tabulka i graf.

Tabulka č. 35: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a luštěniny (hrách, čočku, fazole...“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ani jednou	46,0	44,4	47,4
1-2x	44,6	45,9	43,2
3x a více	9,4	9,6	9,2

Graf č. 72: 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 %



#### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Luštěniny nejsou příliš častým jídelm mladých lidí, nicméně 54 % z oslovených mělo luštěniny alespoň 1x v posledních 7 dnech, v roce 2012 se jednalo pouze o 40 %. Může to znamenat vyšší konzumaci luštěnin u mladých lidí.

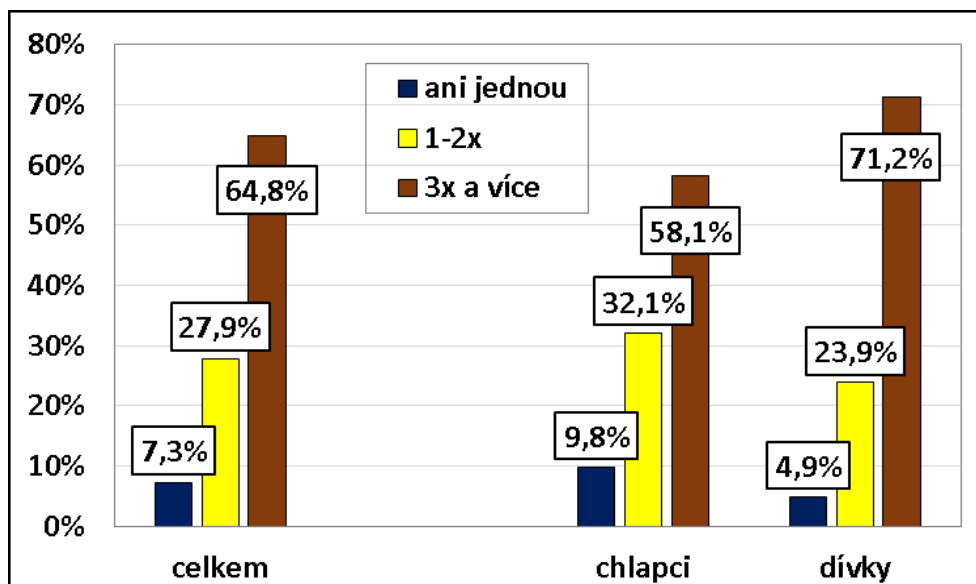
**3.11.5 Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a čerstvou zeleninu, čerstvé ovoce nebo zeleninu či ovoce tepelně upravené, konzervované... (v dotazníku uvedeno v ot. č. 11 pod body h – j)?**

Zelenina a ovoce patří k nejzdravějším potravinám, a nejen mladí lidé by je měli konzumovat v dostatečném množství několikrát denně. Výsledky této studie však ukazují, že tomu tak u mládeže druhých ročníků středních škol v Kraji Vysočina zdaleka není. Čerstvou zeleninu neměla ani jednou za posledních 7 dnů téměř desetina (7 %) žáků středních škol, 3x a častěji ji pak konzumovaly necelé dvě třetiny (65 %) respondentů. Podle očekávání dívky používají čerstvou zeleninu častěji než chlapci – minimálně 3x týdně ji však konzumovalo pouze sedm z deseti dívek (71 %) a šest z deseti chlapců (58 %). Velmi často, 5x a nebo vícekrát týdně, jedlo čerstvou zeleninu 30 % mládeže.

Tabulka č. 36: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a čerstvou zeleninu“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ani jednou	7,3	9,8	4,9
1-2x	27,9	32,1	23,9
3x a více	64,8	58,1	71,2

Graf č. 73: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a čerstvou zeleninu“ celkem a podle pohlaví v %

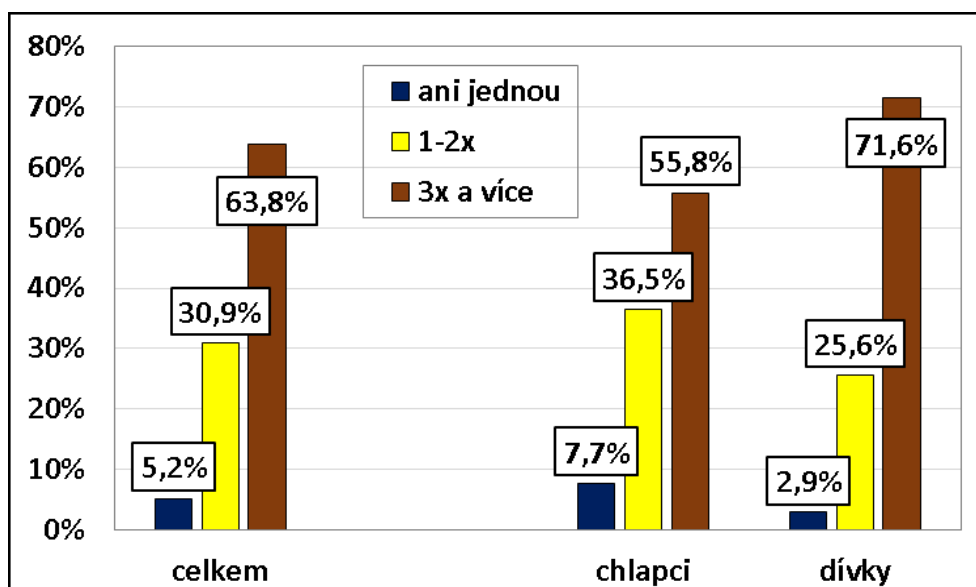


Čerstvé ovoce konzumuje mládež prakticky stejně často jako čerstvou zeleninu. 5 % respondentů uvedlo, že čerstvé ovoce v posledním týdnu nejedlo ani jednou, 64 % pak, že ho jedla minimálně 3x týdně. I ovoce jí častěji dívky, 70 % dívek uvedlo, že ovoce jedlo v posledním týdnu minimálně 3x, chlapců to bylo výrazně méně, 56 %. Velmi často, 5x a nebo vícekrát týdně jí čerstvé ovoce 33 % mládeže.

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

	celkem	chlapci	dívky
ani jednou	5,2	7,7	2,9
1-2x	30,9	36,5	25,6
3x a více	63,8	55,8	71,6

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

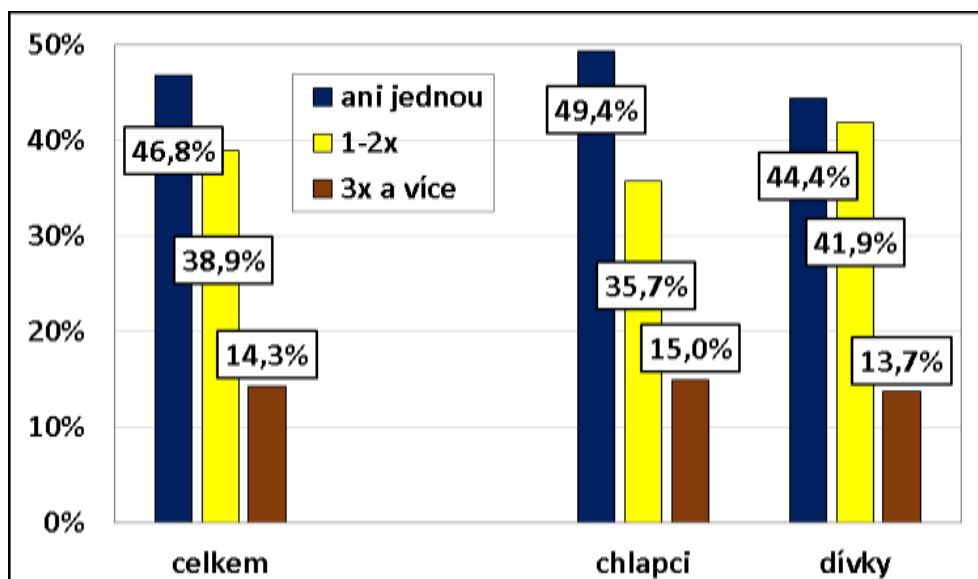


Zeleninu či ovoce tepelně upravené či konzervované konzumovala v posledním týdnu alespoň jednou více než polovina (53 %) žáků. Často, tj. minimálně 3x týdně, tyto pokrmy jedlo v posledních sedmi dnech 14 % respondentů. Rozdíly mezi pohlavími nejsou zřetelné, dívky konzumují tyto potraviny či pochutiny nepatrně častěji než chlapci.

Tabulka č. 38: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a zeleninu či ovoce tepelně upravené, konzervované...“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ani jednou	46,8	49,4	44,4
1-2x	38,9	35,7	41,9
3x a více	14,3	15,0	13,7

Graf č. 75: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a zeleninu či ovoce tepelně upravené, konzervované“ celkem a podle pohlaví v %



#### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Stávající studie zřejmě prokázala, že mládež konzumuje čerstvou zeleninu více, než tomu bylo v minulosti. Zatímco ve studii v roce 2012 uvedlo, že čerstvou zeleninu mělo v posledním týdnu minimálně 3x celkem 52 % respondentů, tak v této to byly téměř dvě třetiny z nich (65 %). Stejně jako v první analýze i nyní jí zeleninu výrazně více dívky. Podobná situace byla zjištěna v konzumaci čerstvého ovoce, v roce 2012 uvedlo, že čerstvé ovoce mělo v posledním týdnu minimálně 3x 50 % respondentů, v této studii to bylo 64 % z oslovených žáků SŠ. U konzumace zeleniny i ovoce se také snížil počet těch, co zeleninu a ovoce vůbec v posledním týdnu neměli. V konzumaci tepelně upravené či konzervované zeleniny a ovoce nebyly zjištěny oproti roku 2012 prakticky žádné rozdíly.

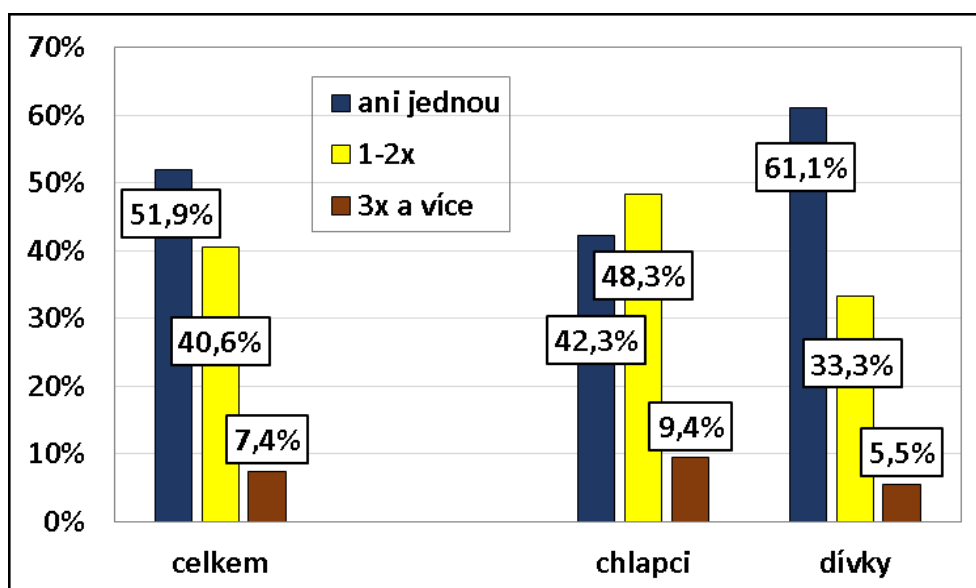
#### 3.11.6 Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a smažené brambory – hranolky, americké apod. (v dotazníku uvedeno v ot. č. 11 pod bodem k)?

Velmi nezdravá, ale dost častá, bývá i nadměrná konzumace smažených brambor v podobě hranolek a dalších forem. Mladí lidé mají tato jídla ve značné oblibě, což ve značné míře potvrdil i tento projekt. Polovina (52 %) respondentů neměla v posledním týdnu ani jednou některé z těchto jídel, naopak 40 % jednou či dvakrát a téměř 8 % pak dokonce minimálně třikrát. Potvrdilo se i to, že tento druh jídel konzumují častěji muži. Zatímco 61 % dívek neměla žádné z těchto jídel v posledním týdnu ani jednou, u chlapců to bylo jen 42 % z celkového počtu oslovených.

Tabulka č. 39: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a smažené brambory – hranolky, americké apod.“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ani jednou	51,9	42,3	61,2
1-2x	40,6	48,3	33,3
3x a více	7,5	9,4	5,5

Graf č. 76: 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 %



### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Zdá se, že obliba brambor smažených v různých podobách u mládeže mírně vzrůstá. Zatímco v minulé studii uvedly pouze 2,2 % z oslovených žáků SŠ, že některý z těchto pokrmů mělo v posledním týdnu minimálně 3x, v této studii to bylo 7,5 % respondentů. Těch, kteří tento pokrm nemělo vůbec, je v této analýze také méně, 52 % oproti 59 %.

### 3.11.7 Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a různé druhy pečiva (v dotazníku uvedeno v ot. č. 11 pod body l – m)?

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.

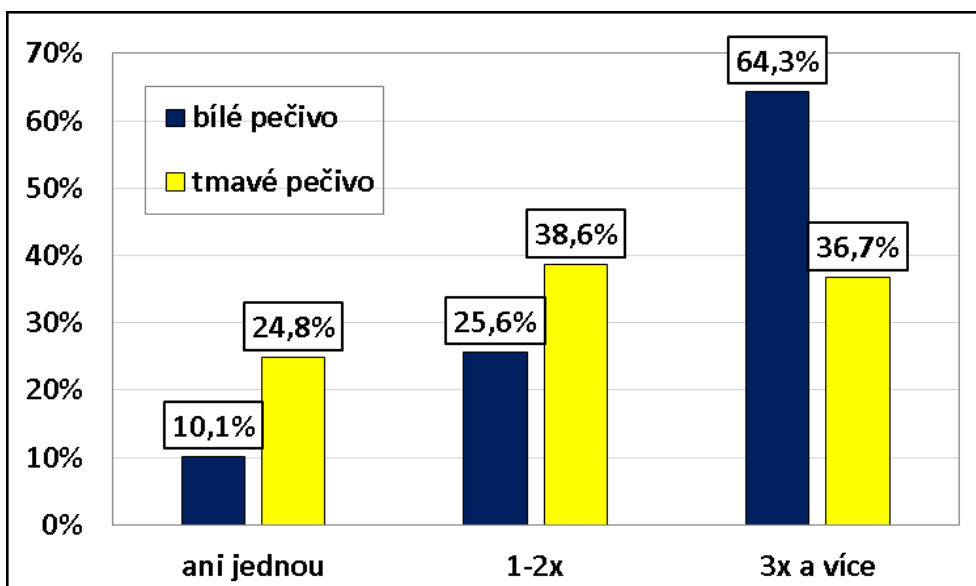
Středoškoláci, bohužel, mnohem více konzumují méně zdravé bílé pečivo, což dokládá i následující tabulka i graf. Zatímco bílé pečivo alespoň jednou v posledním týdnu jedlo 90 % žáků druhých ročníků středních škol (pouze 10 % respondentů uvedlo, že ho nejedlo), tak tmavé či celozrnné pečivo jedly pouze tři čtvrtiny (75 %) žáků. Často, tj. minimálně 3x týdně, jí bílé pečivo téměř 64 % respondentů, ale tmavé či celozrnné pečivo pouze 37 % žáků.

Tabulka č. 40: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a bílé a tmavé (celozrnné) pečivo v %

	bílé pečivo	tmavé pečivo
ani jednou	10,1	24,8
1-2x	25,6	38,6
3x a více	64,3	36,7

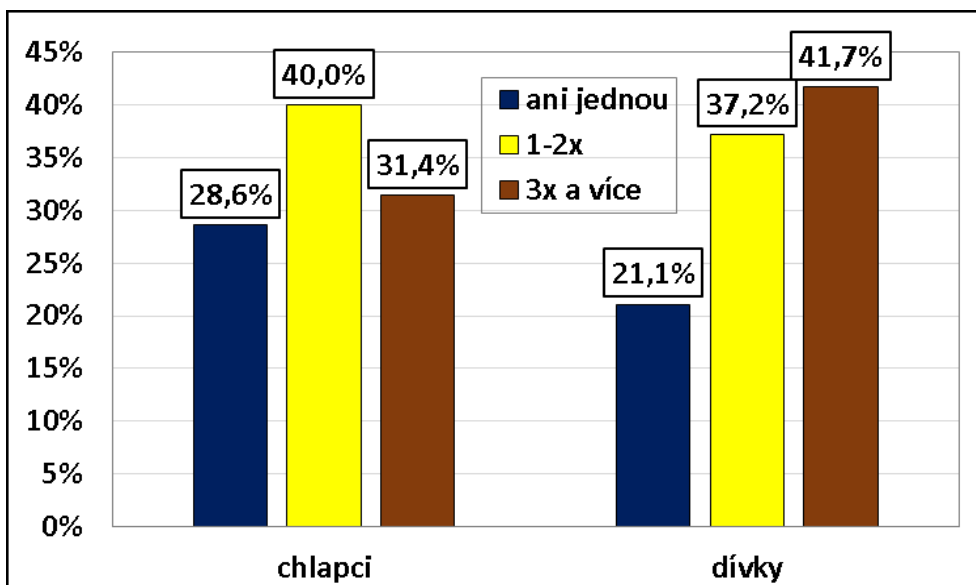


Graf č. 77: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a bílé a tmavé (celozrnné) pečivo“ v %

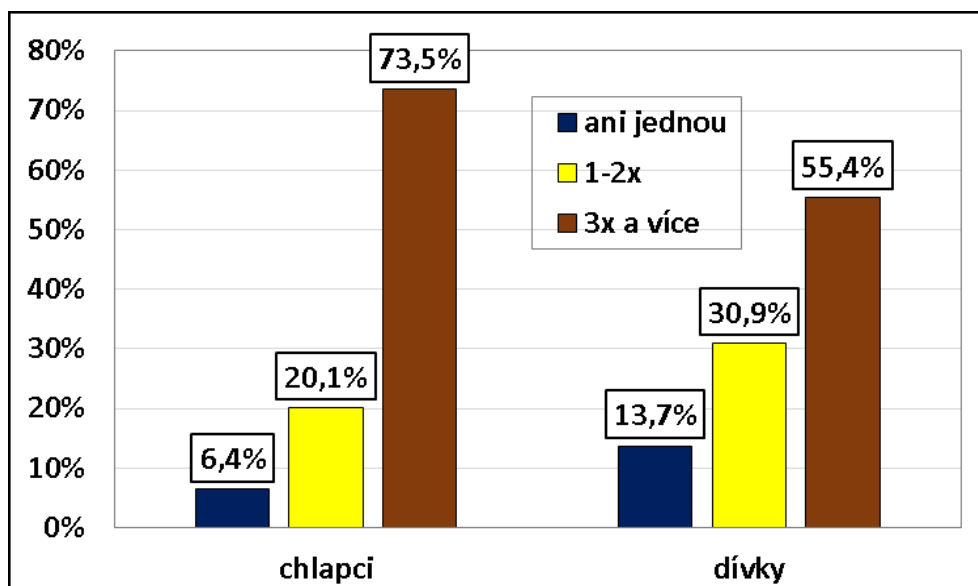


Podle očekávání chlapci konzumují tmavé a celozrnné pečivo méně často. Zatímco 42 % dívek uvedlo, že tyto druhy pečiva jí alespoň 3x týdně (a 11 % dívek dokonce 5x nebo vícekrát týdně), chlapců to bylo o téměř 11 % méně (31 %). Chlapci toto „dohánějí“ konzumací bílého pečiva, téměř 3/4 (74 %) z nich konzumují tento druh pečiva minimálně 3x týdně, dívky pak jen v 55 %. To, jak často konzumují dívky a chlapci bílé či naopak tmavé nebo celozrnné pečivo, a jaké jsou mezi nimi rozdíly, dokumentují následující 2 grafy.

Graf č. 78: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a tmavé či celozrnné pečivo“ podle pohlaví v %



Graf č. 79: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a bílé pečivo“ podle pohlaví v %



#### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

V konzumaci pečiva stále převažuje bílé pečivo, nicméně oproti roku 2012 se zvýšila spotřeba tmavého a celozrnného pečiva. Zatímco v původní analýze jedlo tento druh pečiva minimálně 3x v posledním týdnu 29 % z oslovených žáků SŠ, v této studii to bylo téměř 37 %. Potvrdila se skutečnost, že dívky jí tmavé pečivo více než chlapci a naopak bílé pečivo častěji chlapci.

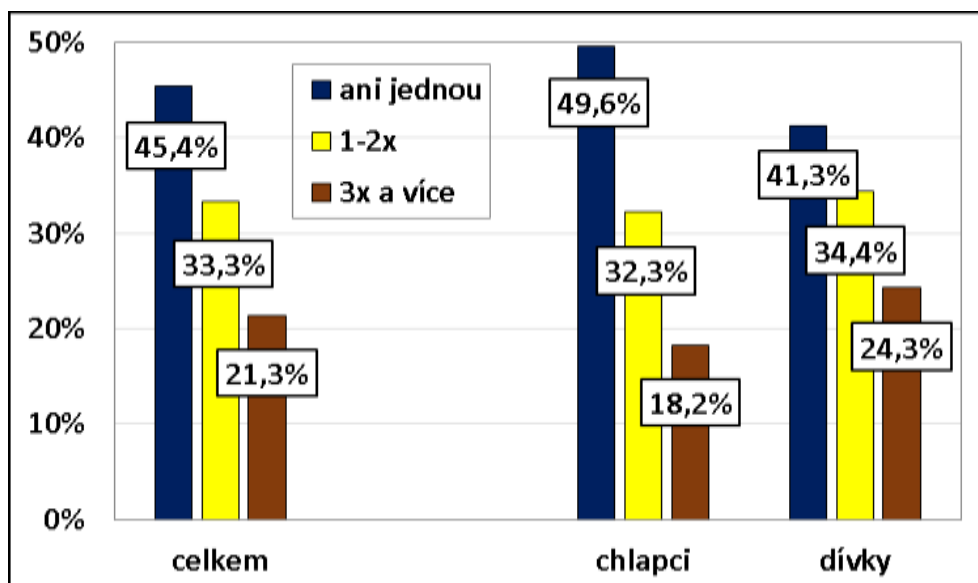
#### 3.11.8 Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a cereálie – cornflakes, ovesnou kaši apod. (v dotazníku uvedeno v ot. č. 11 pod bodem n)?

Cereálie byly další potravinou, na kterou byla zaměřena v anonymním dotazníku další otázka. Téměř polovina (45 %) mládeže cereálie v posledním týdnu nejedla ani jednou, naopak pětina (21 %) žáků uvedla, že je konzumovala velmi často, tj. minimálně 3x. Jak se dalo očekávat, cereálie jí častěji dívky, rozdíl však nejsou příliš markantní.

Tabulka č. 41: 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	45,4	49,6	41,3
1-2x	33,3	32,3	34,4
3x a více	21,3	18,2	24,3

Graf č. 80: 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 %



### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

V obou provedených studiích bylo dosaženo prakticky shodných výsledků.

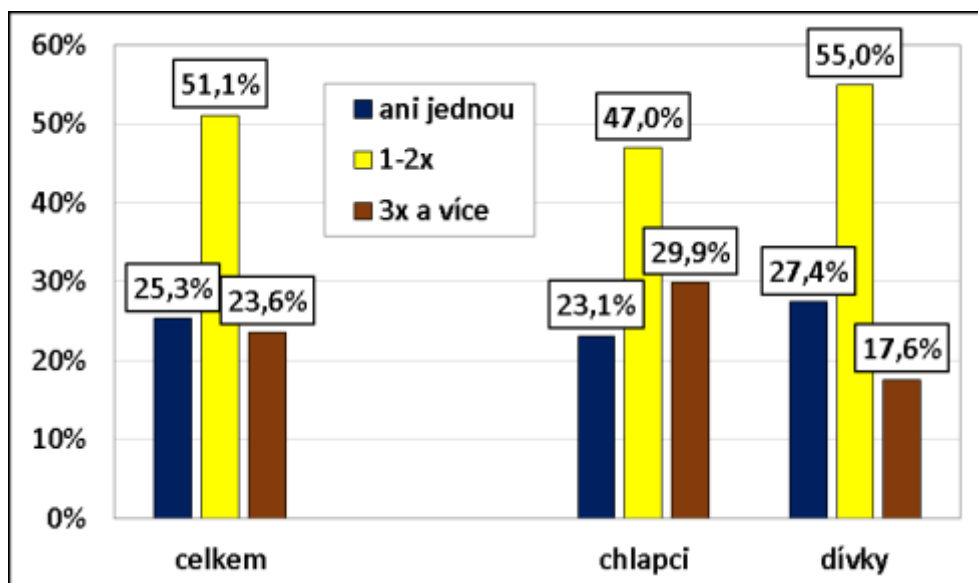
#### 3.11.9 Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a vejce a pokrmy z nich (v dotazníku uvedeno v ot. č. 11 pod bodem o)?

Vajíčka a nebo pokrmy z nich nejedla v posledním týdnu čtvrtina (25 %) z oslovených žáků, naopak jiná čtvrtina (24 %) žáků jedla vejce v posledních 7 dnech minimálně třikrát. Vejce a pokrmy z nich jedí chlapci výrazně častěji než dívky. Ani jednou vejce nekonzumovalo 27 % dívek, ale 23 % chlapců, naopak minimálně 3x v týdnu jedlo vajíčka a pokrmy z nich 30 % chlapců, ale pouze necelých 18 % dívek.

Tabulka č. 42: 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	25,3	23,1	27,4
1-2x	51,1	47,0	55,0
3x a více	23,6	29,9	17,6

Graf č. 81: 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 %



#### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

V konzumaci vajec a pokrmů z nich došlo oproti studii v roce 2012 k mírnému nárůstu. Zatímco první analýza ukázala, že alespoň 1x za posledních 7 dnů jedlo tyto pokrmy 67 % respondentů, ta nyní ukázala, že se jednalo o téměř 75 %. Minimálně 3x v posledním týdnu konzumovalo vejce či pokrmy z nich 24 % žáků oproti 13 % v roce 2012.

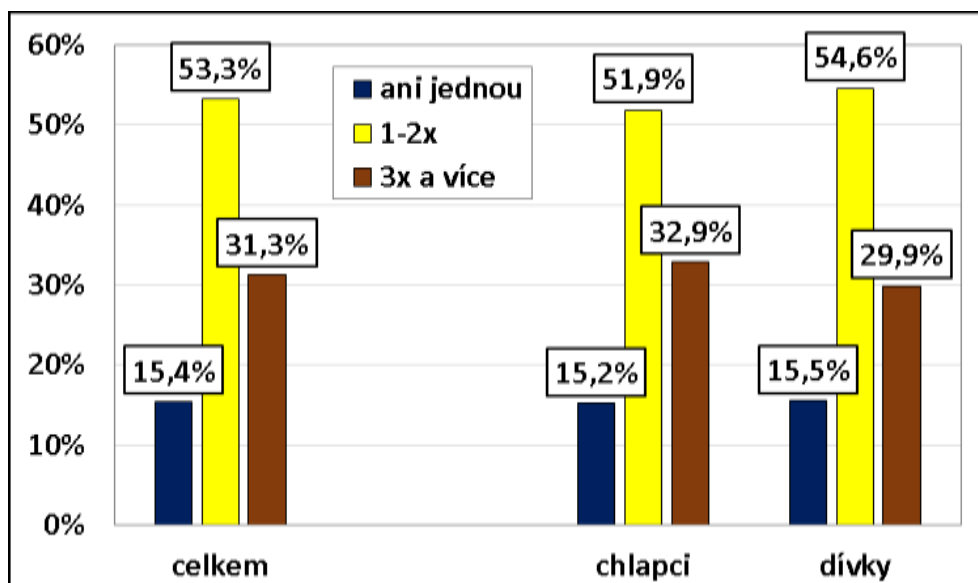
#### 3.11.10 Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a čokoládu, cukrovinky, zákusky (v dotazníku uvedeno v ot. č. 11 pod bodem p)?

Na stoupajícím počtu diabetiků v naší společnosti, podobně jako na rostoucím výskytu různých srdečně cévních nemocí, má mj. 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 15 % mladých středoškoláků uvedla, že v posledním týdnu neměla ani jednou žádnou sladkost, naopak třetina z nich (31 %) konzumuje sladkosti minimálně 3x týdně a dokonce 9 % respondentů uvedlo, že čokoládu, zákusky či jiné sladkosti jí 5x či vícekrát týdně. Rozdíly mezi dívkami a chlapci jsou malé, nevýznamné.

Tabulka č. 43: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a čokoládu, cukrovinky, zákusky“ v %

	celkem	chlapci	dívky
<b>ani jednou</b>	15,4	15,2	15,5
<b>1-2x</b>	53,3	51,9	54,6
<b>3x a více</b>	31,3	32,9	29,9

Graf č. 82: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a čokolády, cukrovinky, zákusky“ celkem a podle pohlaví v %



#### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Konzumaci sladkostí, čokolády, zákusků apod. přiznalo v této studii menší procento mládeže. Minimálně 3x v posledním týdnu tyto a podobné sladkosti jedlo 31 %, v roce 2012 to bylo 43 %. Žádnou konzumaci uvedlo nyní 15 % respondentů, v první analýze to bylo necelých 11 %.

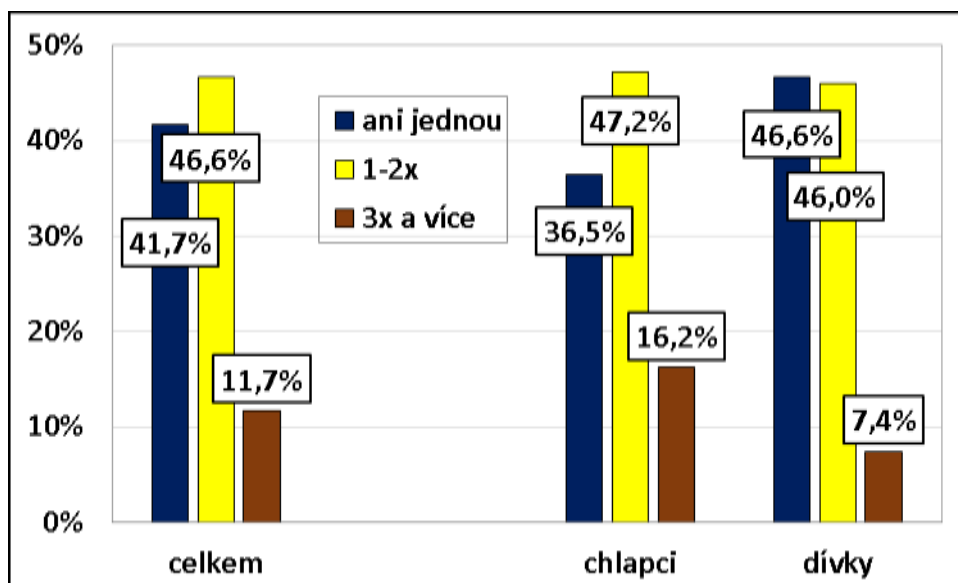
#### 3.11.11 Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a chipsy, krekrý, arašídy a podobné slané pochutiny (v dotazníku uvedeno v ot. č. 11 pod bodem q)?

K dalším obecně oblíbeným pokrmům patří různé chipsy, krekrý, tyčinky a podobné pochutiny. Má je ve značné oblibě i mládež – 58 % respondentů uvedlo, že je v minulém týdnu konzumovalo alespoň jednou, 12 % dokonce minimálně třikrát. I tyto pokrmy jí chlapci významně častěji než dívky, což dokládá následující tabulka a graf.

Tabulka č. 44: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a chipsy, krekrý, arašídy apod. slané pochutiny“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ani jednou	41,7	36,5	46,6
1-2x	46,6	47,2	46,0
3x a více	11,7	16,2	7,4

Graf č. 83: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a chipsy, krekry, arašídý apod. slané pochutiny“ celkem a podle pohlaví v %



#### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Stávající studie přinesla v odpovědích na tuto otázku prakticky stejné výsledky jako tomu bylo v analýze v roce 2012.

#### 3.11.12 Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a alkoholické nápoje – pivo, víno, destiláty (v dotazníku uvedeno v ot. č. 11 pod bodem r)?

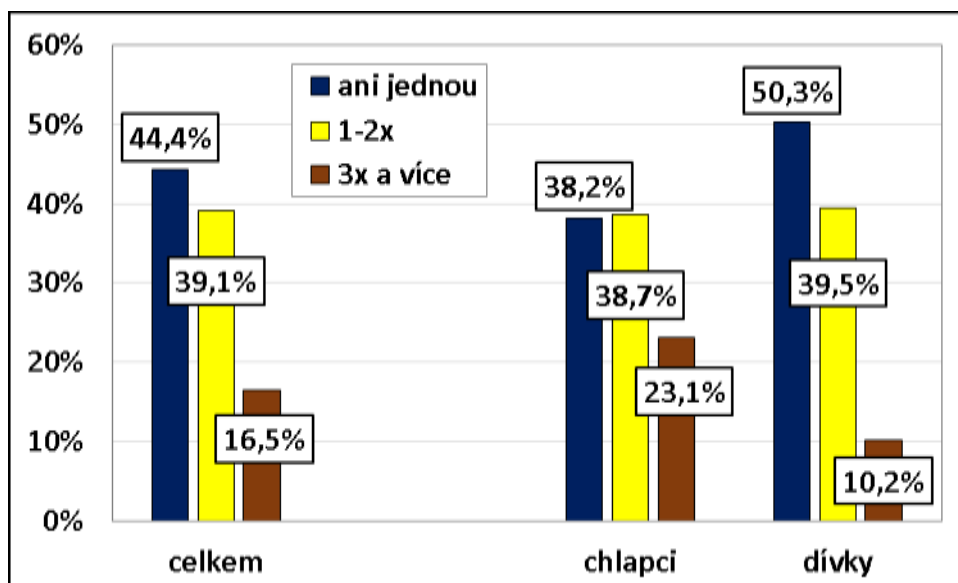
Časté a nadměrné pití alkoholu je pro mládež v naší zemi poměrně typické a prokázané již mnohými jinými studiemi a průzkumy. Bohužel, to dokazuje i tato studie a analýza. Pouze 44 % žáků druhých ročníků středních škol v Kraji Vysočina nepila v posledním týdnu ani jednu alkohol, naopak více než šestina (17 %) z nich konzumovala alkohol v posledních 7 dnech minimálně třikrát, 7 % pak dokonce 5x nebo vícekrát.

Tabulka č. 45: 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	44,4	38,2	50,3
1-2x	39,1	38,7	39,5
3x a více	16,5	23,1	10,2

Chlapci konzumují alkoholické nápoje výrazně častěji než dívky, pouze 38 % chlapců nepila v posledním týdnu žádný alkohol, stejně abstinujících dívek je více – polovina ze všech. Naopak téměř čtvrtina (23 %) chlapců pila alkoholické nápoje minimálně třikrát týdně, zatímco takto často pijících dívek je „pouze“ 10 %.

Graf č. 84: 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 %



#### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

V souladu s výsledky odpovědí na otázku č. 25 dotazníku, která se také týkala konzumace alkoholu (Jak často pijete alkohol?) – viz kap. 3. 31, bylo i zde zjištěno mírné zlepšení stavu oproti studii v roce 2012. Tehdy uvedlo, že alkohol v posledních 7 dnech pilo minimálně 3x více než 22 % mládeže, nyní to bylo necelých 17 % respondentů. Ani jednou alkohol v posledním týdnu nepilo v roce 2012 necelých 35 % z oslovené mládeže, ve stávající studii byl počet o 9 % vyšší, jednalo se o 44 % žáků z druhých ročníků SŠ. K mírnému zlepšení došlo u dívek i chlapců, u dívek jsou však rozdíly oproti roku 2012 výrazně menší, než tomu je u chlapců.

#### 3.11.13 Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a neslazené či slazené nápoje (v dotazníku uvedeno v ot. č. 11 pod body s – t)?

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 pije příliš často různé sladké nápoje, jak je cola, kofola či sladké limonády.

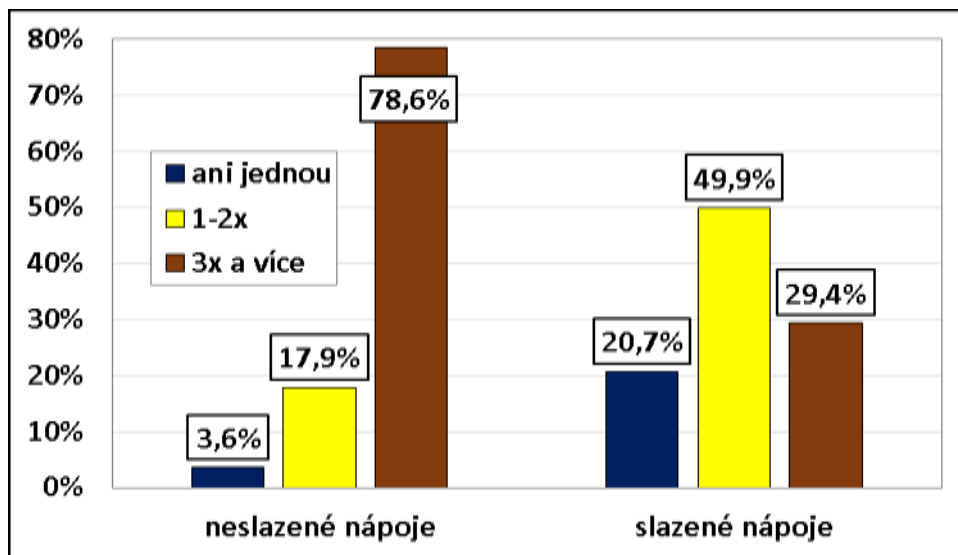
Tabulka č. 46: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a neslazené nebo slazené nápoje“ v %

	neslazené nápoje	slazené nápoje
ani jednou	3,6	20,7
1-2x	17,9	49,9
3x a více	78,6	29,4

Studie prokázala, že slazené nápoje jsou mezi mládeží oblíbené, značné množství mladých osob je stále pije, pouze pětina (21 %) z nich uvedla, že v posledním týdnu neměla ani jednou žádný slazený nápoj typu cola, kofola apod., naopak 30 % mládeže pila tyto nápoje velmi často – minimálně 3x v týdnu. Nicméně potěšitelným zjištěním může být skutečnost, že neslazené nápoje

(vodu, minerálku, sodu, čaj apod.) pijí žáci častěji než slazené nápoje, což dokládá výše uvedená tabulka i další graf.

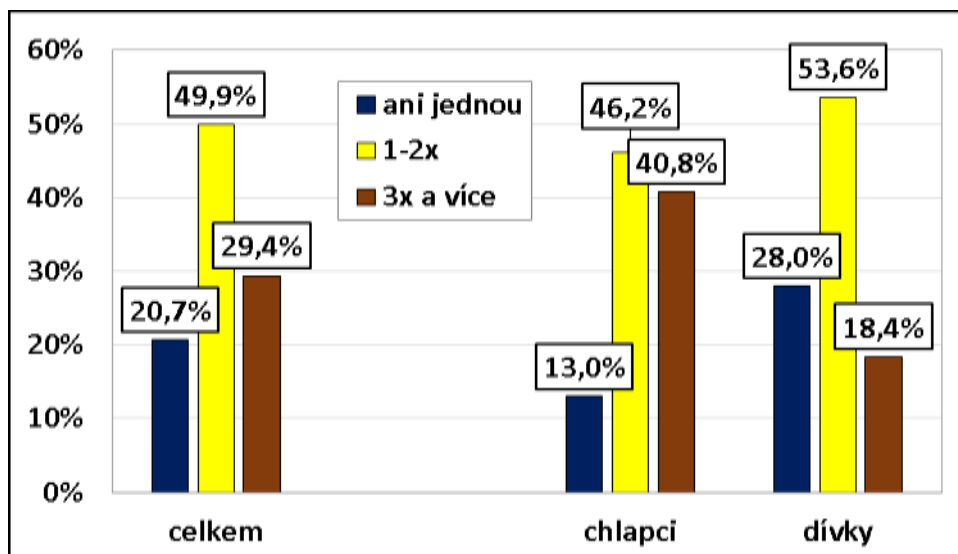
Graf č. 85: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a neslazené nebo slazené nápoje“ celkem a podle pohlaví v %



Tabulka č. 47: 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	20,7	13,0	28,0
1-2x	49,9	46,2	53,6
3x a více	29,4	40,8	18,4

Graf č. 86: 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 %





Jak se dalo očekávat, chlapci pijí slazené nápoje typu cola a kofola a slazené limonády výrazně častěji než dívky. Pouze 13 % chlapců uvedlo, že tyto nápoje v posledních 7 dnech nemělo, dívek bylo dvojnásobek – 28 %. Naopak více než 40 % chlapců pilo tyto slazené nápoje minimálně 3x v posledním týdnu, dívek bylo oproti chlapcům polovina – 18 %.

### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

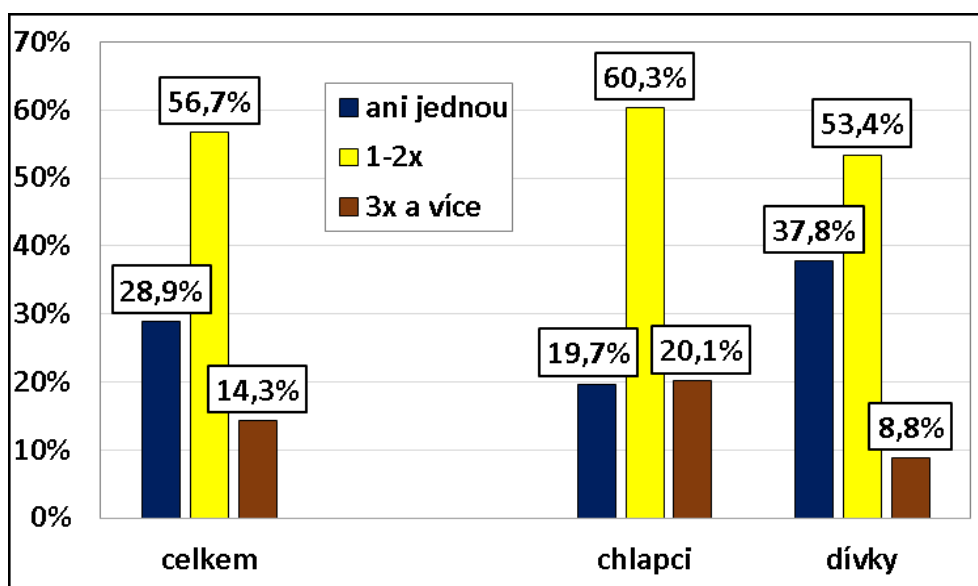
Jak již bylo výše uvedeno, slazené nápoje jsou mezi mládeží stále velmi oblíbené. Nicméně potěšitelnou skutečností je to, že tato studie zjistila, že je pije výrazně méně mládeže, než tomu bylo v roce 2012, kdy byla provedena první studie. Tehdy uvedlo, že v posledním týdnu minimálně 3x mělo nějaký tzv. slazený nápoj (colu, kofolu, limonádu apod.) 42 % z oslovených žáků SŠ, nyní to bylo výrazně méně, 29 %. Naopak ani jednou tyto nápoje nekonzumovalo v první studii 15 % respondentů, nyní to bylo 21 %. Ze získaných výsledků vyplývá, že výrazně více opouští slazené nápoje dívky. Naopak roste obliba neslazených nápojů (vody, minerálky apod.) – jejich konzumaci minimálně v pěti dnech za posledních 7 dní nyní uvedlo 57 %, v první studii to bylo jen 37 % respondentů.

#### 3.11.14 Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a smažené pokrmy (v dotazníku uvedeno v ot. č. 11 pod bodem u)?

Tabulka č. 48: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a smažené pokrmy“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ani jednou	28,9	19,7	37,8
1-2x	56,7	60,3	53,4
3x a více	14,3	20,1	8,8

Graf č. 87: Odpovědi na otázku „Jak často jste v posledním týdnu (tj. v posledních 7 dnech) konzumoval/a smažené pokrmy“ celkem a podle pohlaví v %



Velmi nezdravá, ale dost častá, je i nadměrná konzumace různých smažených pokrmů. Mladí lidé mají tato jídla ve značné oblibě, což potvrdila i tato analýza. Pouze třetina (29 %) respondentů neměla v posledním týdnu ani jednu některé z těchto jídel, naopak více než 14 % žáků uvedlo, že smažená jídla měli v posledním týdnu minimálně třikrát. Potvrdilo se i to, že tento druh jídel konzumují častěji muži – zatímco dívky neměly žádné z těchto jídel ani jednou v 38 %, chlapců byla pouze pětina (20 %). Naopak 20 % chlapců smaženým jídlům holduje velmi často, minimálně 3x týdně jejich konzumaci uvedla pětina z nich, podobných dívek je méně (9 %).

### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

V konzumaci smažených pokrmů nedošlo podle provedených analýz za posledních pět k výrazným změnám, bohužel, spíše se jedná o mírný nárůst. Jejich konzumaci minimálně 3x v posledním týdnu potvrdilo v roce 2012 celkem 12 % z oslovených žáků SŠ, nyní se jednalo o 14 %. Ani jednou tyto pokrmy nemělo v posledních sedmi dnech ve studii v roce 2012 celkem 34 %, nyní se jednalo pouze o 29 % respondentů. Obě studie potvrdily, že smažené pokrmy jsou oblíbenější u chlapců, kteří je konzumují výrazně častěji než dívky.

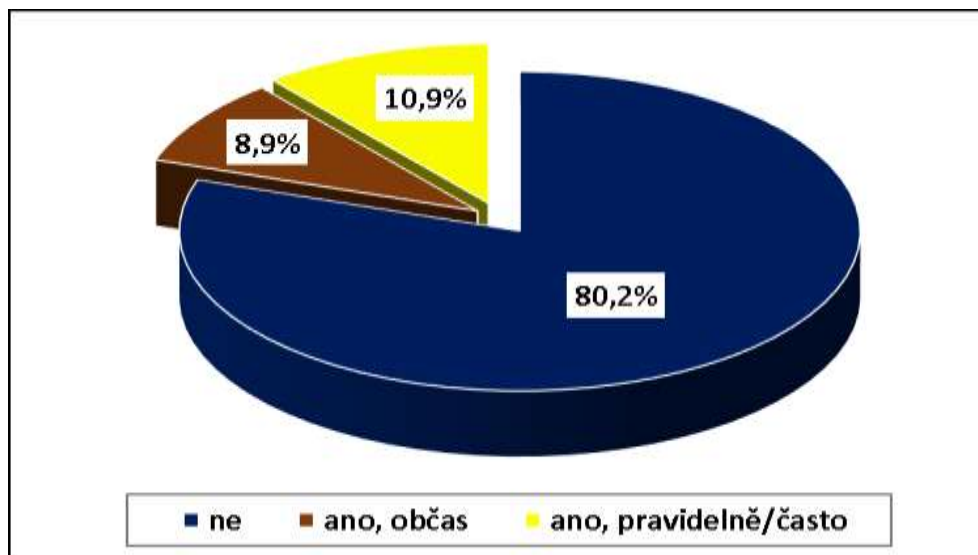
## 3.12 Kouří někdo z členů Vaší rodiny doma (tzn. uvnitř bytu)?

Tabulka č. 49: Odpovědi na otázku „Kouří někdo z členů Vaší rodiny doma (tzn. uvnitř bytu)?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
<b>ne, nikdo nekouří</b>	80,2	79,1	81,3
<b>ano, ale jen občas</b>	8,9	9,4	8,3
<b>ano, pravidelně nebo často</b>	10,9	11,5	10,4

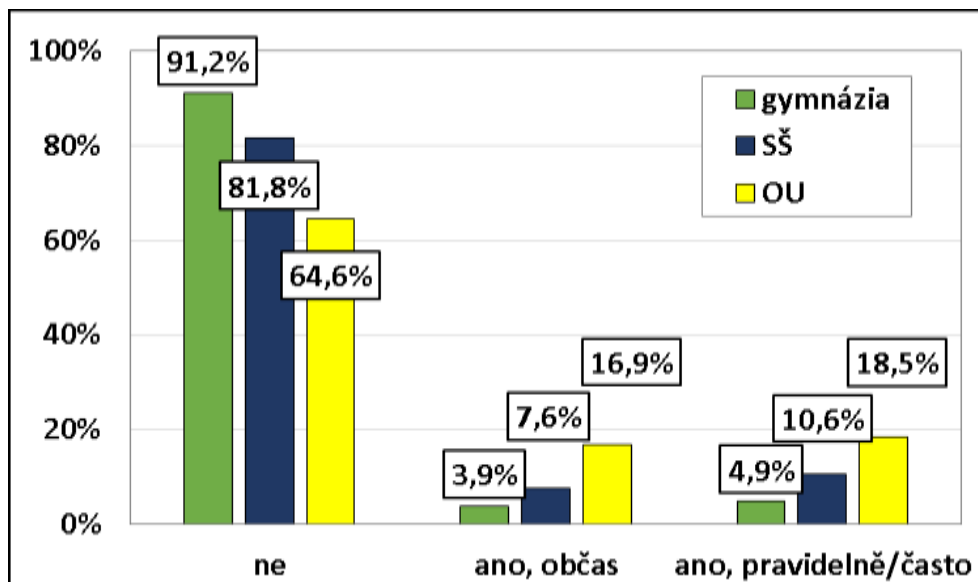
80 % středoškoláků uvedlo, že doma, tj. uvnitř bytu, nikdo z dalších členů rodiny nekouří, naopak téměř 20 % uvedlo, že někdo z členů rodiny doma kouří a více než desetina (10,9 %) pak přiznalo, že doma někdo kouří pravidelně nebo často. Rozdíly mezi chlapci a dívkami jsou logicky malé, nevýznamné.

Graf č. 88: Odpovědi na otázku „Kouří někdo z členů Vaší rodiny doma (tzn. uvnitř bytu)?“ v %



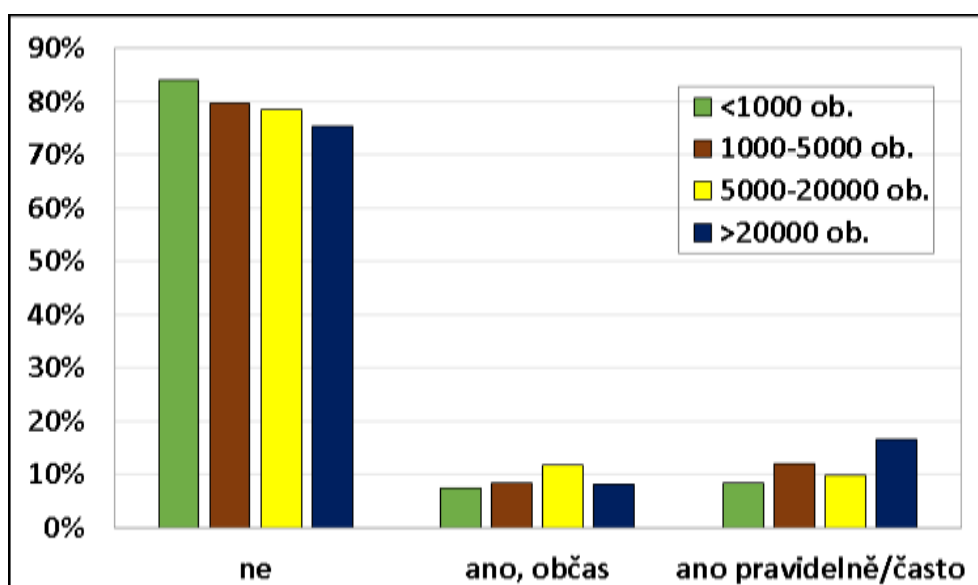
Předvídatelná byla skutečnost, že výrazně více žáků gymnázií uvedlo, že u nich doma nikdo nekouří – tuto odpověď zvolilo 91 % z nich, naopak učni tuto odpověď uvedli mnohem méně, v 65 % případech. Naopak více než třetina (35,4 %) žáků z odborných učilišť uvedlo, že doma uvnitř bytu někdo kouří, pravidelné nebo časté kouření uvedla pak téměř pětina (18,5 %) učňů, u gymnazistů to bylo 5 %.

Graf č. 89: Odpovědi na otázku „Kouří někdo z členů Vaší rodiny doma (tzn. uvnitř bytu)?“ podle typu škol v %



Skutečnost, že uvnitř bytu někdo kouří často nebo pravidelně uvedli nejčastěji žáci bydlící ve velkých městech (nad 20 tis. obyvatel) – bylo jich 16,5 %, zatímco z obcí do tisíce obyvatel tuto odpověď uvedlo „pouze“ necelých 9 % žáků, tzn. zhruba polovina oproti těm, co bydlí ve velkých městech.

Graf č. 90: Odpovědi na otázku „Kouří někdo z členů Vaší rodiny doma (tzn. uvnitř bytu)?“ podle bydliště v %



### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

I přes nepříliš radostná data, které analýza přinesla, lze konstatovat, že oproti studii z roku 2012 došlo poměrně k výraznému zlepšení situace. V roce 2012 uvedlo 71 % žáků, že doma nikdo z členů rodiny nekouří (nyní je to 80 %), naopak téměř 17 % z nich uvedlo, že doma někdo kouří pravidelně nebo často (nyní je to 11 %, tj. o 6 % méně). Jednoznačně se potvrdila skutečnost získaná ve studii z roku 2012: výrazně více žáků gymnázií uvedlo, že u nich doma nikdo nekouří (91 %), naopak učni tuto odpověď uvedli mnohem méně (65 %). V roce 2012 byl tento poměr velmi podobný, ale počet nižší (89 % - 54 %). Naopak to, že někdo doma pravidelně kouří uvedlo nyní téměř 19 % učňů a 5 % gymnazistů. V roce 2012 byl tento poměr velmi podobný, ale počet vyšší (29 % učňů x 7 % gymnazistů). Obdobně se potvrdil závěr ze studie v roce 2012, a to, že častěji se doma kouří ve velkých městech.

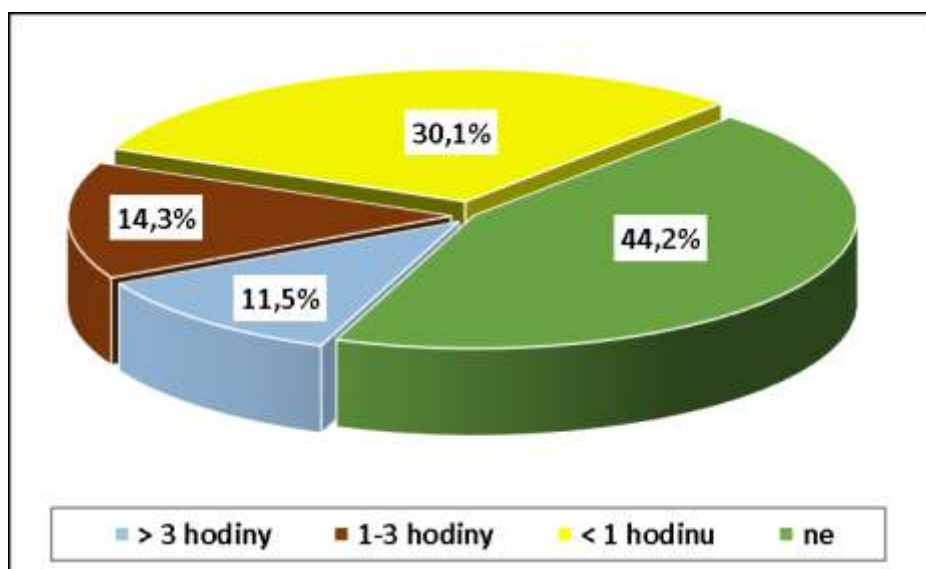
### 3.13 Kolik hodin denně v průměru trávíte v prostředí, kde Vy nebo někdo jiný kouří?

Tabulka č. 50: 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	11,5	12,4	10,6
1-3 hodiny	14,3	13,5	15,0
méně než hodinu	30,1	30,1	30,1
většinou nebo vůbec ne	44,2	44,0	44,3

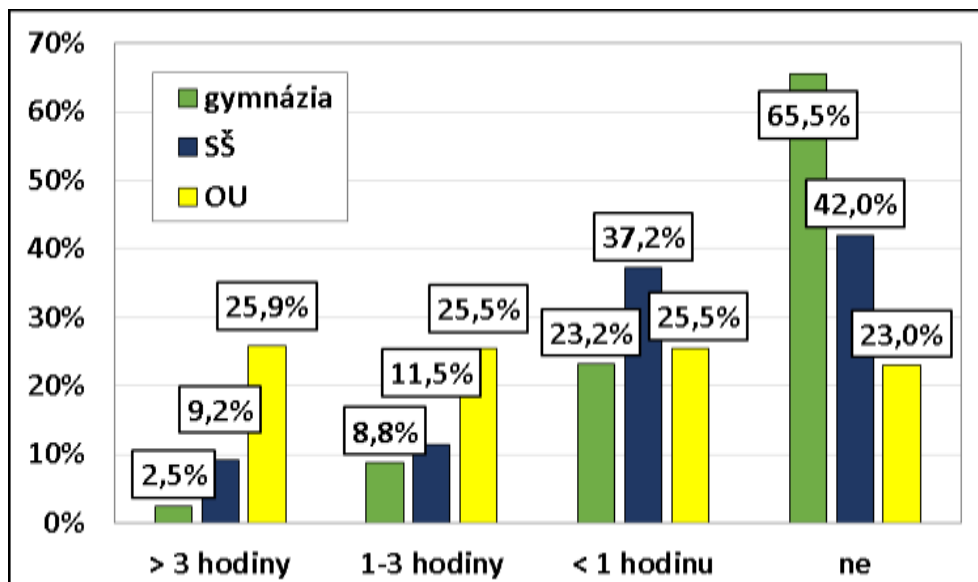
V prostředí, kde někdo kouří, vč. samotných žáků, tráví svůj čas 55,8 % teenagerů, přitom čtvrtina (25,7 %) z dotázaných uvedla, že v zakouřeném prostředí každý den v průměru tráví více než hodinu. Rozdíly mezi chlapci a dívkami nejsou prakticky žádné.

Graf č. 91: Odpovědi na otázku „Kolik hodin denně v průměru trávíte v prostředí, kde Vy nebo někdo jiný kouří?“ v %



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 polovina (51,4 %) z nich uvedlo, že v tomto prostředí tráví denně v průměru minimálně hodinu, 26 % dokonce více než tři hodiny. Rozdíly oproti žáků z jiných typů škol jsou poměrně významné, např. v zakouřeném prostředí nepobývá vůbec 66 % gymnazistů oproti 23 % učňů.

Graf č. 92: Odpovědi na otázku „Kolik hodin denně v průměru trávíte v prostředí, kde Vy nebo někdo jiný kouří?“ podle typu škol v %



### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Podobně jako u předcházející otázky, týkající se kouření, i zde došlo oproti roku 2012 k mírnému zlepšení situace. V prostředí, kde někdo kouří, vč. samotných žáků, tráví svůj čas 56 % z dotázaných, v roce 2012 to bylo 62 %. Nyní čtvrtina z dotázaných uvedla, že v zakouřeném prostředí každý den v průměru tráví více než hodinu, v roce 2012 tuto skutečnost uvedlo 32 % respondentů. Stávající studie potvrdila výsledek z roku 2012, kdy bylo zjištěno, že nejhůře na tom jsou žáci odborných učilišť, tehdy uvedlo 36 % z nich, že v zakouřeném prostředí tráví denně v průměru více než 3 hodiny (u gymnazistů to byly 3 %), nyní toto uvedlo 26 % učňů a necelá 3 % gymnazistů.

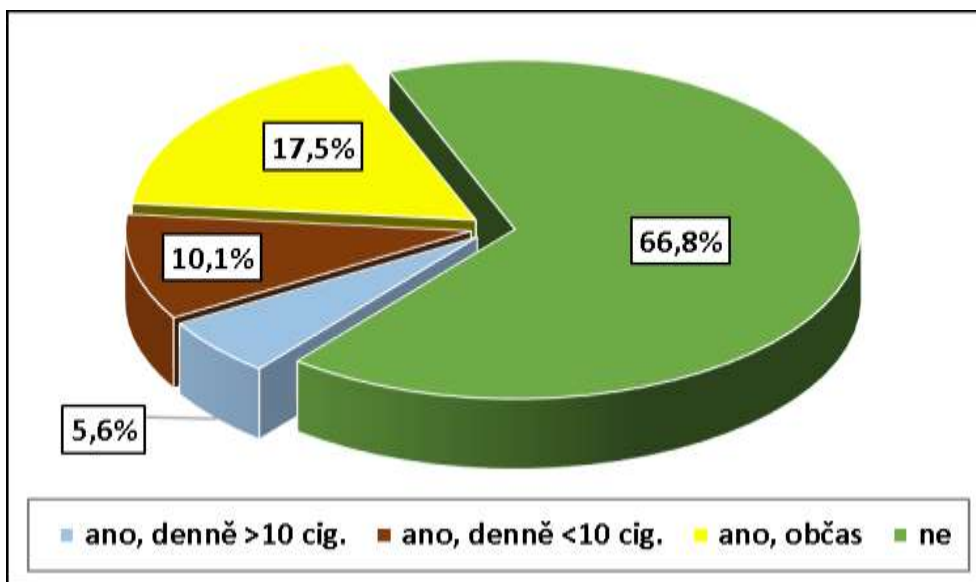
### 3.14 Kouříte v současné době?

Tabulka č. 51: Odpovědi na otázku „Kouříte v současné době?“ v %

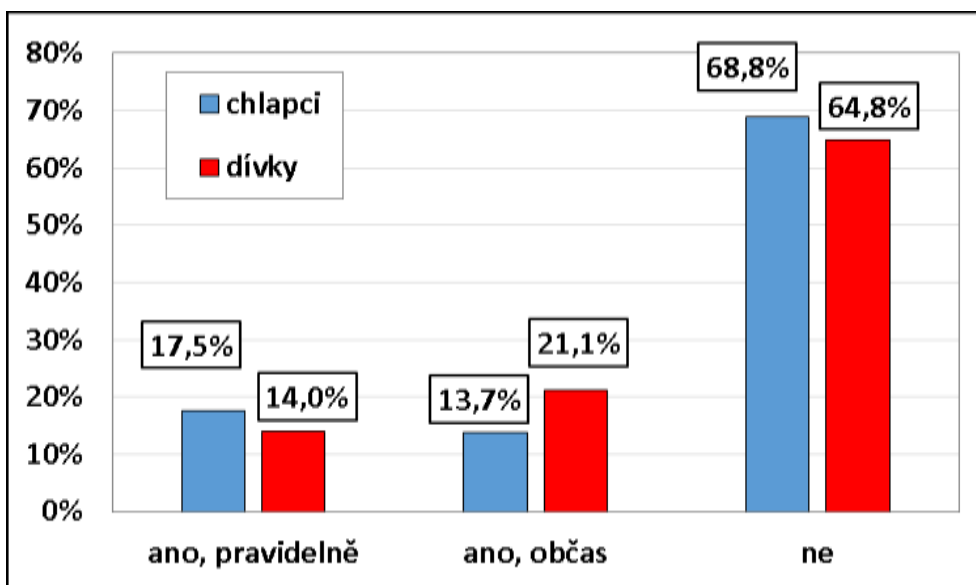
	celkem	chlapci	dívky
ano, pravidelně víc než 10 cigaret denně	5,6	7,7	3,7
ano, pravidelně 10 nebo méně než 10 cigaret denně	10,1	9,8	10,4
ano, ale pouze občas, nepravidelně	17,5	13,7	21,1
ne	66,8	68,8	64,8

Třetina (33,2 %) žáků 2. ročníků středních škol v Kraji Vysočina kouří, téměř 18 % kouří nepravidelně, tj. občas a téměř 16 % pak pravidelně každý den. Chlapci kouří více pravidelně, denně (17,5 % chlapců oproti 14,0 % dívek), naopak občas, nepravidelně kouří častěji dívky (21,1 % dívek oproti 13,7 % chlapců). Je otázkou, zda překvapí skutečnost, že v souhrnu kouří více dívek než chlapců – nekuřáků chlapců je 68,8 % oproti 64,8 % dívek nekuřáček.

Graf č. 93: Odpovědi na otázku „Kouříte v současné době?“ v %

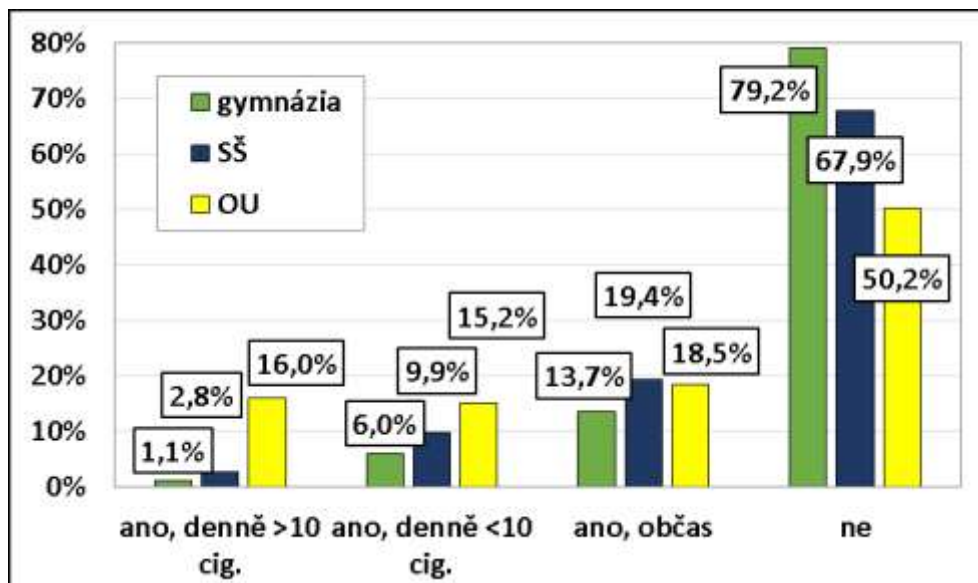


Graf č. 94: Odpovědi na otázku „Kouříte v současné době?“ podle pohlaví v %



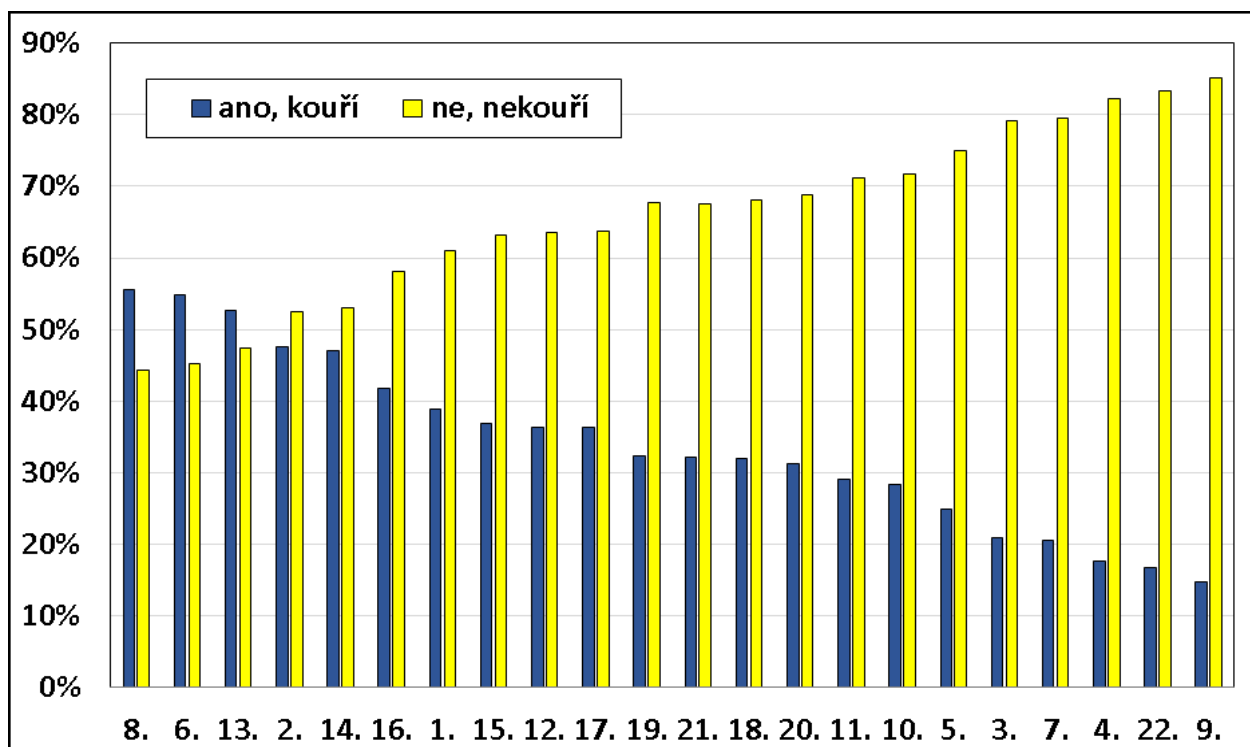
Významné rozdíly byly zjištěny v četnosti kouření u respondentů z různých typů škol. To, že kouří (pravidelně či občas) uvedlo 21 % gymnazistů, ale plná polovina žáků odborných učilišť. Pravidelně denně kouří 7 % žáků gymnázií, ale již 13 % žáků z „ostatních“ SŠ a dokonce téměř třetina (31 %) učňů. 16 % učňovské mládeže pak kouří denně více než 10 cigaret.

Graf č. 95: Odpovědi na otázku „Kouříte v současné době?“ podle typu škol v %



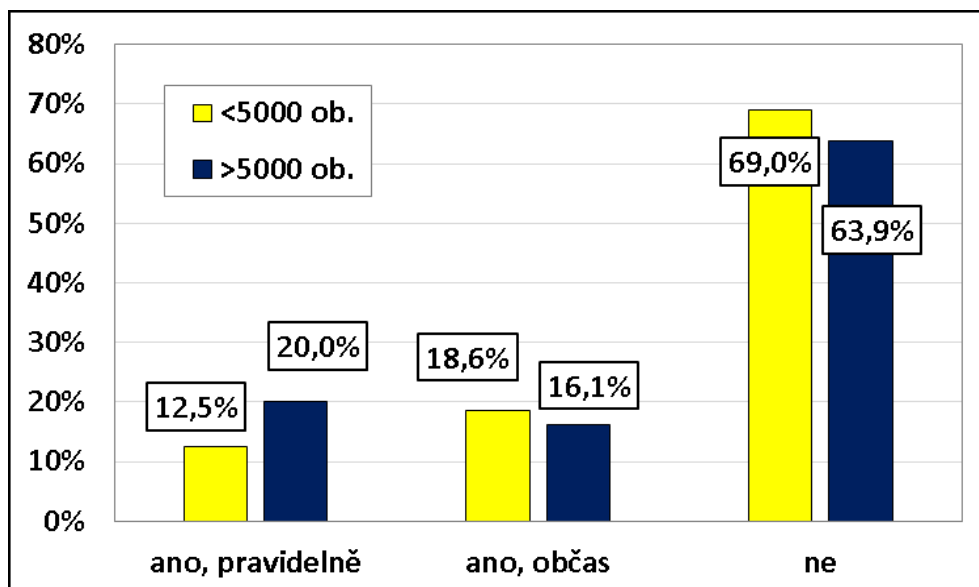
Značné rozdíly jsou patrné i u jednotlivých škol, pro lepší přehlednost jsme žáky rozdělili na žáky, kteří kouří (pravidelně nebo občas) a žáky nekuřáky. Ve třech školách (č. 8, 6 a 13) více než polovina žáků přiznalo, že kouří, na škole č. 6, jako na jediné, dokonce více než třetina (37,8 %) žáků kouří pravidelně denně. Nejméně kuřáků je na školách č. 9, 22 a 4 – ve všech méně než 20 %.

Graf č. 96: Odpovědi na otázku „Kouříte v současné době?“ podle jednotlivých škol v %



Jak je vidět z následujícího grafu, nebyly zjištěny významné rozdíly v odpovědích respondentů, co se týče současného kouření podle velikosti svého bydliště. Přesto lze vyvodit to, že pravidelně denně častěji kouří mládež ve větších či velkých městech (nad 5 000 obyvatel) – přesná pětina z nich, zatímco mládež z menších obcí či měst kouří pravidelně denně ve 12,5 %. I nekuřáků je zde více (69 % oproti 64 % ve větších či velkých městech).

Graf č. 97: Odpovědi na otázku „Kouříte v současné době?“ podle bydliště v %



#### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Na otázku „Kouříte v současné době“ odpovědělo v této analýze 15,7 % žáků druhých ročníků SŠ, že „ano, pravidelně“, v roce 2012 to bylo 21,3 %. Došlo k dosti podstatnému snížení počtu pravidelných kuřáků s tím, že došlo k mírnému nárůstu těch, kteří kouří denně víc než 10 cigaret (z 4,2 % na 5,6 %) a k výraznému snížení těch, kteří kouří denně 10 nebo méně než 10 cigaret (ze 17,1 % na 10,1 %). Počet občasných, nepravidelných kuřáků se prakticky nezměnil (18,1 % v roce 2012 a 17,5 % v této studii). Zvýšil se počet nekuřáků, z 60,6 % v roce 2012 na 66,8 % v roce 2017.

To, co bylo výše uvedeno o trendech pro celý soubor respondentů, platí i pro chlapce i dívky zvlášť. Pouze došlo k mírnému nárůstu procentuálního počtu dívek, které kouří občas, nepravidelně, a to z 19,5 % v roce 2012 na 21,1 % v této studii.

Podobně jako ve studii v roce 2012, tak i nyní byly zjištěny významné rozdíly v četnosti kouření u respondentů z různých typů škol. V obou analýzách se potvrdilo, že učni kouří výrazně více než žáci z ostatních středních škol. Zajímavostí snad je to, že pouze u gymnazistů nedošlo ke snížení trendu kouření, počet pravidelných kuřáků u nich vzrostl z necelých 3 % na 7 % a počet gymnazistů nekuřáků pak poklesl z 88 % na 79 %.

Současná studie prokázala mírné zvětšení rozdílů mezi kouřením mládeže podle velikosti bydliště. Pravidelně nyní kouří 20 % respondentů bydlících v sídlech nad 5 tisíc obyvatel, v menších sídlech pak kouří pravidelně necelých 13 % žáků. V roce 2012 byl zjištěn rozdíl necelého procenta.

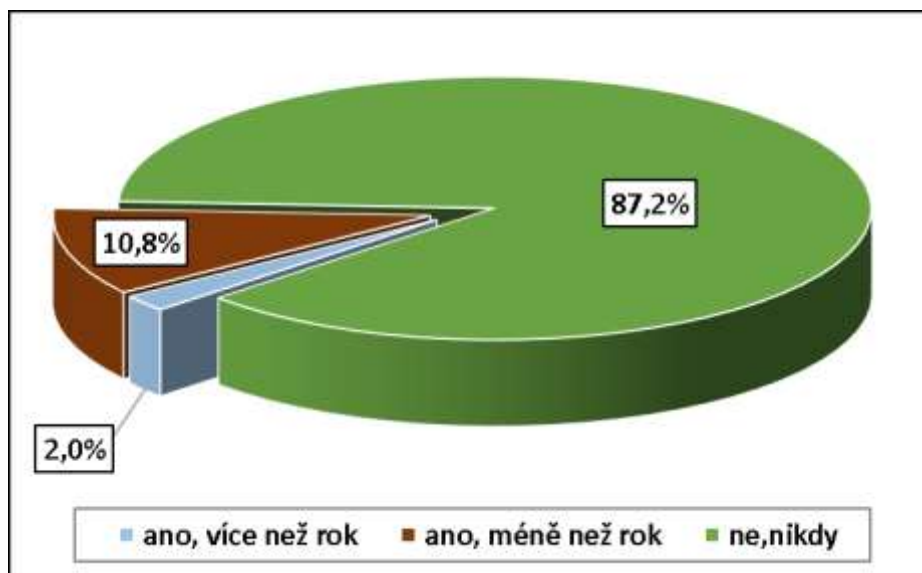


### 3.15 Pokud v současnosti nekouříte, kouřil/a jste někdy v minulosti pravidelně?

Tabulka č. 52: Odpovědi na otázku „Pokud v současnosti nekouříte, kouřil/a jste někdy v minulosti pravidelně?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ano, více než rok	2,0	2,8	1,3
ano, méně než rok	10,8	10,9	10,7
ne, nikdy	87,2	86,3	88,1

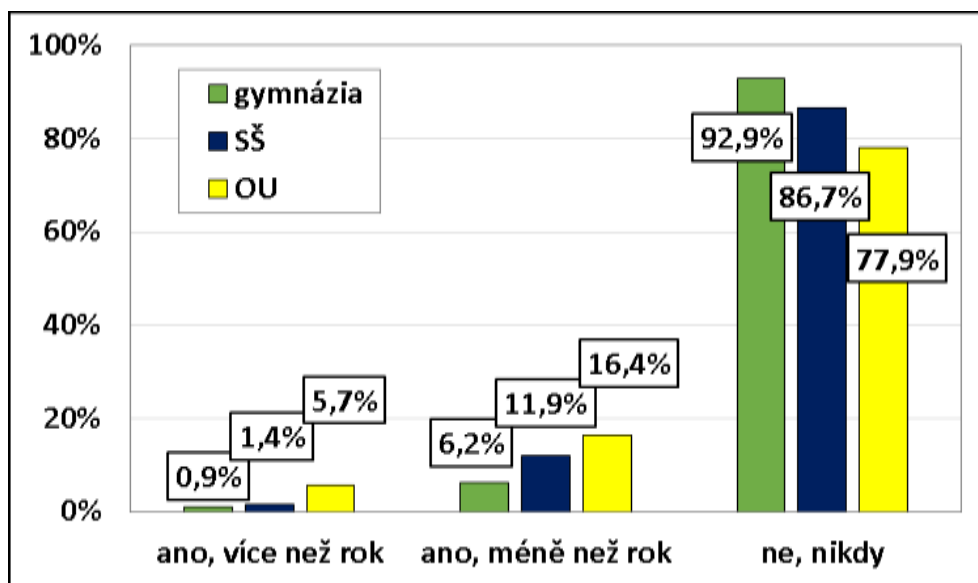
Graf č. 98: Odpovědi na otázku „Pokud v současnosti nekouříte, kouřil/a jste někdy v minulosti pravidelně?“ v %



Na otázku odpovídali pouze ti respondenti, kteří v předchozí otázce uvedli, že nekouří. Celkový počet těchto žáků byl 641. Většina současných žáků nekuřáků nekouřila nikdy ani v minulosti, jedná se o 87,2 % z celkových současných nekuřáků. Menšina, tj. necelých 13 %, v minulosti kouřila. Rozdíly mezi pohlavími jsou velmi malé, počet nikdy nekouřících dívek a chlapců se prakticky shoduje.

Rozdíly byly opět zaznamenány u žáků z různých typů škol. Zatímco ze současných nekuřáků na gymnáziích nikdy předtím nekouřilo 93 % respondentů, tak na odborných učilištích to je 78 %.

Graf č. 99: Odpovědi na otázku „Pokud v současnosti nekouříte, kouřil/a jste někdy v minulosti pravidelně?“ podle typu škol v %



#### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Žáci, kteří byli v době realizace studie nekuřáky, přiznali pravidelné kouření v minulosti v této studii v 12,8 % případů, ve studii v roce 2012 to bylo celkem 16,2 %. To potvrzuje zjištěnou pozitivní skutečnost, že kuřáků mezi mládeží, sice nepříliš výrazně, ale ubývá. Situace je podobná u chlapců i u dívek, podobně i u žáků na všech typech škol. Ač mezi uční je bývalých kuřáků stále nejvíce, 22 % oproti 7 % gymnazistů, jejich úbytek je oproti studii z roku 2012 největší – pokles je zde o 13 %, u gymnazistů je pokles o pouhé 1 %.

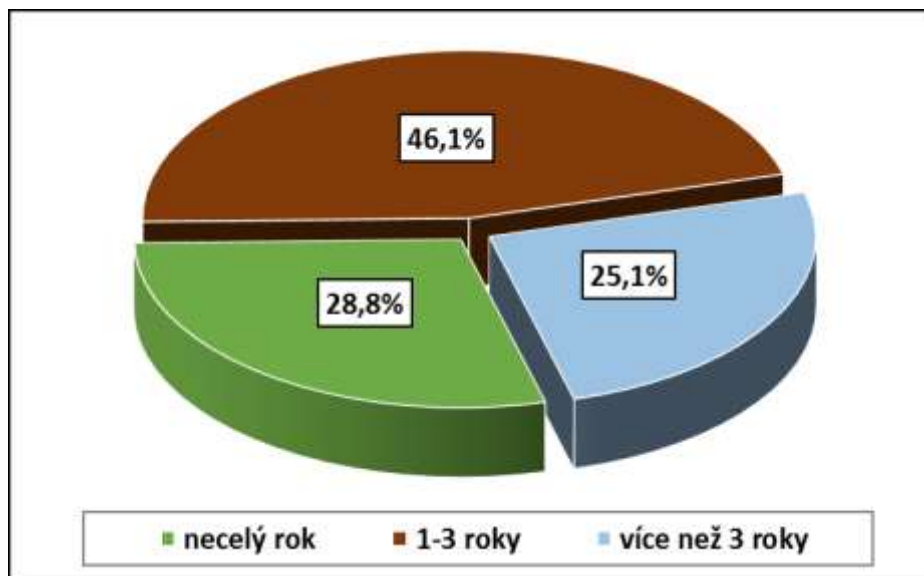
### 3.16 Pokud v současnosti kouříte, kolik let již kouříte?

Na tuto otázku naopak odpovídali pouze ti respondenti, kteří v dotazníku předtím uvedli, že v současné době kouří. Celkový počet těchto žáků byl 319.

Tabulka č. 53: Odpovědi na otázku „Pokud v současnosti kouříte, kolik let již kouříte?“ v %

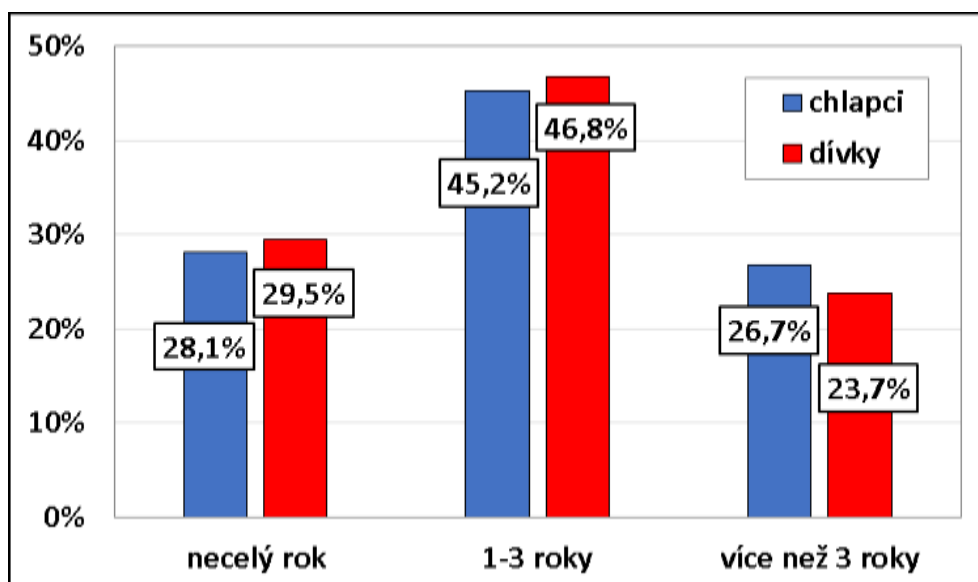
	celkem	chlapci	dívky
necelý rok	28,8	28,1	29,5
1-3 roky	46,1	45,2	46,8
více než 3 roky	25,1	26,7	23,7

Graf č. 100: Odpovědi na otázku „Pokud v současnosti kouříte, kolik let již kouříte?“ v %



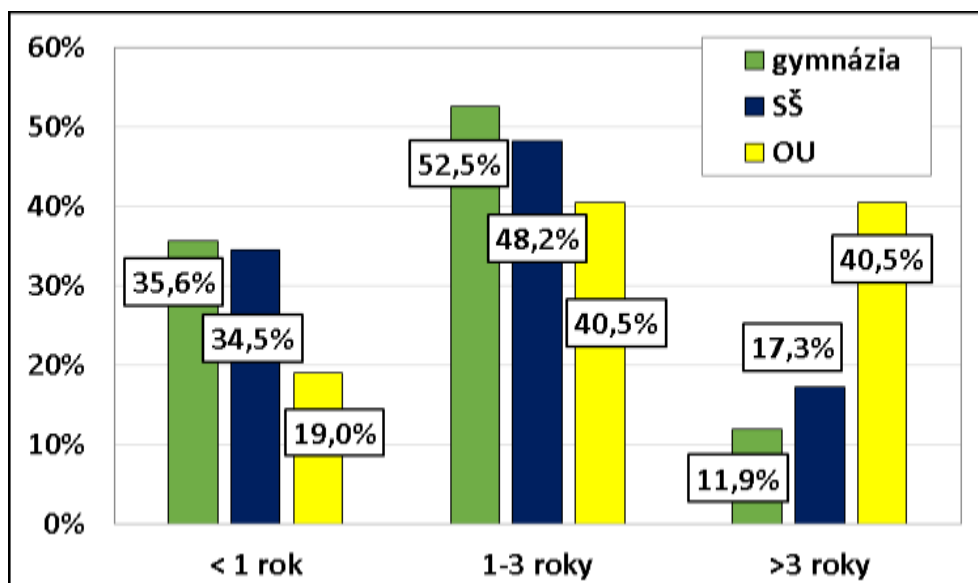
Z těch, kteří v současnosti kouří, jich více než 3 roky kouří čtvrtina, znamená to, že s kouřením začali nejpozději ve svých třinácti letech. Pokud toto přepočítáme na celkový počet respondentů, znamená to, že 8,3 % mládeže začíná kouřit nejpozději ve svých třinácti letech. Připočteme-li i ty žáky, kteří uvedli, že v současnosti kouří již déle než rok (je jich 46,1 %), vychází, že téměř čtvrtina (23,6 %) mladých lidí začíná kouřit nejpozději v 15 letech. Studie v odpovědích na tuto otázku nezjistila prakticky žádné rozdíly mezi dívkami a chlapci. Nepatrně více chlapců z těch, co v současnosti kouří, začíná kouřit dříve, než tomu je u dívek.

Graf č. 101: Odpovědi na otázku „Pokud v současnosti kouříte, kolik let již kouříte?“ podle pohlaví v %



Předpokládané rozdíly jsou u žáků z různých typů škol. Nejen, že nejvíce kouří, ale i nejdříve začíná kouřit mládež studující odborná učiliště. Více než 40 % z těch, co nyní kouří, začíná kouřit již ve 13 letech nebo dříve. Z celkového počtu učňů začíná kouřit již ve 13 letech nebo i dříve plná pětina (20,2 %), u gymnazistů je to 2,5 % a u žáků z ostatních SŠ pak 5,5 %.

Graf č. 102: Odpovědi na otázku „Pokud v současnosti kouříte, kolik let již kouříte?“ podle typu škol v %



### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Mírně pozitivní nekuřácký trend je možno zaznamenat i v odpovědích na tuto otázku. V roce 2012 odpovědělo 32 % kuřáků ze druhých ročníků SŠ, že kouří již více než 3 roky. V nynější studii poklesl tento počet na 25 %. Tento trend je patrný u dívek i chlapců, podobně i u žáků ze všech typů škol. Největší pokles je patrný opět u učňů, i přesto, že jich stále nejvíce odpovědělo, že již kouří více než 3 roky.

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

### 3.17 Pokud jezdíte na kole, používáte helmu?

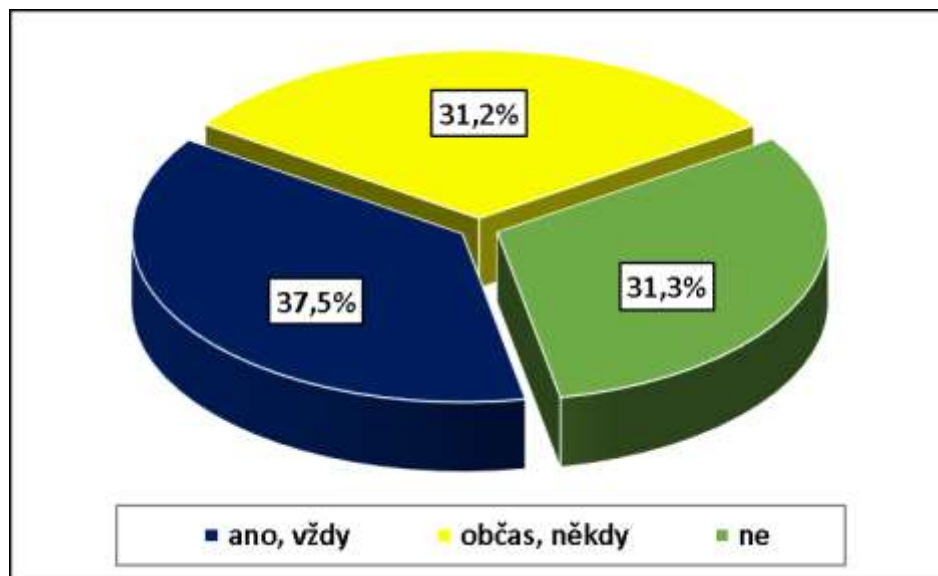
Na tuto otázku odpovídali pouze ti, kteří jezdí na kole, což bylo 840 (87,5 %) žáků druhých ročníků do studie zahrnutých středních škol v Kraji Vysočina.

Tabulka č. 54: Odpovědi na otázku „Pokud jezdíte na kole, používáte helmu?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ano, vždy	37,5	37,0	38,0
občas, někdy	31,2	25,2	37,0
ne	31,3	37,8	25,0

Používání helmy, nesmírně důležité ochranné pomůcky, při jízdě na kole není, bohužel, mezi mládeží stále příliš v oblibě. Pouze necelých 38 % mládeže používá helmu vždy, 31 % občas a téměř třetina (31,3 %) pak vůbec. Rozdíly v nepoužívání helmy mezi dívkami a chlapci jsou poměrně značné, chlapci nepoužívají helmu výrazně častěji než dívky (38 % oproti 25 %).

Graf č. 103: Odpovědi na otázku „Pokud jezdíte na kole, používáte helmu?“ v %



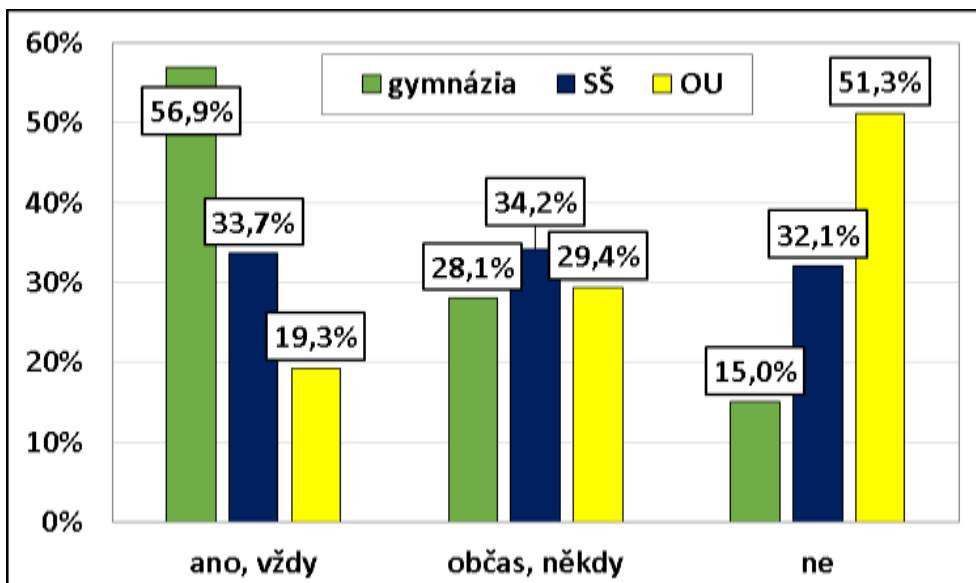
Značné a významné rozdíly byly zjištěny v používání či nepoužívání helmy při jízdě na kole i u žáků z různých typů středních škol. Zatímco 57 % gymnazistů uvedlo, že tuto ochrannou pomůcku používá při jízdě na kole vždy, tak na odborných učilištích to byla pouze necelá pětina (19,3 %) žáků. Naopak, helmu nepoužívá vůbec 15 % gymnazistů, na tzv. ostatních SŠ je to třetina (32,1 %) žáků a na učilištích se k tomuto „neduhu“ přiznala plná polovina (51,3 %) učňů.

Tabulka č. 55: Odpovědi na otázku „Pokud jezdíte na kole, používáte helmu?“ podle typu škol v %

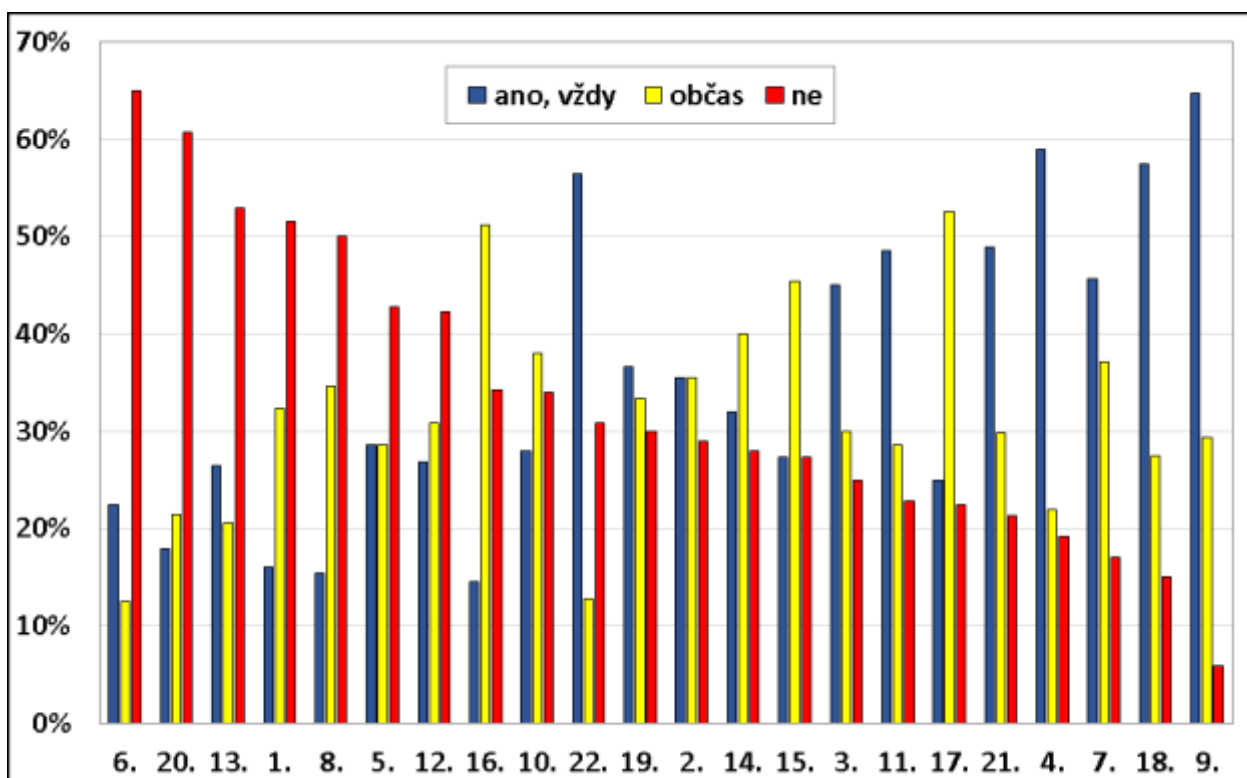
	ano, vždy	občas	ne
<b>gymnázia</b>	56,9	28,1	15,0
<b>SŠ</b>	33,7	34,2	32,1
<b>OU</b>	19,3	29,4	51,3

Významné rozdíly jsme zaznamenali i v odpovědích u žáků z jednotlivých středních škol. V následujícím grafu jsme jednotlivé školy seřadili „negativně“, tzn. podle počtu (v %) těch respondentů, kteří odpověděli, že helmu při jízdě na kole nepoužívají vůbec. Celkem na pěti školách uvedla tuto skutečnost více než polovina žáků, na školách č. 6 a 20 helmu vůbec nepoužívá více než 60 % z dotázaných. Na SŠ č. 9 uvedlo pouze 6 % žáků, že helmu při jízdě na kole nepoužívá vůbec. Na čtyřech školách (č. 9, 4, 18 a 22) používá helmu při jízdě na kole vždy více než polovina žáků, naopak na jiných čtyřech školách (č. 20, 1, 8 a 16) používá helmu vždy méně než pětina žáků.

Graf č. 104: Odpovědi na otázku „Pokud jezdíte na kole, používáte helmu?“ podle typu škol v %

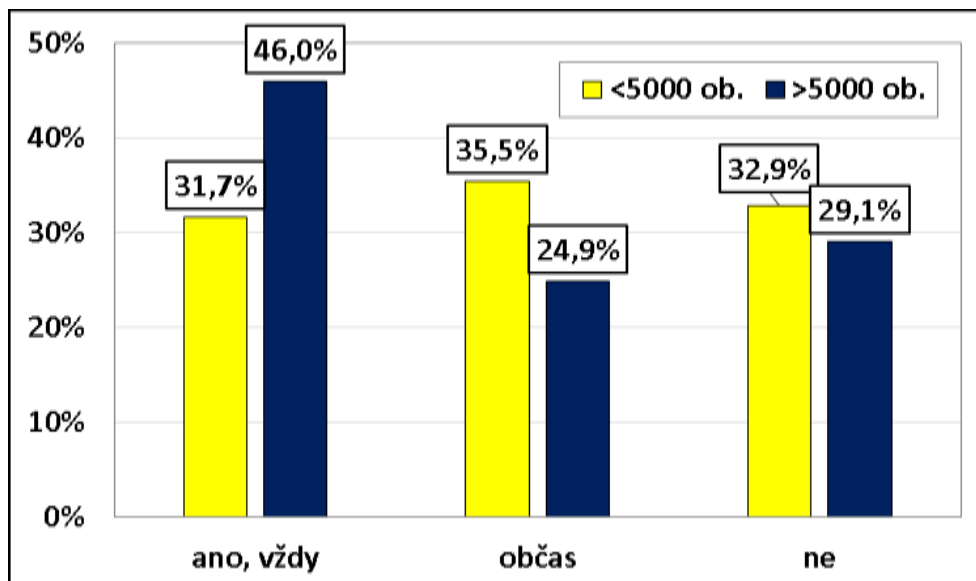


Graf č. 105: Odpovědi na otázku „Pokud jezdíte na kole, používáte helmu?“ podle jednotlivých škol v %



Značné rozdíly byly zjištěny v používání helmy při jízdě na kole i 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 větších a velkých městech (nad 5 tis. obyvatel) nosí helmu na kole vždy 46 % respondentů, tak z těch, co žijí v obcích a malých městech je to pouze necelých 32 %.

Graf č. 106: Odpovědi na otázku „Pokud jezdíte na kole, používáte helmu?“ podle bydliště v %



#### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Na kole jezdí zhruba stále stejný počet mládeže, necelých 90 %. I přes nepříliš pozitivní zjištění v používání helmy při jízdě na kole, došlo oproti roku 2012 k určitému zlepšení situace. Tehdy uvedlo 37,1 % respondentů, že při jízdě na kole helmu vůbec nepoužívá, nyní se jednalo o 31,3 %. Naopak helmu vždy používalo v roce 2012 necelých 30 % mládeže, nyní počet vzrostl na téměř 38 %. Zatímco u chlapců je počet těch, co helmu vůbec nepoužívá prakticky totožný s rokem 2012 (38 %), tak u dívek došlo k výraznému zlepšení, v roce 2012 nepoužívání helmy uvedlo 36 % dívek, nyní 25 %. Ke zlepšení došlo u žáků všech typů škol s výjimkou gymnazistů, zde uvedlo v roce 2012 nepoužívání helmy na kole 8 % žáků, nyní se jedná o 15 %. Potvrdila se i skutečnost, zjištěná studií v roce 2012, a to, že mládež, která bydlí ve větších či velkých městech, nosí tuto důležitou ochrannou pomůcku častěji než mládež na vesnicích a malých městech, rozdíly ve vztahu k velikosti bydliště se však zmenšují.

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

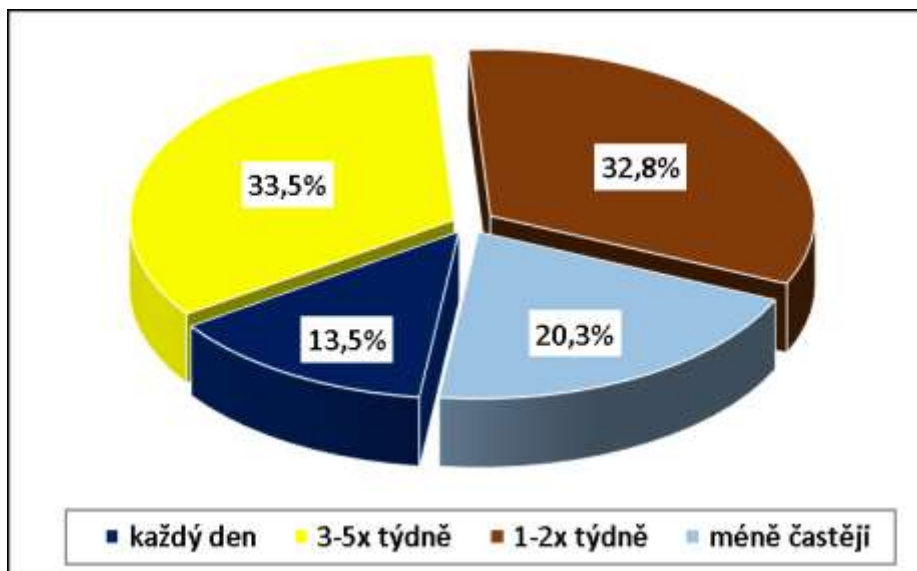
Tabulka č. 56: Odpovědi na otázku „Jak často cvičíte, běháte, jezdíte na kole nebo jinak aktivně sportujete v min. délce 30 minut v „kuse“?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
každý den	13,5	17,3	9,8
3-5x týdně	33,5	37,8	29,4
1-2x týdně	32,8	28,4	36,9
méně často	20,3	16,5	23,9

Na výše uvedenou otázku, která se týká pravidelné tělesné aktivity, která souvisle trvá minimálně 30 minut, odpovědělo 13,5 % žáků, že takto aktivně sportuje každý den, třetina (33,5 %), že 3-5x

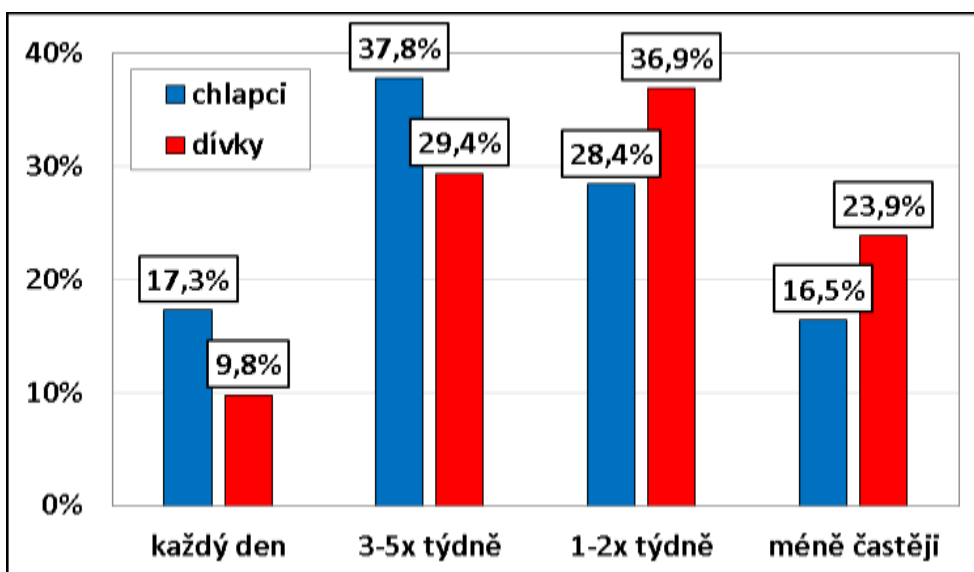
týdně a více než pětina z dotázaných (20,3 %) odpovědělo, že se takto hýbe méně než 1x týdně nebo vůbec.

Graf č. 107: 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 v pohybové aktivitě mezi chlapci a dívkami. Pokud budeme považovat pohybovou aktivitu v délce min. 30 minut alespoň 3x týdně za uspokojivou, tak takto sportuje více než polovina chlapců (55,1 %), naopak výrazně méně dívek, pouze čtyři z deseti (39,2 %). Prakticky vůbec se nehýbe (méně často než 1x týdně) 17 % chlapců a 24 % dívek.

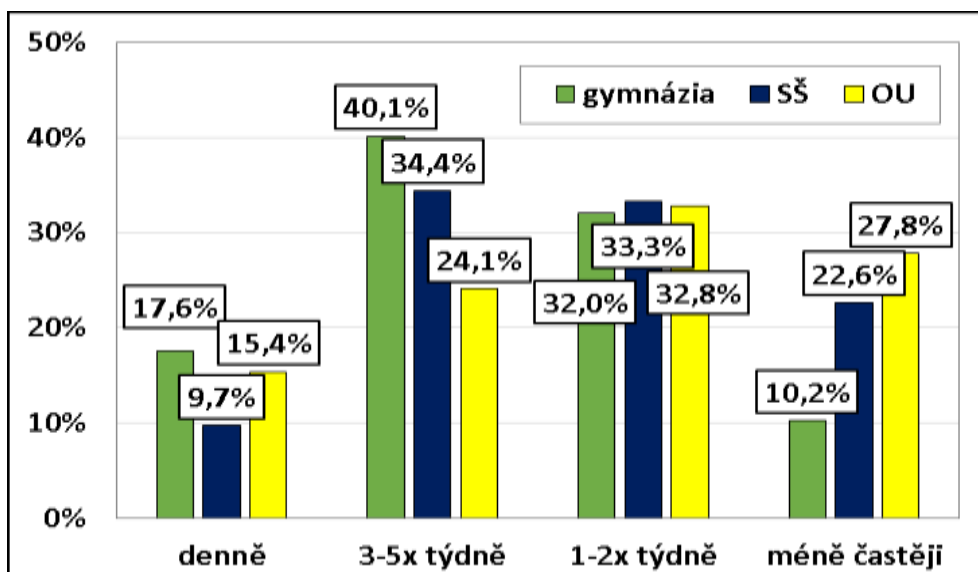
Graf č. 108: Odpovědi na otázku „Jak často cvičíte, běháte, jezdíte na kole nebo jinak aktivně sportujete v min. délce 30 minut v „kuse“?“ podle pohlaví v %



Určité rozdíly v odpovědích na tuto otázku byly zjištěny i u žáků z různých typů škol. Na gymnáziích respondenti uvedli, že alespoň 3x týdně min. 30 minut souvisle aktivně sportuje 58 % z nich, zatímco na učilištích je to pouze necelých 40 % učňů.

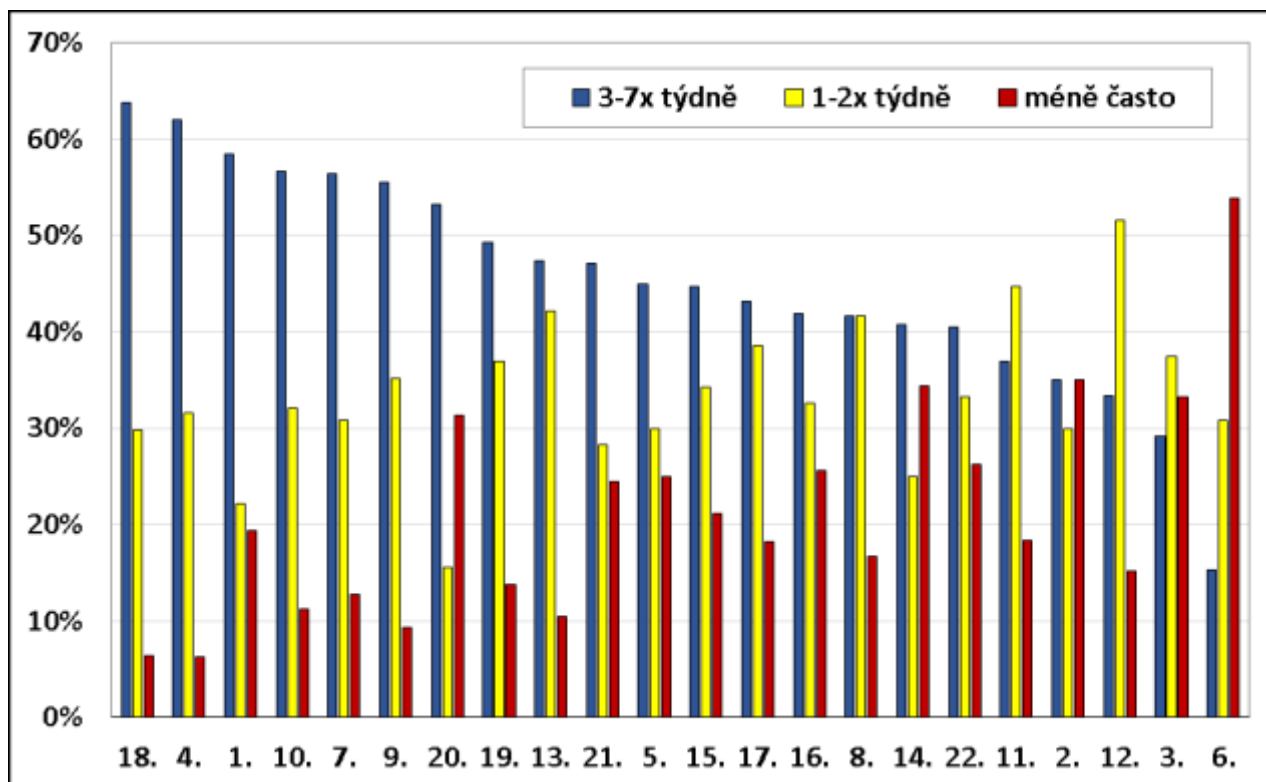


Graf č. 109: Odpovědi na otázku „Jak často cvičíte, běháte, jezdíte na kole nebo jinak aktivně sportujete v min. délce 30 minut v „kuse“?“ podle typu škol v %



Značné rozdíly v pravidelné pohybové aktivitě byly zjištěny i u žáků na jednotlivých školách. Na sedmi školách uvedla minimálně 3x týdně aspoň půlhodinový sport více než polovina žáků, naopak na jiných třech školách to byla méně než třetina. Rozdíly v odpovědích u žáků podle velikosti bydliště nebyly velké, ani významné, větší a častější pohybovou aktivitu uváděla mládež z velkých měst nad 20 tisíc obyvatel.

Graf č. 110: 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 %



### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Ve srovnání se studií v roce 2012 došlo k mírnému zlepšení. Zatímco tehdy odpovědělo 42 % respondentů, že cvičí, běhá, jezdí na kole či jinak aktivně sportuje minimálně 3x týdně, nyní se jedná o 47 % mládeže. Mírně vyšší podíl na zvýšení pohybových aktivit mají dívky, i přesto, že za chlapci stále zaostávají. Pověrdila se skutečnost zjištěná již v roce 2012: gymnazisté se aktivnímu pohybu věnují nejvíce, učni nejméně.

### 3.19 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. 57: 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)	<b>3,0</b>	25,9	<b>36,0</b>	35,1
b) cvičením (doma, v posilovně, ve Fitness apod.)	<b>42,6</b>	28,9	17,0	<b>11,5</b>
c) jízdou na kole, plaváním, jiným sportem, tancem...	<b>31,4</b>	28,7	20,0	<b>19,8</b>
d) u televize	<b>37,2</b>	24,1	22,7	<b>16,1</b>
e) u počítače	18,4	<b>17,5</b>	21,4	<b>42,7</b>
f) v přírodě, v parku, v lese...	<b>12,7</b>	25,5	28,5	<b>33,3</b>

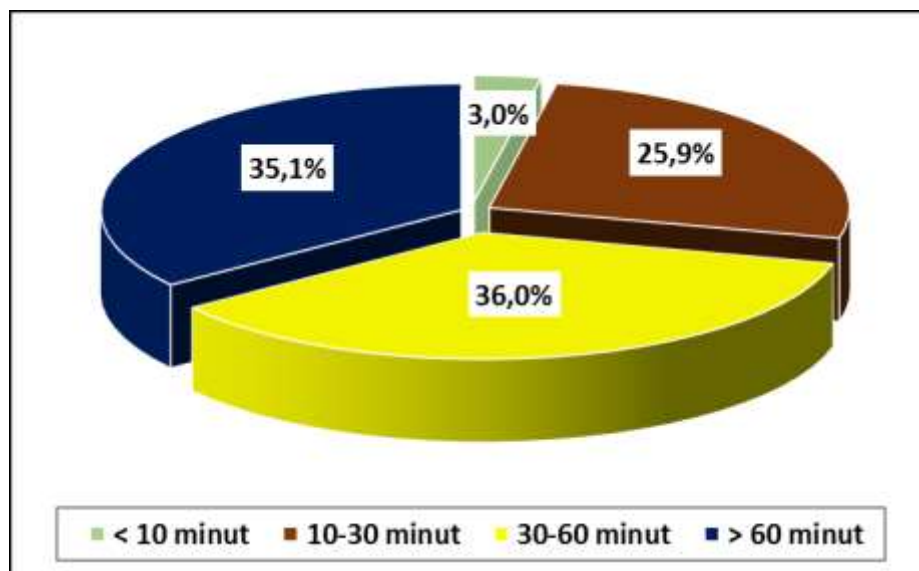
### 3.20 Kolik času strávíte v průměru denně chůzí (vč. cest do a ze školy)?

Tabulka č. 58: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně chůzí (vč. cest do a ze školy)“ v %

	celkem	chlapci	dívky
< 10 minut	3,0	2,8	3,3
10-30 minut	25,9	27,8	24,1
30-60 minut	36,0	35,3	36,7
> 60 minut	35,1	34,2	35,9

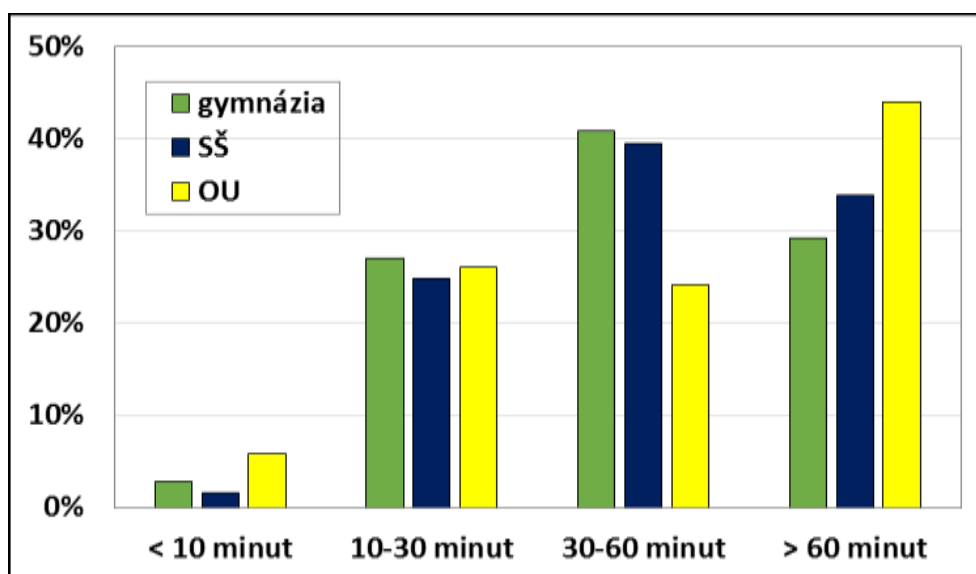
V průměru denně chůzí stráví více než hodinu pouze třetina (35,1 %) mládeže druhých ročníků SŠ, nejvíce odpovědí (36,0 %) bylo uvedeno v rozmezí 30 – 60 minut, čtvrtina (25,9 %) respondentů pak uvedlo, že chůzí v průměru denně nestráví více než půl hodiny. Rozdíly mezi pohlavími nejsou významné, o něco vyšší procento (rozdíl je 1,7 %) dívek uvedlo, že chůzí denně tráví více než hodinu.

Graf č. 111: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně chůzí (vč. cest do a ze školy)“ v %



Žáci odborných učilišť významně častěji než ostatní odpověděli, že denně chůzí stráví více než hodinu, tuto odpověď uvedlo 44 % z nich oproti 29 % gymnazistů, resp. 34 % žáků z tzv. ostatních SŠ.

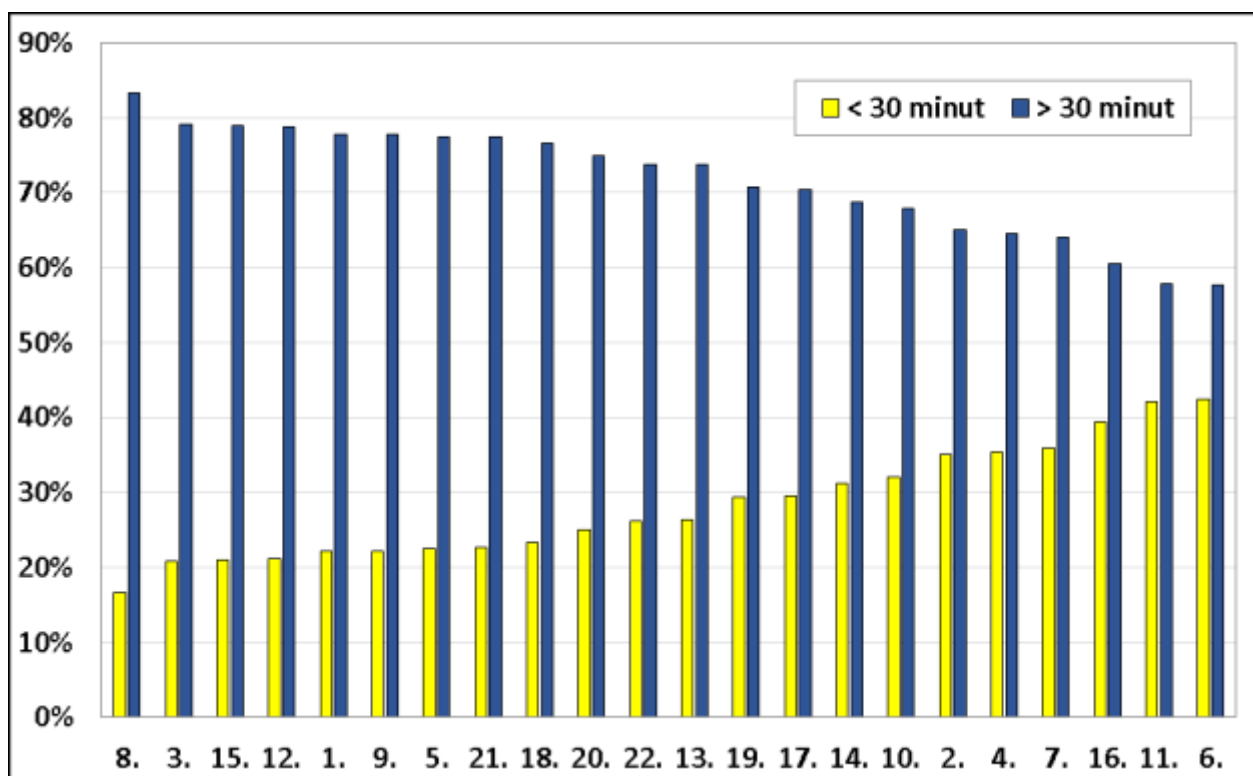
Graf č. 112: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně chůzí (vč. cest do a ze školy)“ podle typu škol v %



Ve srovnání jednotlivých škol jsme pro přehlednost zredukovali všechny grafy 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. 8 (83,3 %), naopak nejméně ve škole č. 6 (57,7 %).

Graf č. 113: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně chůzí (vč. cest do a ze školy)“ podle jednotlivých škol v %



Rozdíly v odpovědích respondentů podle velikosti bydliště nejsou prakticky žádné, ani významné. Nepotvrdily se výsledky studie z roku 2012, kdy mládež bydlící ve větších městech uvedla častější chůzi než mládež na vesnicích a malých městech.

#### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Tato studie přinesla prakticky stejné výsledky jako analýza v roce 2012. Tehdy uvedlo 33 % žáků, že chůzí v průměru denně stráví více než hodinu, nyní se jedná o 35 %, více než 30 minut denní chůze tehdy uvedlo celkem 70 %, nyní 71 % žáků. Rozložení výsledků u dívek a chlapců, podobně i žáků z jednotlivých typů škol, je také velmi podobné, jako ve studii z roku 2012.

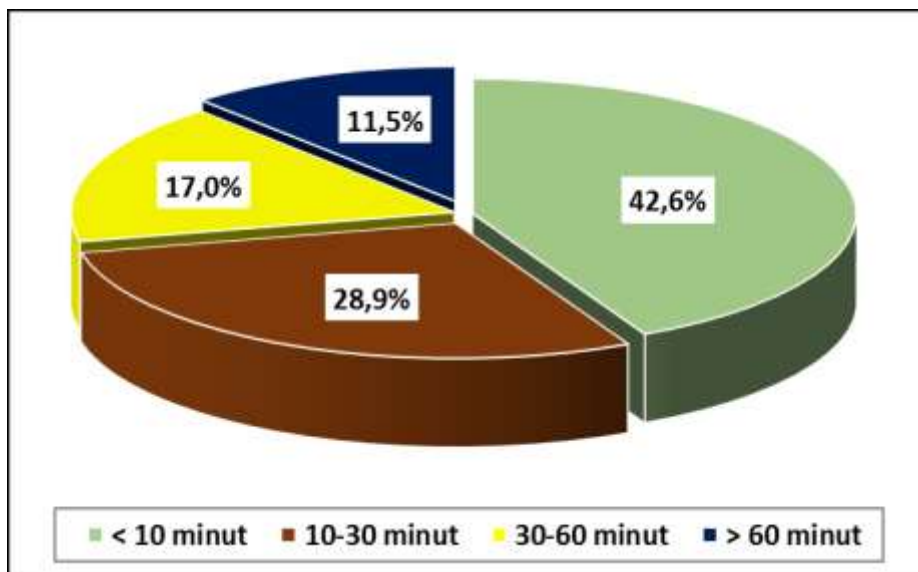
### 3.21 Kolik času strávíte v průměru denně cvičením (doma, v posilovně, ve Fitness apod.)?

V průměru denně různým cvičením (tj. doma nebo v posilovně, Fitness apod.) stráví více než půlhodiny pouze 28,5 % z oslovených žáků SŠ, nejvíce respondentů (42,6 %) uvedlo, že buď necvičí vůbec a nebo v průměru denně max. do 10 minut.

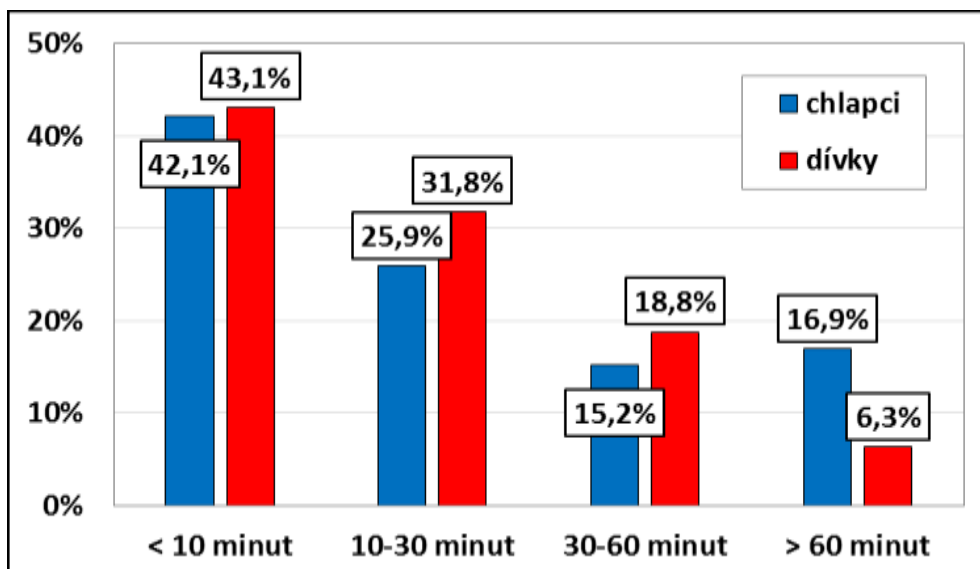
Tabulka č. 59: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně cvičením (doma, v posilovně, ve Fitness apod.)“ v %

	celkem	chlapci	dívky
< 10 minut	42,6	42,1	43,1
10-30 minut	28,9	25,9	31,8
30-60 minut	17,0	15,2	18,8
> 60 minut	11,5	16,9	6,3

Graf č. 114: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně cvičením (doma, v posilovně, ve Fitness apod.)“ v %



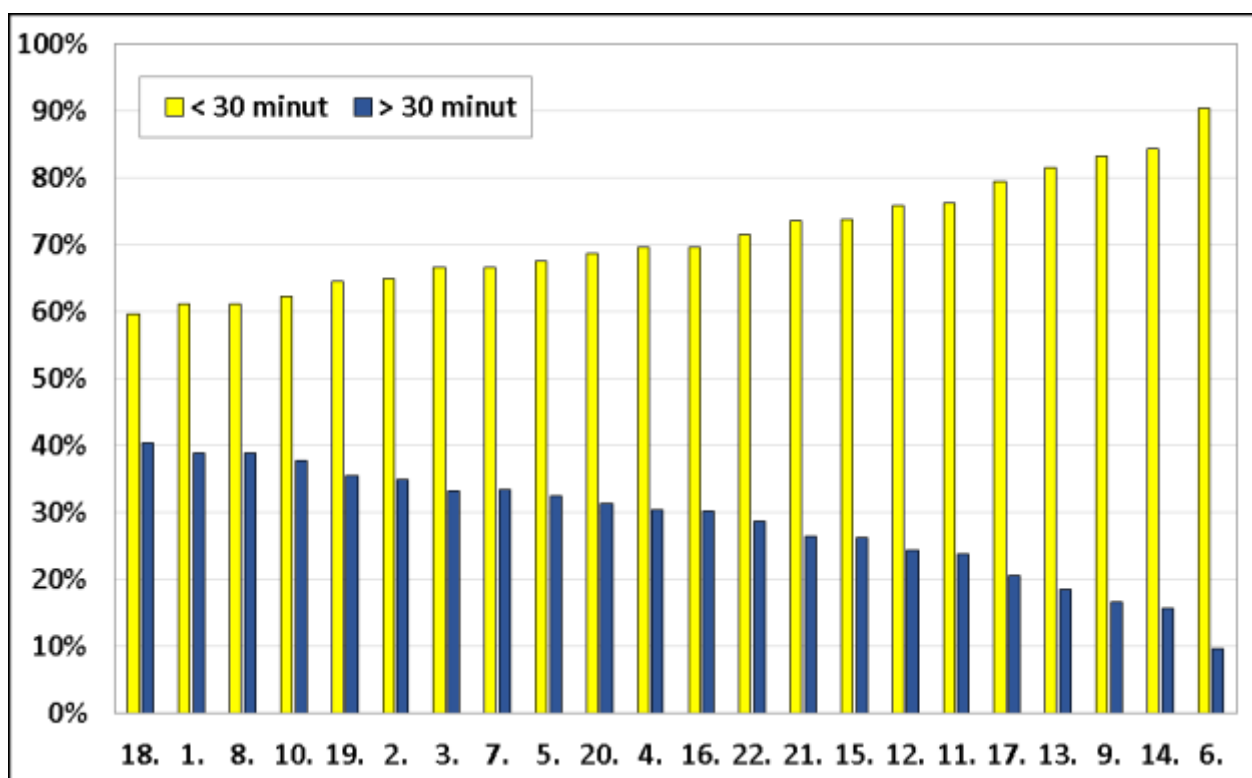
Graf č. 115: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně cvičením (doma, v posilovně, ve Fitness apod.)“ podle pohlaví v %



Byly zaznamenány určité rozdíly mezi pohlavími, výrazně více chlapců cvičí v průměru více než hodinu denně (téměř 17 % chlapců oproti 6 % dívek). V průměru denně více než půl hodiny cvičí pouze čtvrtina (25,1 %) dívek, ale téměř třetina (32,1 %) chlapců. Minimum času stráveného cvičením (v průměru denně do 10 minut nebo vůbec) uvedl prakticky shodný počet chlapců i dívek.

Významné rozdíly ve frekvenci cvičení mezi respondenty z různých typů škol nebyly zjištěny. Minimální čas věnovaný cvičení (do 10 minut denně nebo žádný) uvedli nejvíce žáci odborných učilišť (46 %), např. oproti 39 % gymnazistů. Co se týče jednotlivých škol, byly určité rozdíly zjištěny. Nejčastější frekvenci cvičení (více než 30 minut v průměru denně) uvedli žáci ze školy č. 18 (40,4 %) a nejméně často pak ze školy č. 6 (9,6 %).

Graf č. 116: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně cvičením (doma, v posilovně, ve Fitness apod.)“ podle jednotlivých škol v %

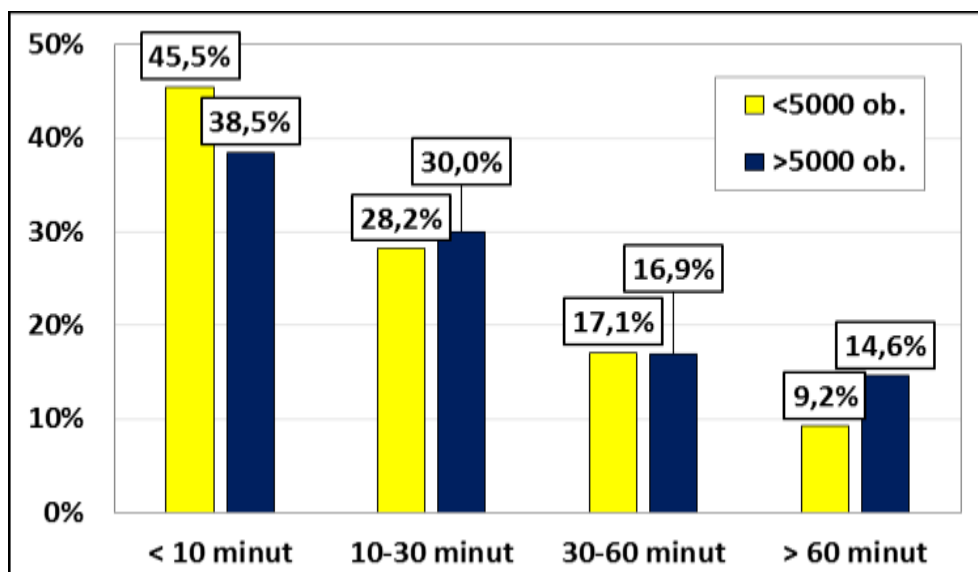


Rozdíly mezi žáky bydlícími v různých sídlech nejsou příliš významné, nicméně dá se konstatovat, že se mládež bydlící ve větších městech (nad 5 tis. obyvatel) věnuje cvičení o něco více (31,5 % z nich cvičí v průměru denně více než 30 minut), než mládež žijící v menších sídlech do pěti tisíc obyvatel (zde takto cvičí pouze necelých 26,3 % mládeže).

### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

I v odpovědích na tuto otázku přinesla tato studie velmi podobné výsledky jako analýza v roce 2012. Tehdy uvedlo 12,2 % žáků, že cvičením v průměru denně stráví více než hodinu, nyní se jedná o 11,5 %. Více než 30 minut cvičení denně tehdy uvedlo celkem 26 %, nyní necelých 29 % žáků. Oproti studii z roku 2012 došlo k mírnému navýšení frekvence cvičení u dívek (v průměru denně více než 30 minut cvičí 25 % dívek oproti 19 % v roce 2012), u chlapců byly zjištěny prakticky shodné výsledky jako v roce 2012. Potvrdilo se i zjištění z roku 2012, že se mládež bydlící ve větších městech (nad 5 tis. obyvatel) věnuje cvičení o něco více, než mládež žijící v menších sídlech.

Graf č. 117: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně cvičením (doma, v posilovně, ve Fitness apod.)“ podle bydliště v %



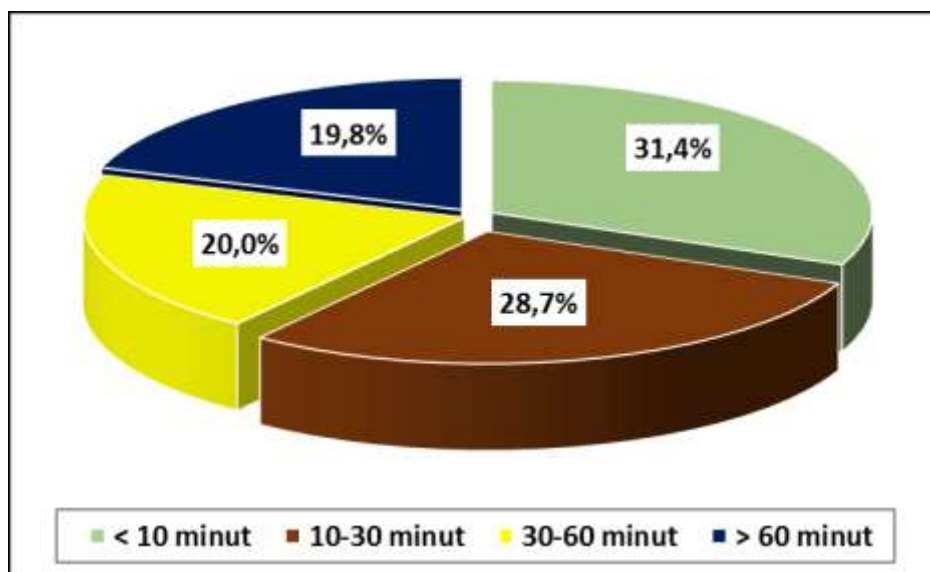
### 3.22 Kolik času strávíte v průměru denně jízdou na kole, plaváním, jiným sportem, tancem...?

Tabulka č. 60: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně jízdou na kole, plaváním, jiným sportem, tancem...?“ v %

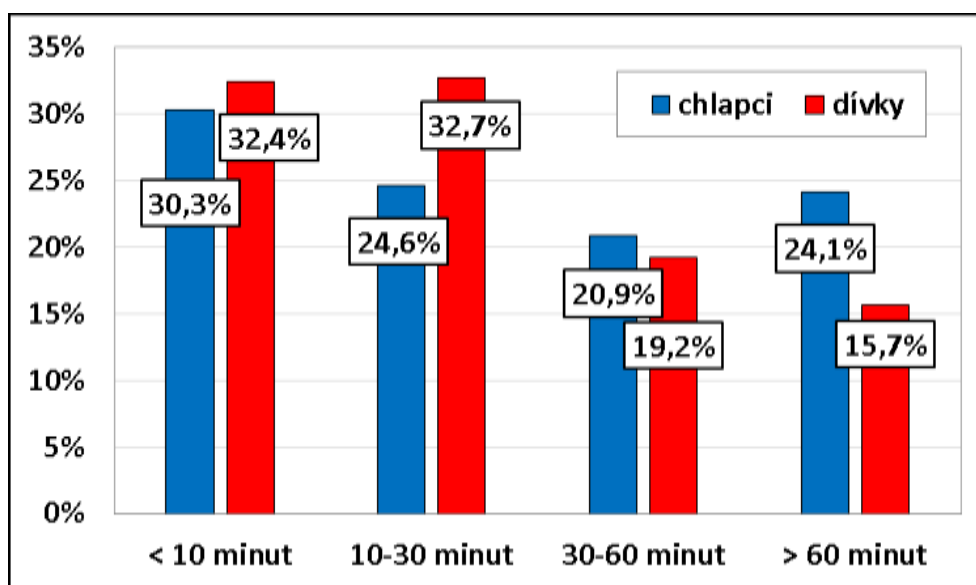
	celkem	chlapci	dívky
< 10 minut	31,4	30,3	32,4
10-30 minut	28,7	24,6	32,7
30-60 minut	20,0	20,9	19,2
> 60 minut	19,8	24,1	15,7

Další z otázek byla zaměřena na aktivní pohyb a sport, tzn. na jízdu na kole, plavání, tanec a podobné aktivity. Respondenti si opět mohli zvolit ze čtyř časových úseků, které těmto pohybovým aktivitám v průměru denně věnují. Šest z deseti žáků SŠ uvedlo, že se aktivnímu sportu věnují v průměru denně méně než 30 minut, pětina (19,8 %) pak v průměru více než hodinu denně. Podobně jako u cvičení, tak i zde je možno konstatovat, že aktivnímu sportu se více věnují chlapci než dívky. V průměru více než 30 minut denně aktivně sportuje 45 % chlapců oproti 35 % dívek.

Graf č. 118: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně jízdou na kole, plaváním, jiným sportem, tancem...?“ v %



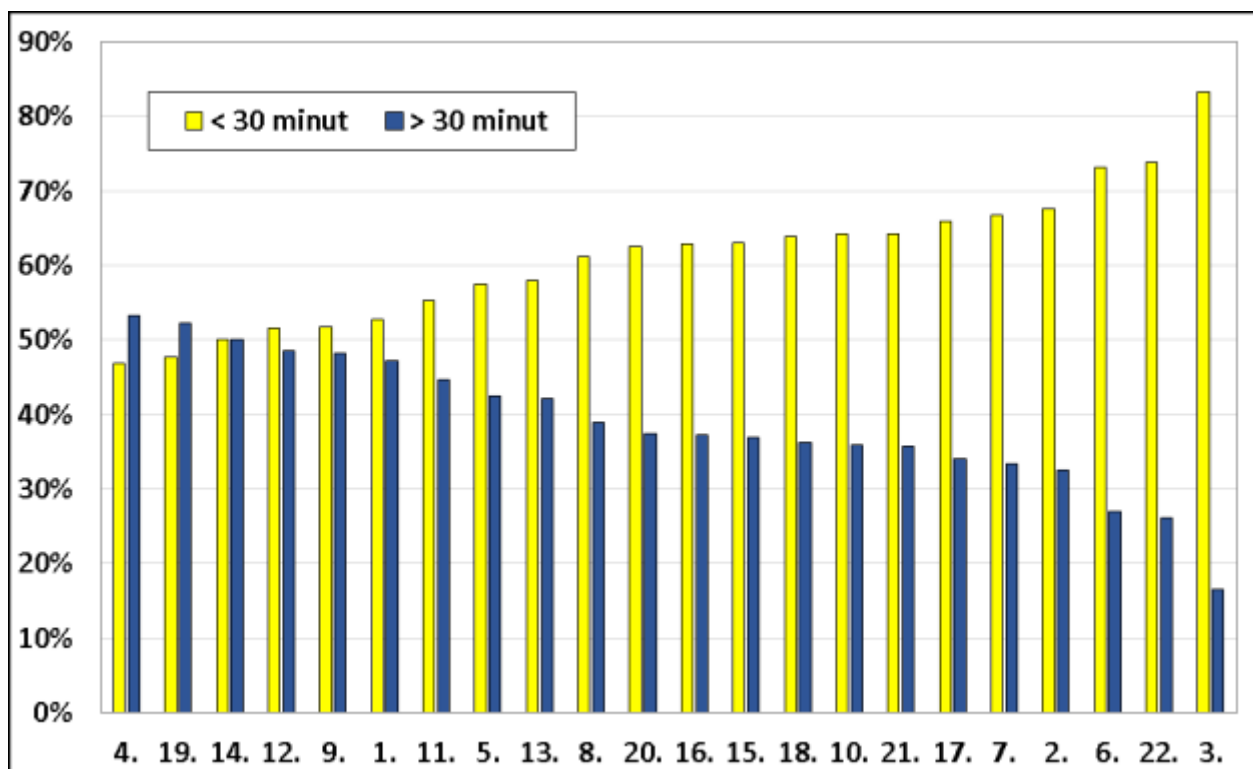
Graf č. 119: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně jízdou na kole, plaváním, jiným sportem, tancem...?“ podle pohlaví v %



V odpovědích mezi respondenty z různých typů škol byly určité rozdíly pouze v tom smyslu, že gymnazisté aktivně sportují více než žáci ostatních škol. Minimálně půl hodiny v průměru denně uvedlo aktivní sport či pohyb 45 % žáků gymnázií oproti 38 % žáků z jiných škol. Odpovědi respondentů z jednotlivých středních škol, zapojených do projektu, ukazuje následující graf. Nejvíce aktivního sportu uvedli žáci ze škol č. 4, 19 a 14 (na těchto školách odpověděla více než polovina žáků, že se aktivnímu sportu věnují v průměru denně více než 30 minut), naopak nejméně se aktivnímu pohybu a sportu věnují žáci na SŠ č. 3. Rozdíly ve frekvenci aktivního sportování a pohybu mezi žáky podle velikosti bydliště nejsou významné, více pravidelného sportu a pohybu uvedli žáci bydlící v menších obcích a městech.



Graf č. 120: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně jízdou na kole, plaváním, jiným sportem, tancem...?“ podle jednotlivých škol v %



#### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

I v odpovědích na tuto otázku přinesla současná studie velmi podobné výsledky jako analýza v roce 2012. Stejně jako v tehdejší analýze i nyní uvedlo 40 % žáků, že jízdou na kole, plaváním, jiným sportem či tancem v průměru denně stráví více než půl hodiny. Rozložení výsledků u dívek a chlapců, podobně i žáků z jednotlivých typů škol, je také velmi podobné, jako ve studii z roku 2012, rozdíly jsou velmi malé, nevýznamné.

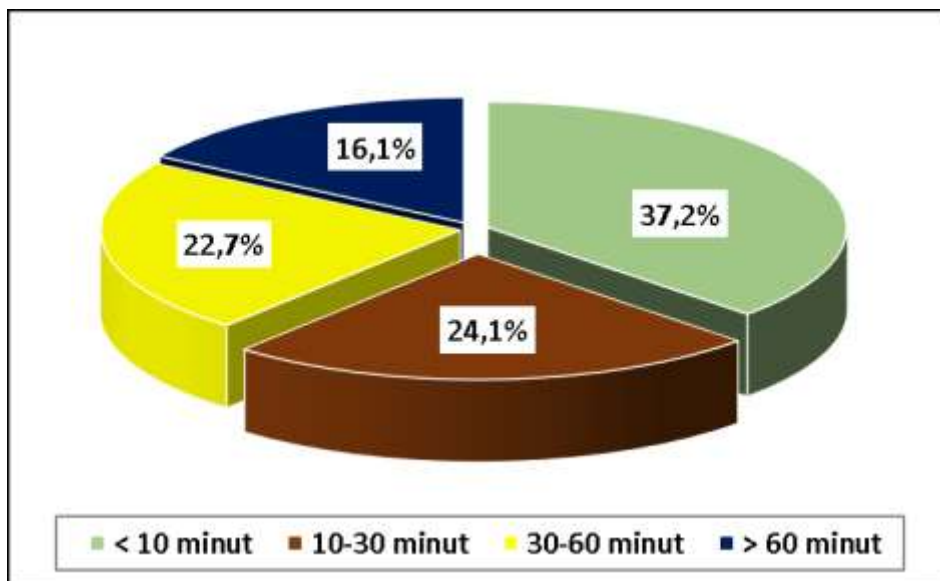
Ke značným rizikům zdraví patří sedavý způsob života, často spojený se sledováním televize nebo počítače. Proto následující dvě otázky byly vedeny tímto směrem.

### 3.23 Kolik času strávíte v průměru denně u televize?

Tabulka č. 61: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně u televize?“ v %

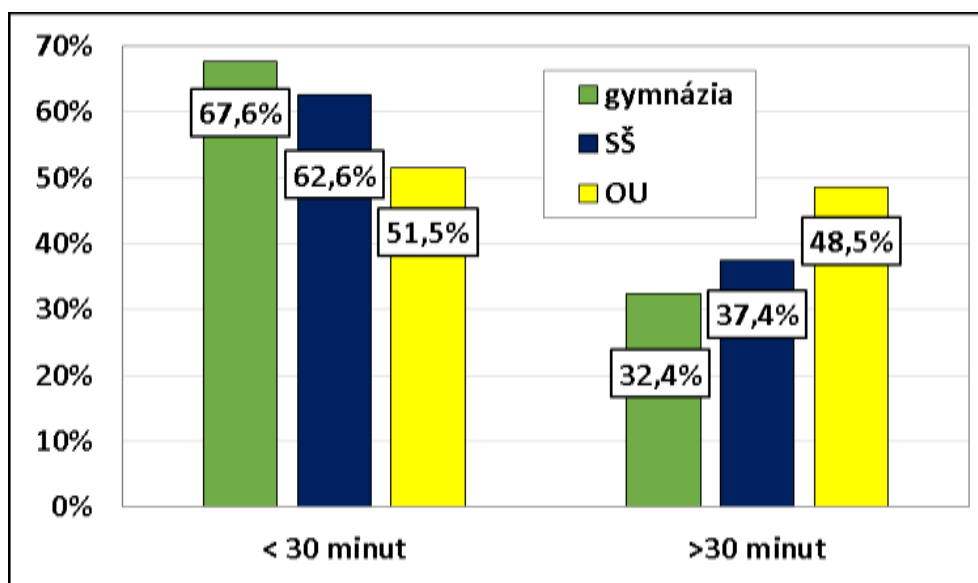
	celkem	chlapci	dívky
< 10 minut	37,2	39,3	35,1
10-30 minut	24,1	22,2	25,9
30-60 minut	22,7	20,5	24,7
> 60 minut	16,1	17,9	14,3

Graf č. 121: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně u televize?“ v %



Téměř 40 % respondentů uvedlo, že televizi prakticky nesledují, naopak 16 % ji sleduje v průměru denně více než hodinu. Rozdíly mezi pohlavími nejsou významné, nepatrně častěji sledují televizní programy chlapci.

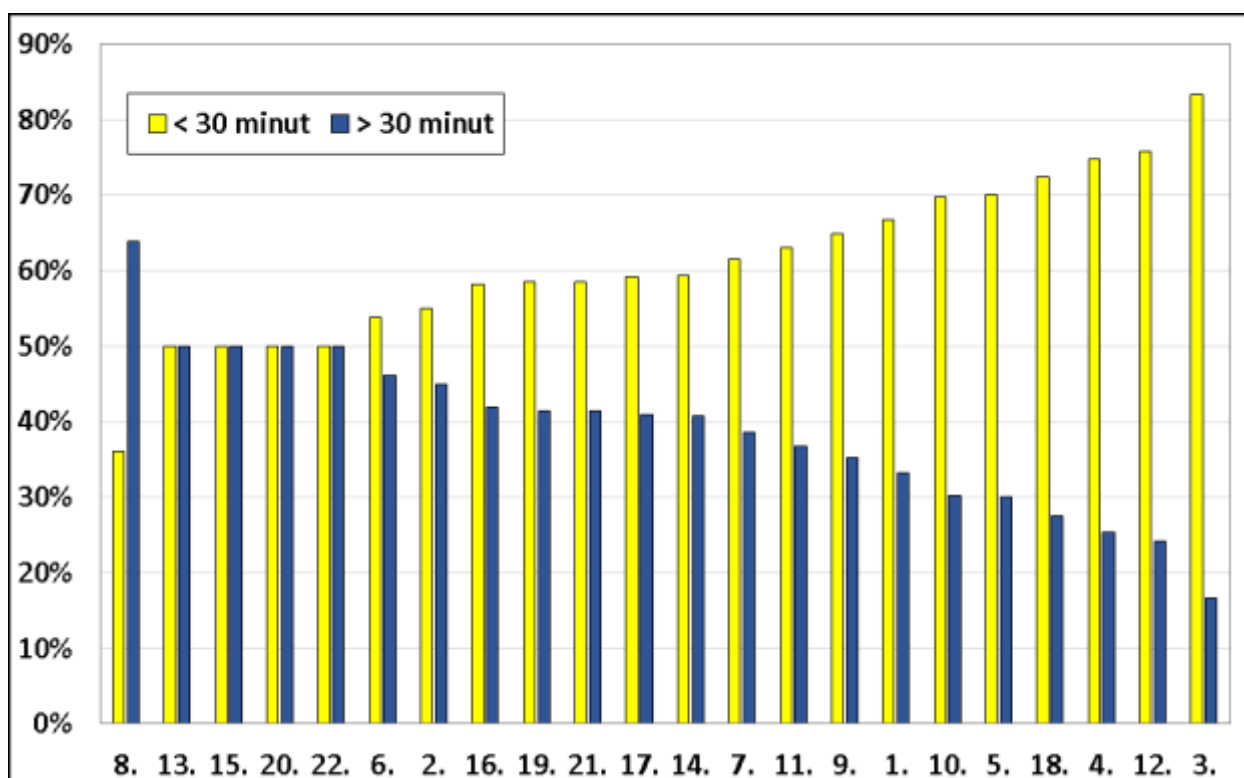
Graf č. 122: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně u televize?“ podle typu škol v %



Určité rozdíly byly zaznamenány u respondentů z různých typů škol – žáci z odborných učilišť sledují televizi významně častěji než gymnazisté – v průměru denně více než půl hodiny ji sleduje téměř polovina učňů oproti necelé třetině žáků z gymnázií.

Srovnání odpovědí respondentů z jednotlivých škol ukazuje následující graf. Nejčastější sledování televize uvedli žáci na škole č. 8 (64 % z nich sleduje TV v průměru více než 30 minut denně), naopak nejméně často sledují televizi žáci ze školy č. 3 (pouze 17 % z nich sleduje TV v průměru více než 30 minut denně). Rozdíly ve sledování televize podle velikosti bydliště nejsou významné.

Graf č. 123: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně u televize?“ podle jednotlivých škol v %



#### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

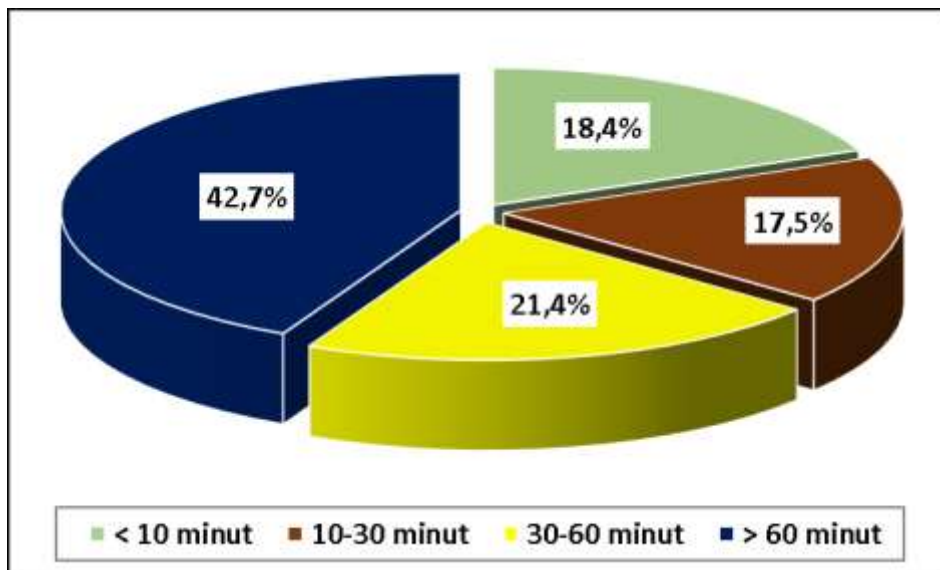
Mládež se dívá na televizi stále méně. Potvrzuje to i srovnání výsledků z obou studií. Zatímco v roce 2012 uvedlo 29 % respondentů, že u televizního přijímače stráví v průměru denně více než hodinu, tak nyní se jedná o 16 % respondentů. Více než 30 minut v průměru denně u televize tehdy uvedlo 58 % žáků, nyní 39 %. Tento výrazný pokles je patrný u obou pohlaví, podobně i u žáků ze všech typů škol.

### 3.24 Kolik času strávíte v průměru denně u počítače?

Tabulka č. 62: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně u počítače?“ v %

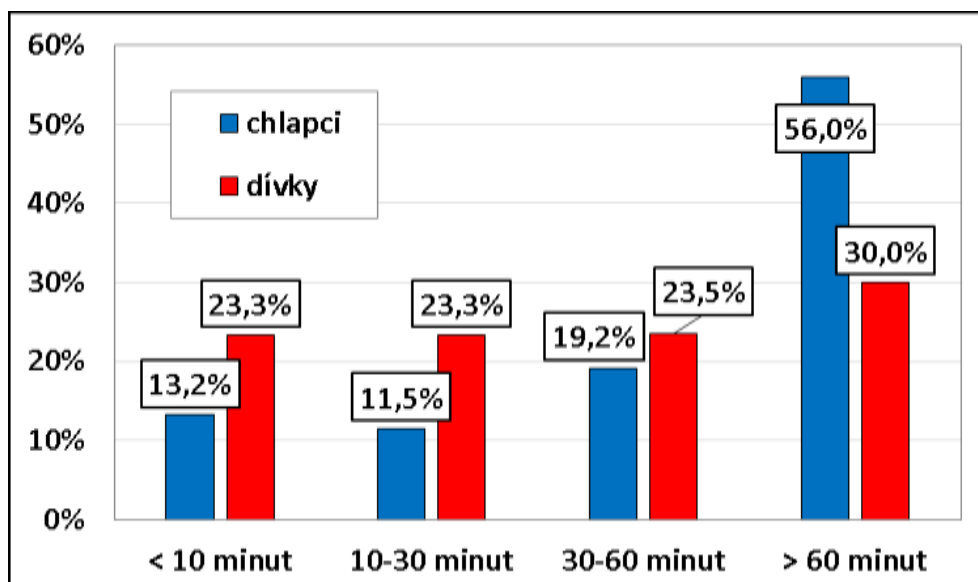
	celkem	chlapci	dívky
< 10 minut	18,4	13,2	23,3
10-30 minut	17,5	11,5	23,3
30-60 minut	21,4	19,2	23,5
> 60 minut	42,7	56,0	30,0

Graf č. 124: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně u počítače?“ v %



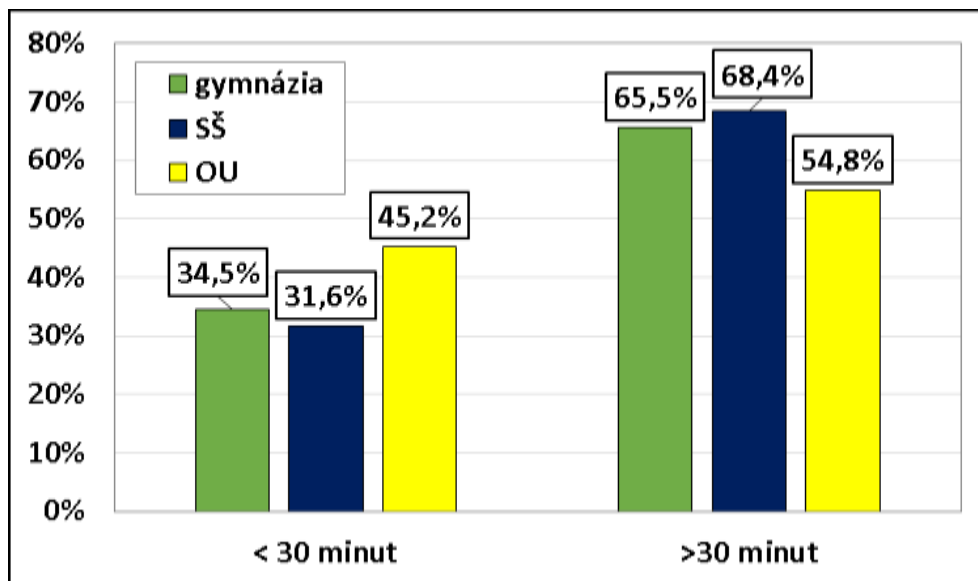
Jak lze očekávat, mládež tráví u počítače poměrně hodně času. V průměru více než hodinu denně u něj stráví 43 % mladých středoškoláků, jen 18 % respondentů uvedlo, že u něj tráví méně než 10 minut denně. Potvrdil se i předpoklad, že chlapci tráví u počítače delší dobu než dívky, rozdíly jsou značné. To, že u něj v průměru denně stráví více než hodinu, uvedlo 56 % chlapců oproti 30 % dívek.

Graf č. 125: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně u počítače?“ podle pohlaví v %



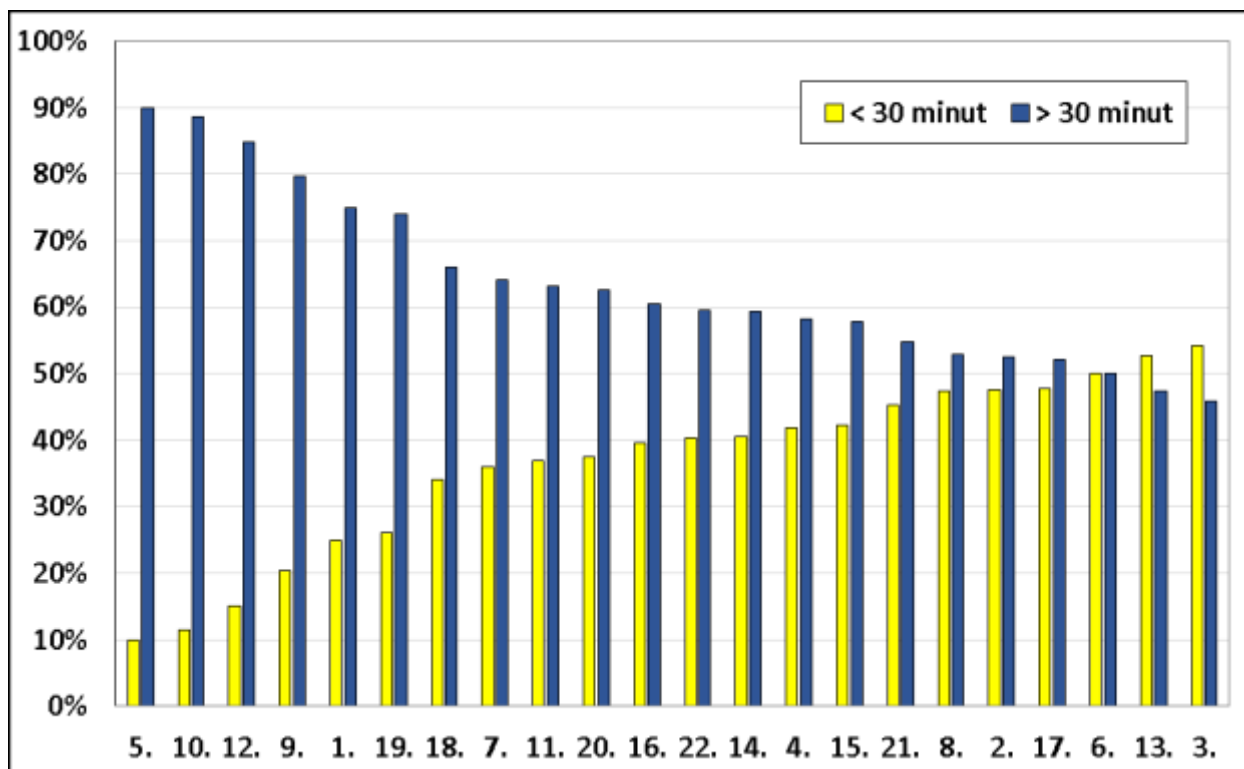
Učni tráví u počítače méně času než žáci z ostatních středních škol, což dokumentuje následující graf.

Graf č. 126: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně u počítače?“ podle typu škol v %



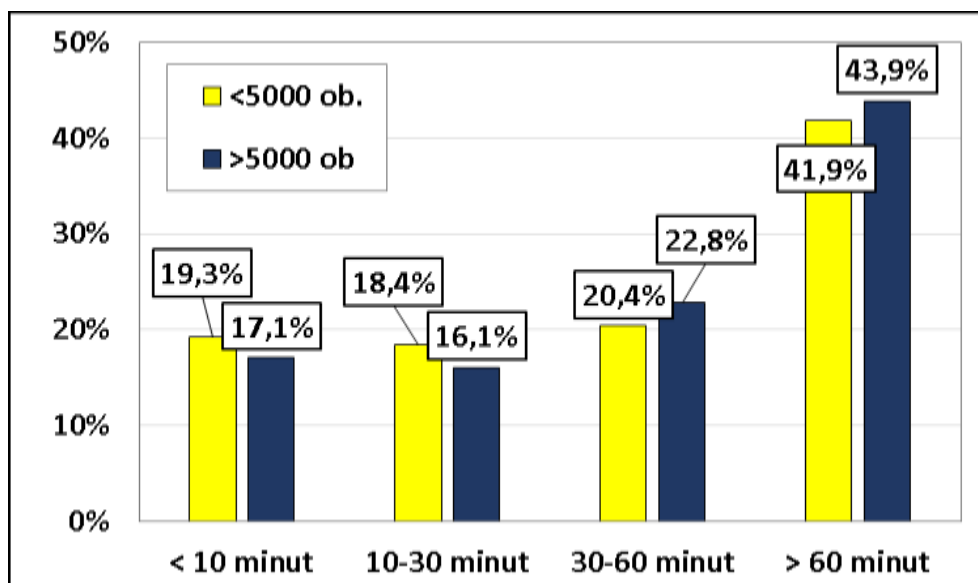
Srovnání jednotlivých škol přináší určité rozdíly. Na škole č. 5 uvedlo 90 % žáků, že tráví u počítače denně více než půl hodiny, naopak nejnižší procento odpovědí „více než 30 minut“ bylo zaznamenáno na škole č. 3 (46 %).

Graf č. 127: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně u počítače?“ podle jednotlivých škol v %



Rozdíly v používání počítače u mládeže ve vztahu k velikosti bydliště jsou velmi malé, mládež ve větších městech na 5 000 obyvatel využívá počítač v průměru denně více než 30 minut o něco více (67 %) než mládež bydlící na vesnicích a v menších městech (62 %).

Graf č. 128: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně u počítače?“ podle bydliště v %



### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

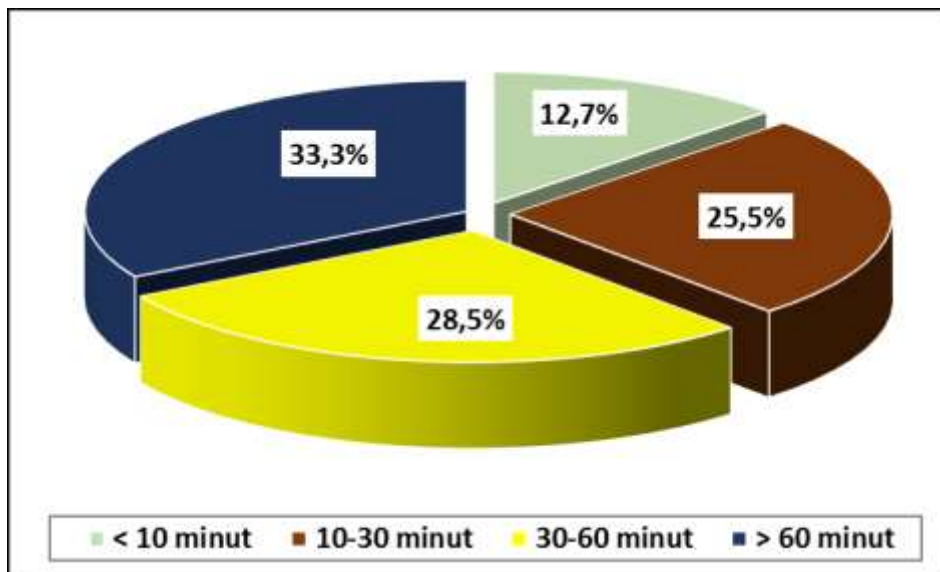
Mládež zřejmě opouští nejen televizní programy, ale i počítače. Vysvětlení se nabízí v mnohem větším využívání mobilních telefonů či tabletů, kde si můžou lidé přečíst a shlédnout vše, co potřebují. Úbytek ve využívání počítačů je vcelku zřejmý. V roce 2012 uvedlo, že u počítače stráví v průměru denně více než hodinu 60 % respondentů, v této studii jde o 43 % žáků. V průměru méně než 10 minut denně uvedlo 18 % z oslovených žáků, před pěti lety to byly 4 %. Uvedený trend potvrzují chlapci i dívky, podobně i žáci ze všech typů škol i ze všech kategorií sídel trvalého bydliště.

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

Tabulka č. 63: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně v přírodě, v parku, v lese...?“ v %

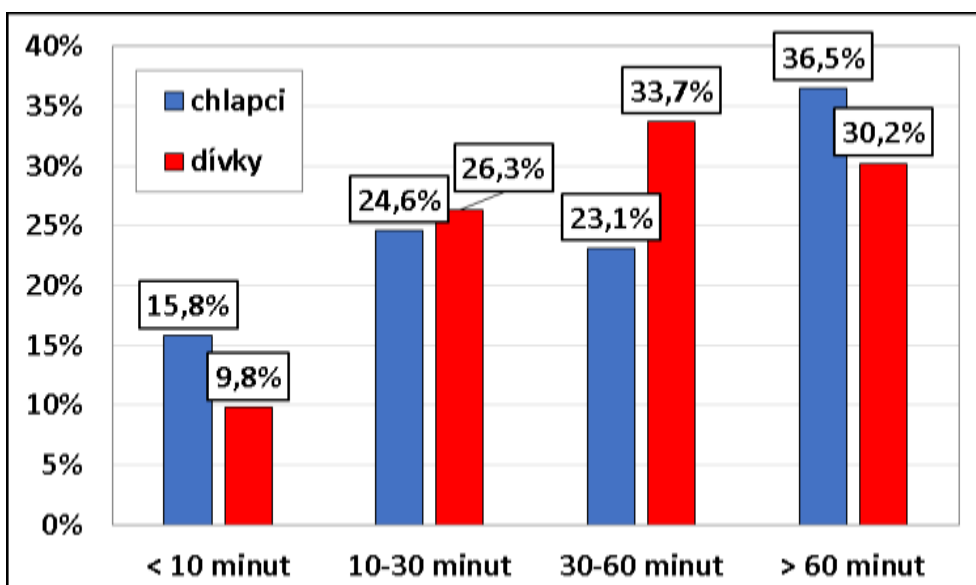
	celkem	chlapci	dívky
< 10 minut	12,7	15,8	9,8
10-30 minut	25,5	24,6	26,3
30-60 minut	28,5	23,1	33,7
> 60 minut	33,3	36,5	30,2

Graf č. 129: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně v přírodě, v parku, v lese...?“ v %



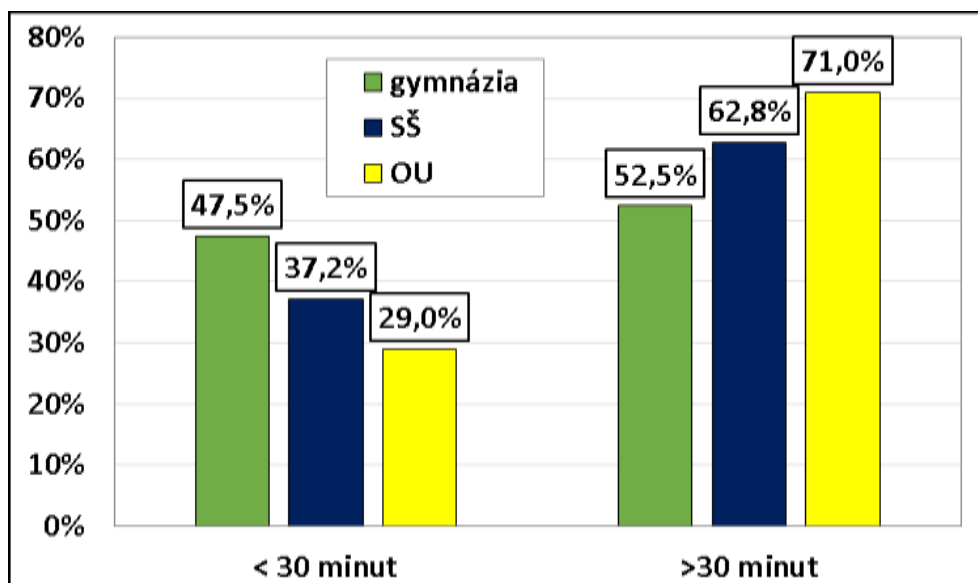
V přírodě, v lese, v parku a na podobných místech tráví v průměru denně více než hodinu třetina žáků z oslovených SŠ, více než půl hodiny pak v součtu 62 % mladých lidí. Rozdíly mezi pohlavími nejsou významné, dívky odpověděly častěji, že tráví v průměru v tomto zdravém prostředí mezi 30 – 60 minutami denně, naopak chlapci odpověděli častěji, že zde tráví v průměru více než hodinu denně..

Graf č. 130: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně v přírodě, v parku, v lese...?“ podle pohlaví v %



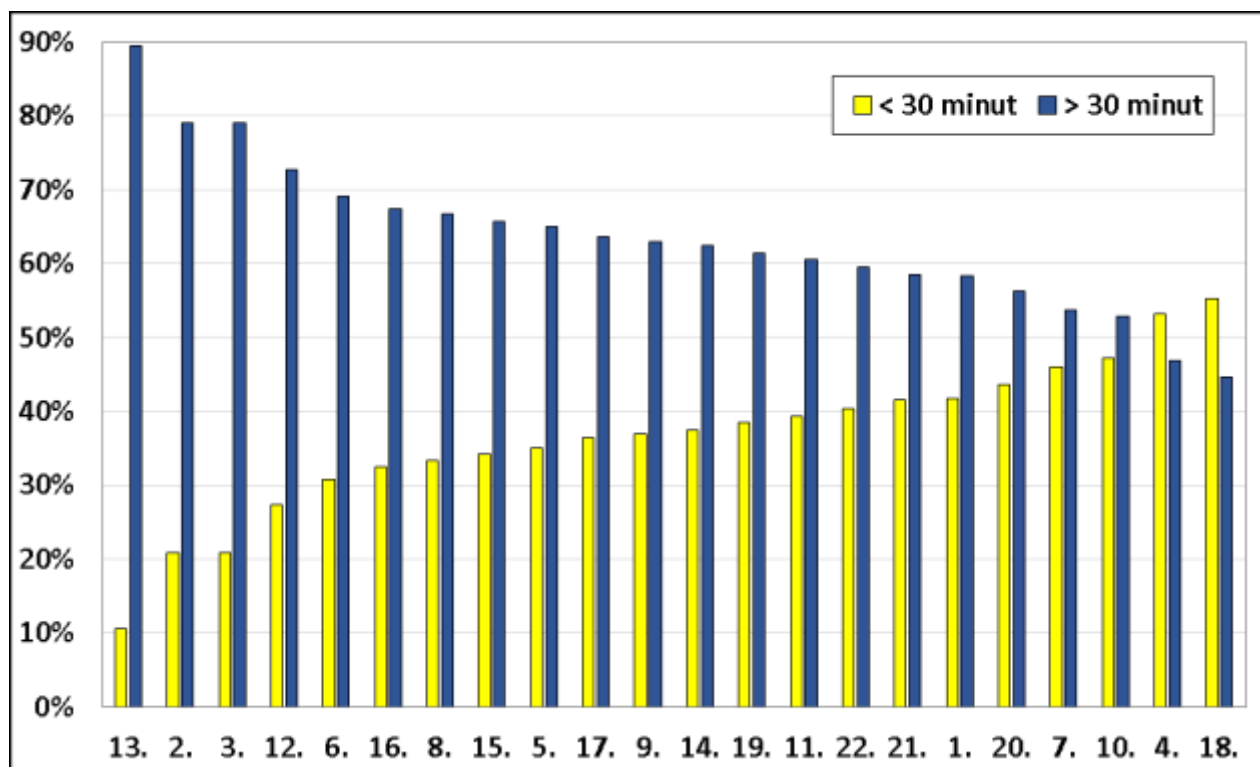
Více času v přírodě tráví žáci z odborných učilišť, nejméně pak gymnazisté. V průměru více než 30 minut denně tam stráví 71 % učňů, ale jen necelých 53 % žáků gymnázií.

Graf č. 131: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně v přírodě, v parku, v lese...?“ podle typu škol v %



Srovnání jednotlivých škol ukazuje následující graf. Nejvíce času stráveného v přírodě uvedli žáci ze školy č. 13 – 90 % z nich tráví v přírodě v průměru denně více než půl hodiny, naopak nejméně takto stráveného času uvedli žáci ze školy č. 18, pouze 45 %.

Graf č. 132: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně v přírodě, v parku, v lese...?“ podle jednotlivých škol v %

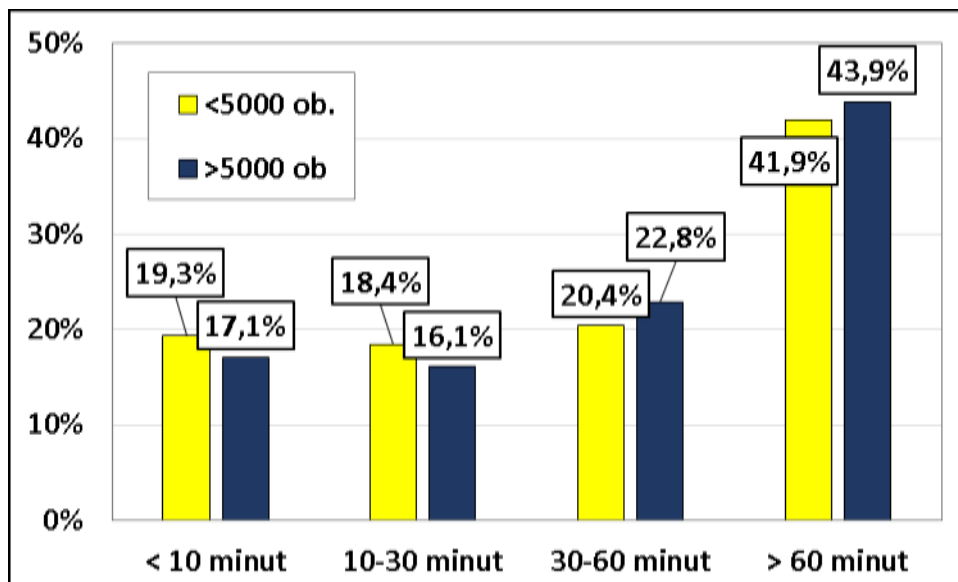


Překvapujícím může být zjištění, že mládež bydlící ve větších městech (nad 5 tisíc obyvatel) uvedla, že tráví v přírodě, lese a parku více času než mládež z menších sídel. Rozdíly však nejsou



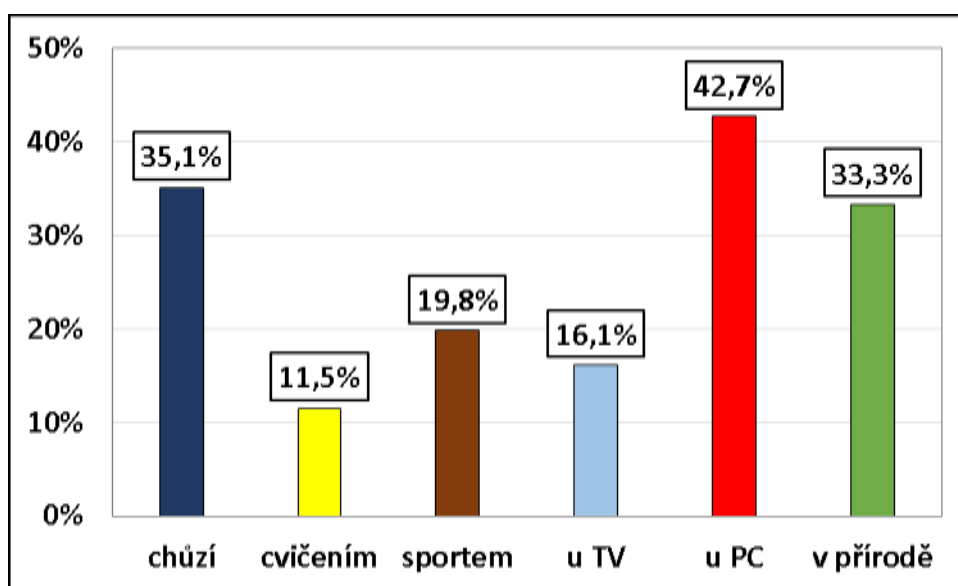
významné. V průměru více než 30 minut denně tráví v tomto prostředí 67 % mládeže z větších měst oproti 62 % mládeže z menších měst či obcí.

Graf č. 133: Odpovědi na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně v přírodě, v parku, v lese...?“ podle bydliště v %



Na závěr této kapitoly, která se týká času, který tráví mládež druhých ročníků SŠ různými činnostmi, uvádíme graf, který znázorňuje kolik % z nich tráví při dotazovaných činnostech v průměru denně více než hodinu. Nejvíce, 43 % mládeže, takto často tráví svůj čas u počítače, sledováním televize pak 16 % mládeže, naopak aktivním sportem či pohybem pětina z nich a pravidelným cvičením pak pouze necelých 12 % respondentů.

Graf č. 134: Frekvence odpovědí „více než 1 hodinu?“ na otázku „Kolik času strávíte v průměru denně“ (uvedenými činnostmi) v %



### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

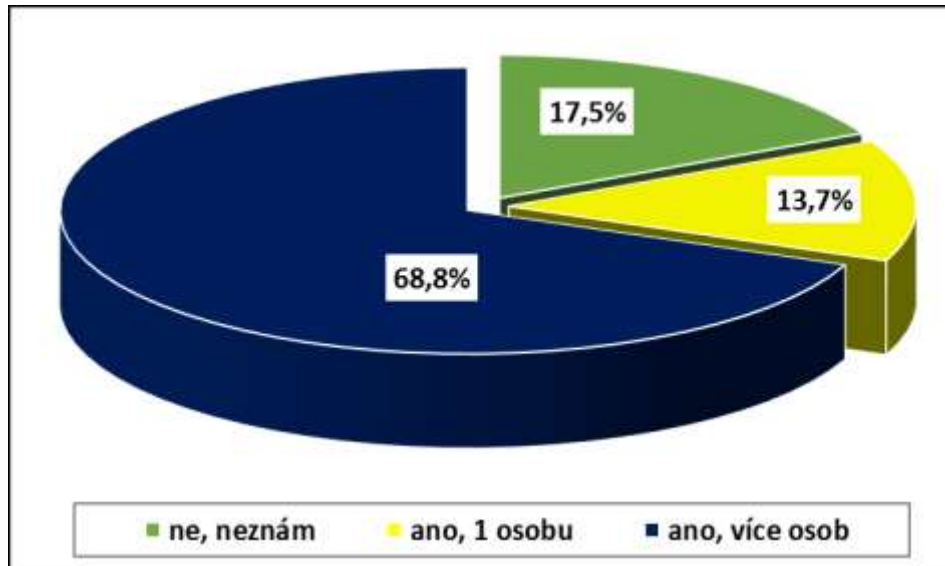
Čas strávený v přírodě, parku či lese se oproti roku 2012 mírně navýšil. V první studii uvedlo, že v průměru denně více než hodinu tráví v těchto místech 28 % respondentů, v této analýze je to plná třetina mládeže. K tomuto mírnému navýšení došlo u dívek i chlapců, u dívek je však výraznější. Podobně výraznější navýšení oproti první studii je u žáků odborných učilišť. Jak již bylo uvedeno mládež bydlící ve větších městech (nad 5 tisíc obyvatel) tráví v přírodě, lese a parku více času než mládež z menších sídel. V analýze v roce 2012 tomu bylo naopak, i když i tehdy byly rozdíly v jednotlivých kategoriích sídel poměrně malé.

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

Tabulka č. 64: Odpovědi na otázku „Znáte osobně někoho, kdo kouří marihuanu (tj. konopí, trávu)?“ v %

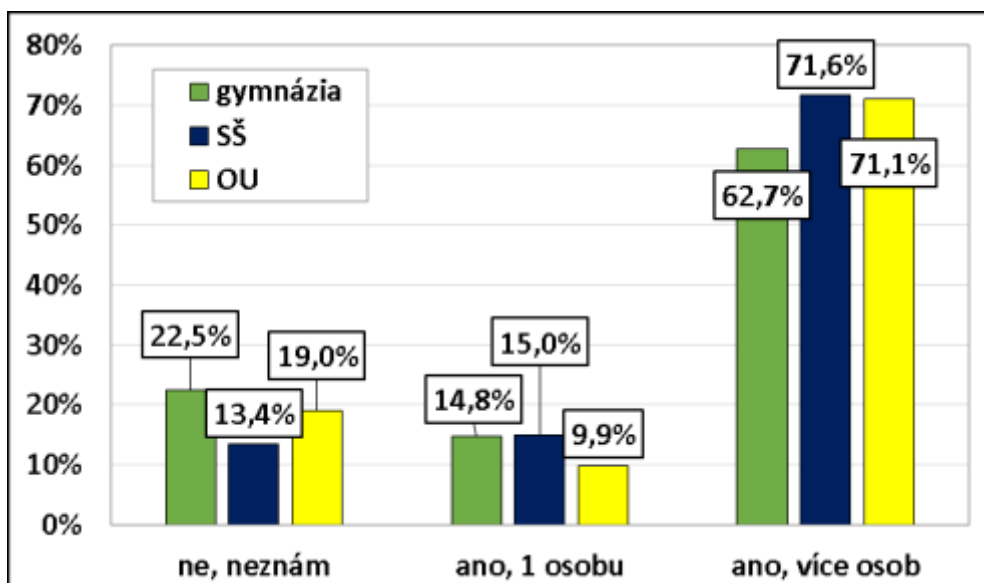
	celkem	chlapci	dívky
ne, neznám	17,5	16,0	18,9
ano, 1 osobu	13,7	14,7	12,6
ano, více osob	68,8	69,2	68,4

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



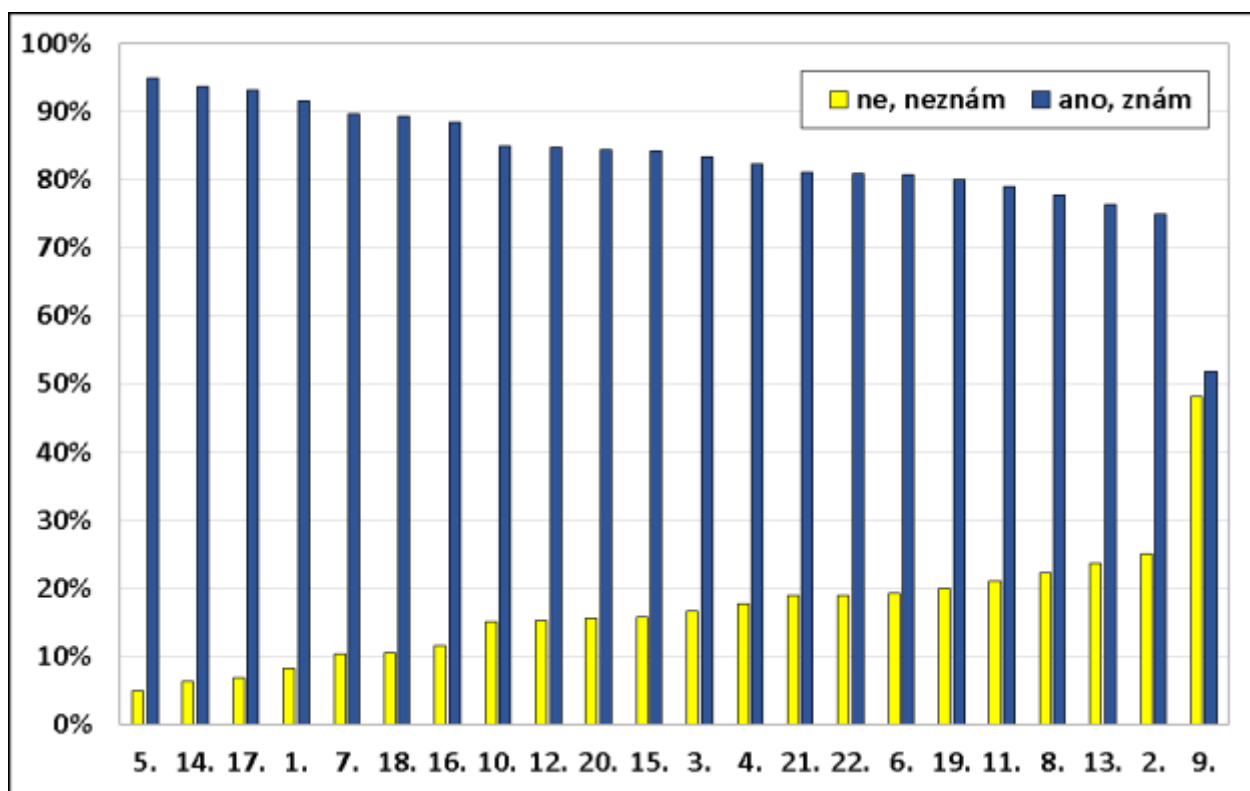
Pouze necelých 18 % žáků druhých ročníků SŠ v Kraji Vysočina nezná osobně, tj. ve svém okolí, nikoho, kdo kouří marihuanu. Dívek, které nikoho takového osobně neznají, je nepatrně více, 18,9 % oproti 16,0 % chlapců. Naopak téměř 70 % respondentů zná osobně více lidí, kteří trávu kouří. Rozdíly v odpovědích na tuto otázku podle typu škol byly malé, nevýznamné.

Graf č. 136: Odpovědi na otázku „Znáte osobně někoho, kdo kouří marihuanu (tj. konopí, trávu)?“ podle jednotlivých škol v %



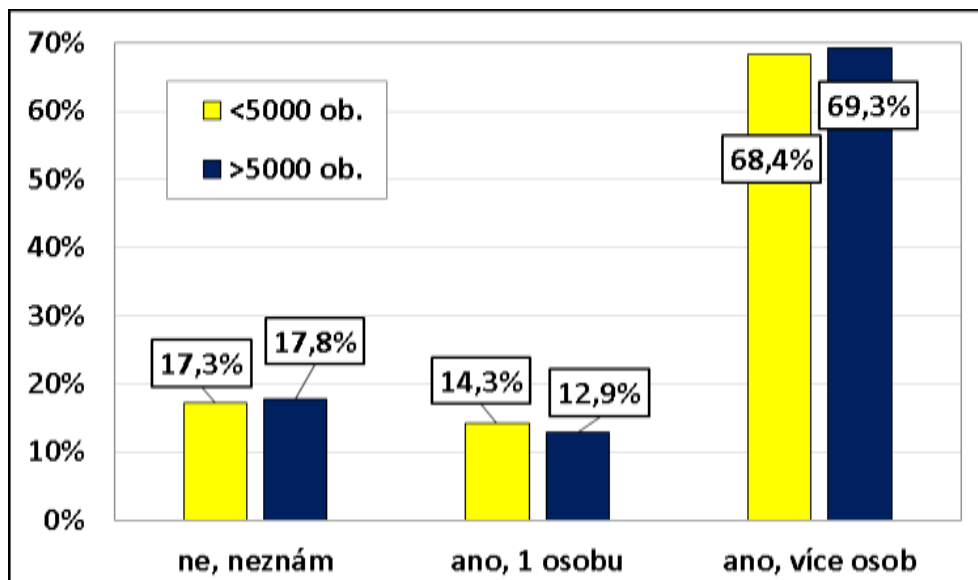
Situaci na jednotlivých školách znázorňuje následující graf, kde jsme pro lepší přehlednost spojili dvě odpovědi na odpověď ano, někoho znám (tzn. alespoň 1 osobu). Na čtyřech školách zná více než 90% žáků alespoň 1 osobu, která kouří marihuanu, a pouze na jedné škole (č. 9) je těchto žáků méně než tři čtvrtiny. Tato škola se výrazně odlišuje od ostatních.

Graf č. 137: Odpovědi na otázku „Znáte osobně někoho, kdo kouří marihuanu (tj. konopí, trávu)?“ podle jednotlivých škol v %



Rozdíly v odpovědích na tuto otázku podle velikosti sídla bydliště respondentů jsou velmi malé, nevýznamné, což dokládá následující graf.

Graf č. 138: Odpovědi na otázku „Znáte osobně někoho, kdo kouří marihuanu (tj. konopí, trávu)?“ podle bydliště v %



#### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

I přes poměrně vysoké procento (69 %) těch, kteří znají více osob, které kouří marihuanu, došlo oproti roku 2012 k mírnému poklesu. Tehdy takto odpovědělo 75 % z dotázaných.

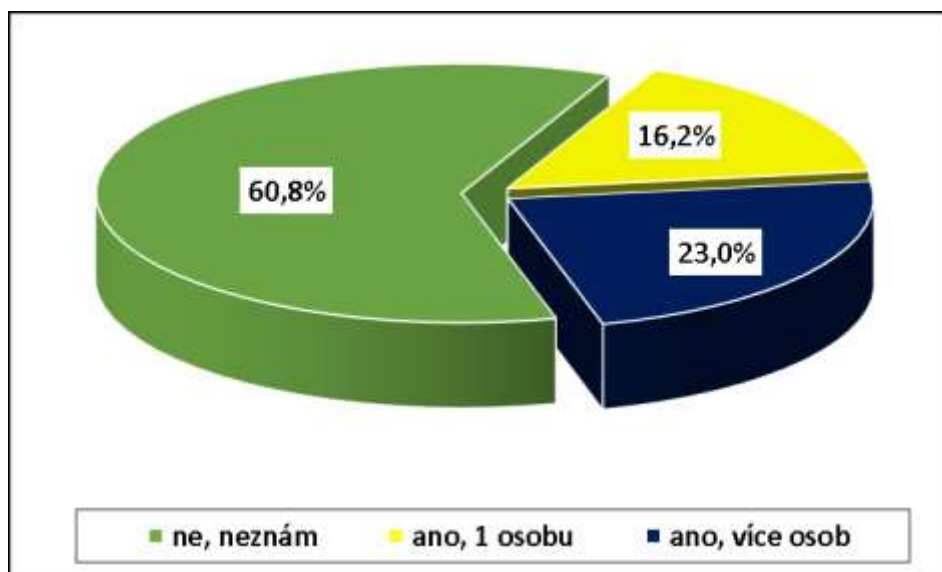
### 3.27 Znáte osobně někoho, kdo bere nějaké jiné drogy než je marihuana (např. hašiš, amfetamin, extázi, heroin...)?

Tabulka č. 65: 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	60,8	61,5	60,1
ano, 1 osobu	16,2	15,4	16,9
ano, více osob	23,0	23,1	23,0

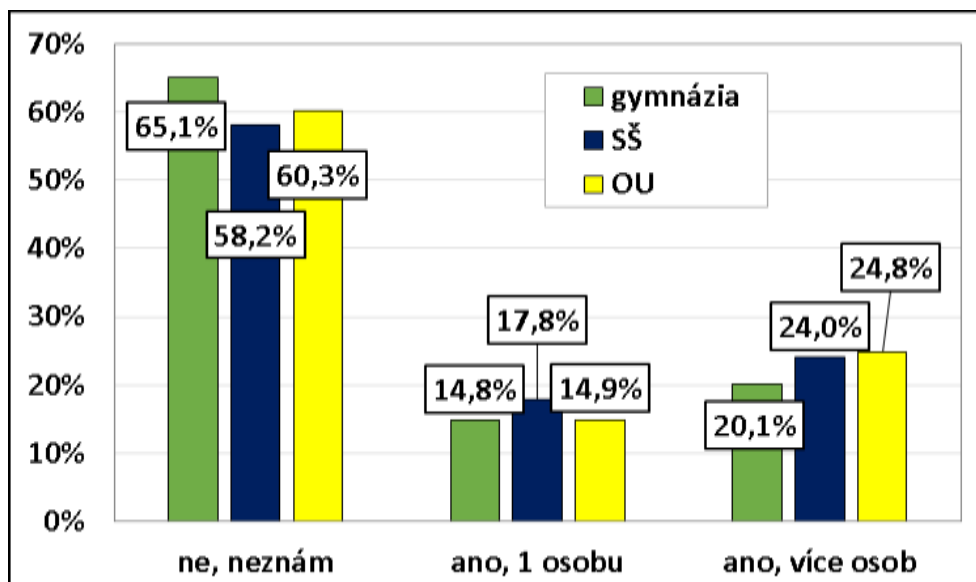
Osobně někoho (alespoň 1 osobu), kdo užívá nějakou jinou drogu než je marihuana, zná téměř 40 % z oslovených žáků, 23 % respondentů zná dokonce více než jednu osobu. Rozdíly mezi dívkami a chlapci jsou minimální, nevýznamné.

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



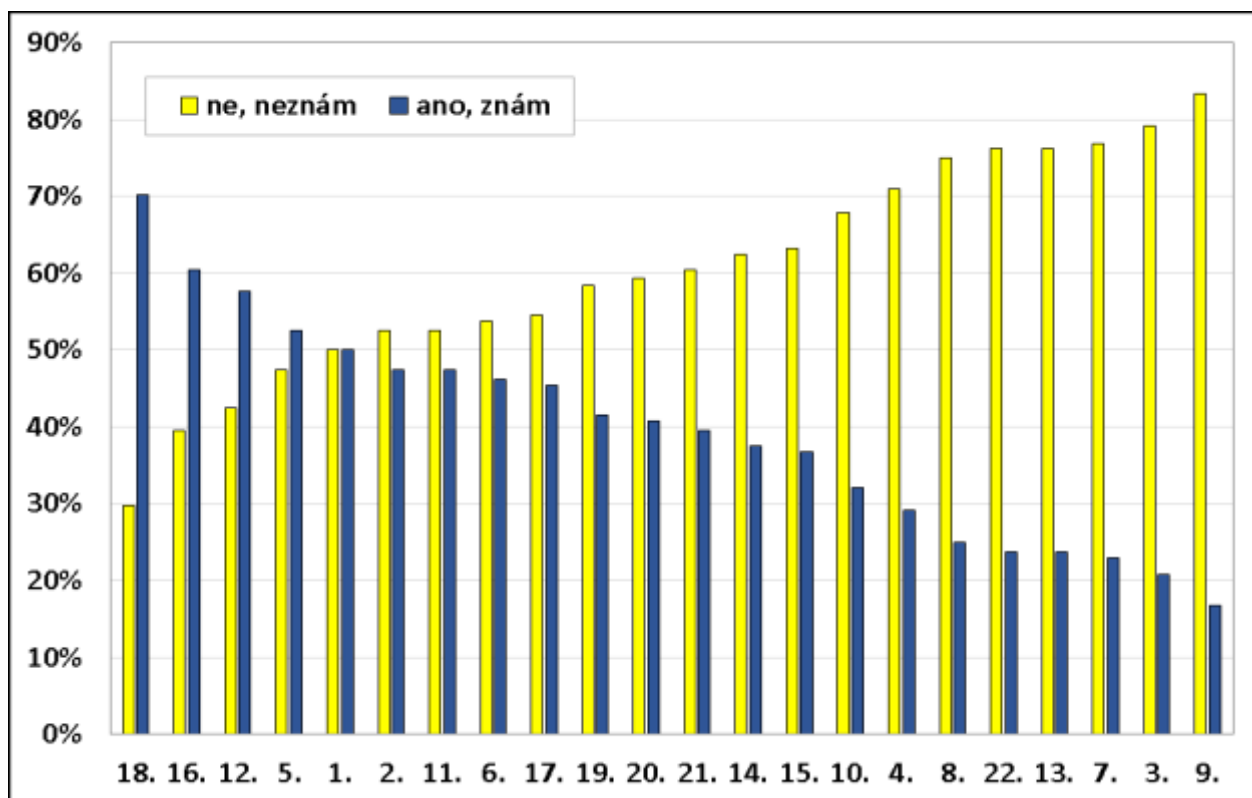
Rozdíly mezi žáky z jednotlivých typů středních škol nejsou významné, osobně méně osob, které užívají nějakou jinou drogu než marihuanu, znají gymnazisté (pětina z nich), zatímco těchto žáků na odborných učilištích a tzv. ostatních školách je více (téměř čtvrtina z nich).

Graf č. 140: Odpovědi na otázku „Znáte osobně někoho, kdo bere nějaké jiné drogy než je marihuana (např. hašiš, amfetamin, extázi, heroin...)?“ podle typu škol v %



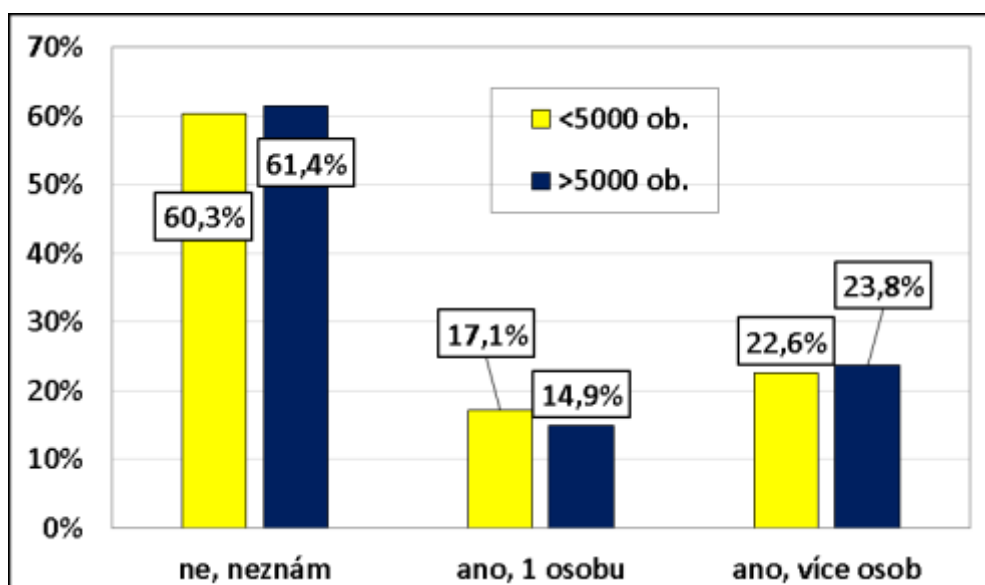
Výsledky odpovědí na tuto otázku podle jednotlivých škol, zapojených do studie, jsou patrné z následujícího grafu. Opět jsme pro lepší přehlednost spojili dvě možné odpovědi na odpověď ano, znám (tzn. alespoň 1 osobu). Na čtyřech školách (č. 18, 16, 12 a 5) zná více než polovina žáků osobně alespoň jednoho člověka, který užívá nějakou jinou drogu než je marihuana, pouze na jediné škole (č. 9) je procento těchto žáků nižší než 20 %.

Graf č. 141: Odpovědi na otázku „Znáte osobně někoho, kdo bere nějaké jiné drogy než je marihuana (např. hašiš, amfetamin, extázi, heroin...)?“ podle jednotlivých škol v %



Rozdíly podle velikosti trvalého bydliště jsou minimální, nepotvrdila se skutečnost zjištěná v roce 2012, kdy žáci bydlící ve větších městech znali ve výrazně větším procentu někoho, kdo užívá jiné drogy než marihuanu.

Graf č. 142: Odpovědi na otázku „Znáte osobně někoho, kdo bere nějaké jiné drogy než je marihuana (např. hašiš, amfetamin, extázi, heroin...)?“ podle bydliště v %



### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

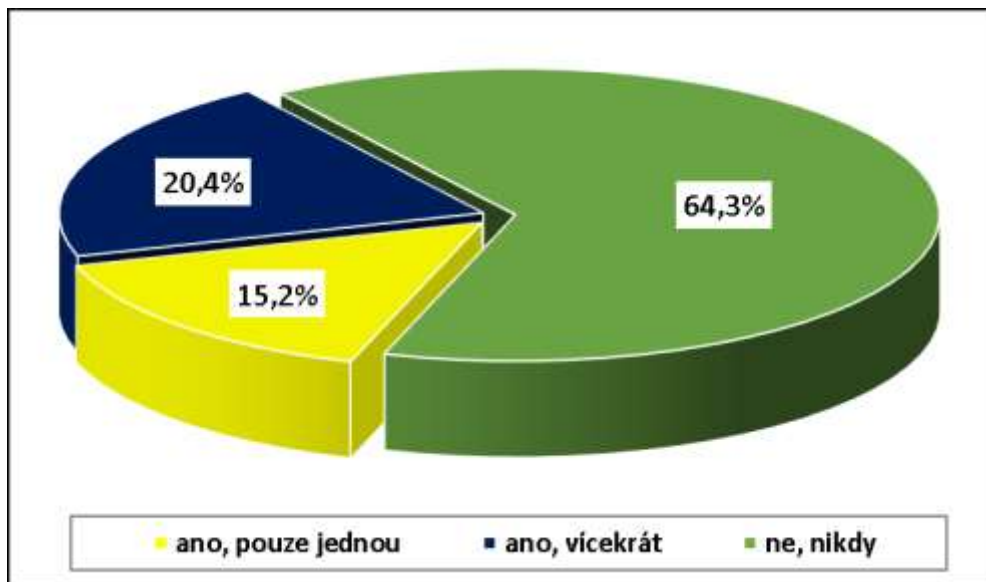
Procento respondentů, kteří osobně znají někoho, kdo bere nějaké jiné drogy než je marihuana, oproti studii z roku 2012 vzrostlo z 30 % na 39 %. Tento nárůst o 9 % byl zjištěn u dívek i chlapců. Podobně jako v první studii, tak i nyní osobně méně osob, které užívají nějakou jinou drogu než marihuanu, znají gymnazisté. Rozdíly mezi sídly trvalého bydliště byly nevýznamné v obou studiích.

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

Tabulka č. 66: Odpovědi na otázku „Užíval/a jste někdy v životě nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret)?“ v %

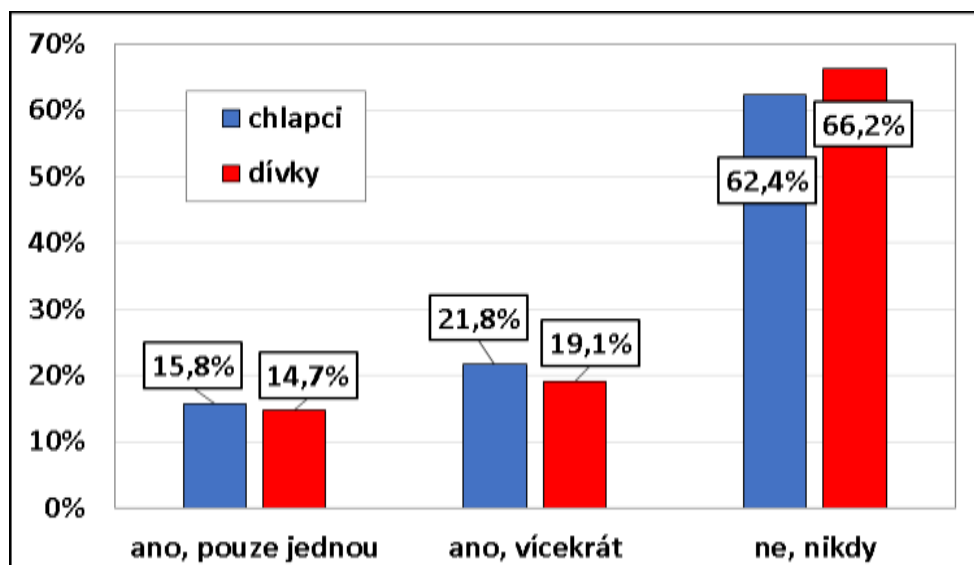
	celkem	chlapci	dívky
<b>ano, pouze jednou</b>	15,2	15,8	14,7
<b>ano, vícekrát</b>	20,4	21,8	19,1
<b>ne, nikdy</b>	64,3	62,4	66,2

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



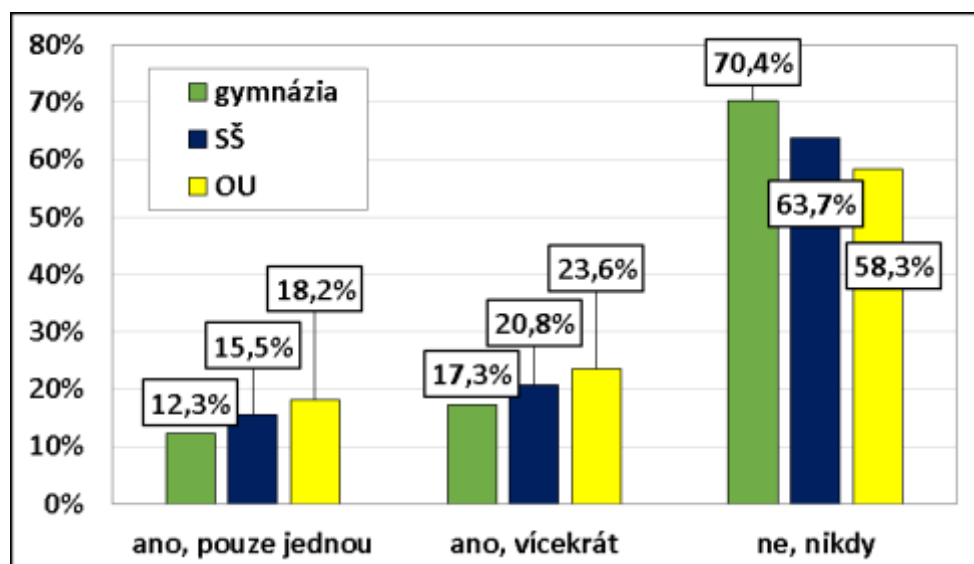
Téměř 36 % respondentů uvedlo, že někdy (alespoň jednou) v životě bralo nějakou drogu mimo alkoholu a kouření cigaret. Každý pátý pak uvedl, že nějakou drogu užíval opakovaně. Chlapci jsou na tom ve srovnání s děvčaty o něco hůře – drogu alespoň jednou v životě vyzkoušelo 37,6 % chlapců oproti 33,8 % dívek. Rozdíl, i když opět nepříliš velký, je i v odpovědích opakovaného užívání drog, takto odpovědělo 21,8 % chlapců oproti 19,1 % dívek.

Graf č. 144: 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 70 % žáků z gymnázií uvedlo, že nikdy v životě žádnou drogu (kromě alkoholu a kouření cigaret) nevezalo, žáků z jiných typů škol to bylo 64 % a u učňů pouze 58 %. Vícekrát ve svém mládí drogu vyzkoušelo 17 % gymnazistů, 21 % žáků z ostatních SŠ a téměř 24 % učňů.

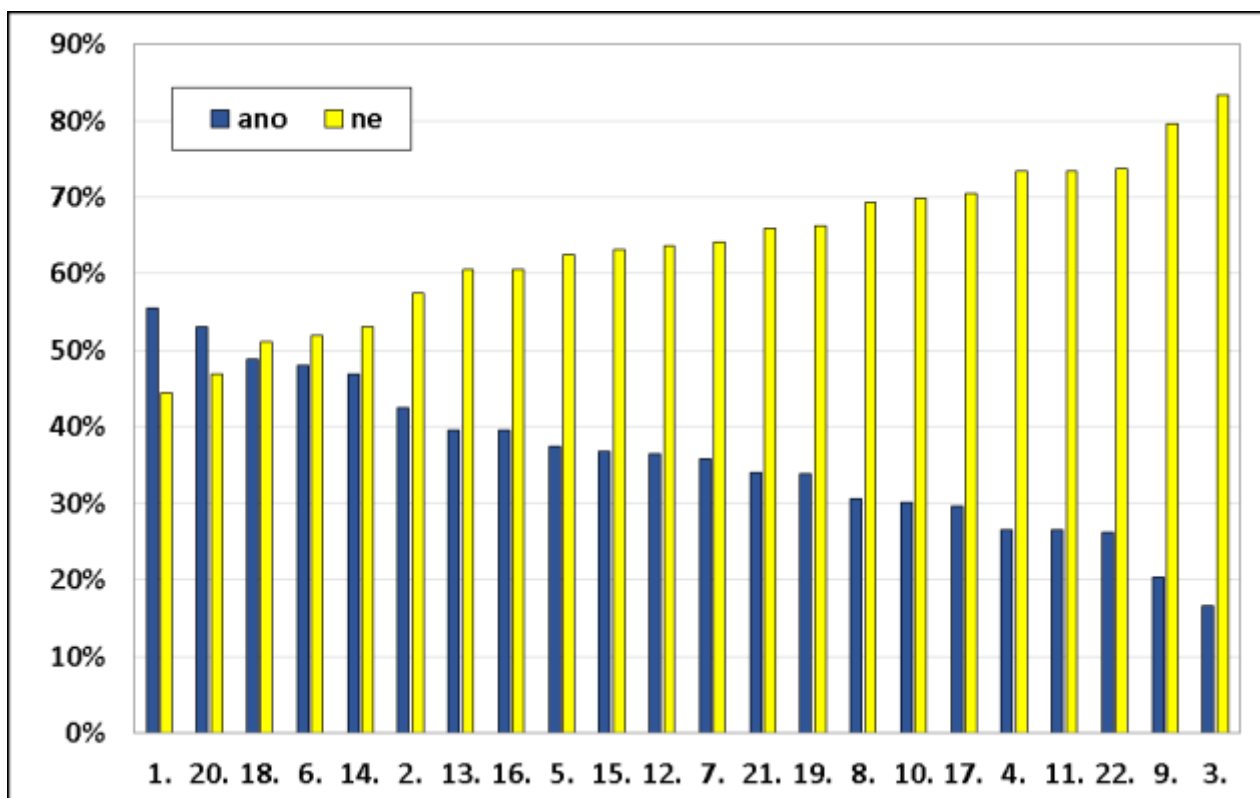
Graf č. 145: Odpovědi na otázku „Užíval/a jste někdy v životě nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret)?“ podle typu škol v %



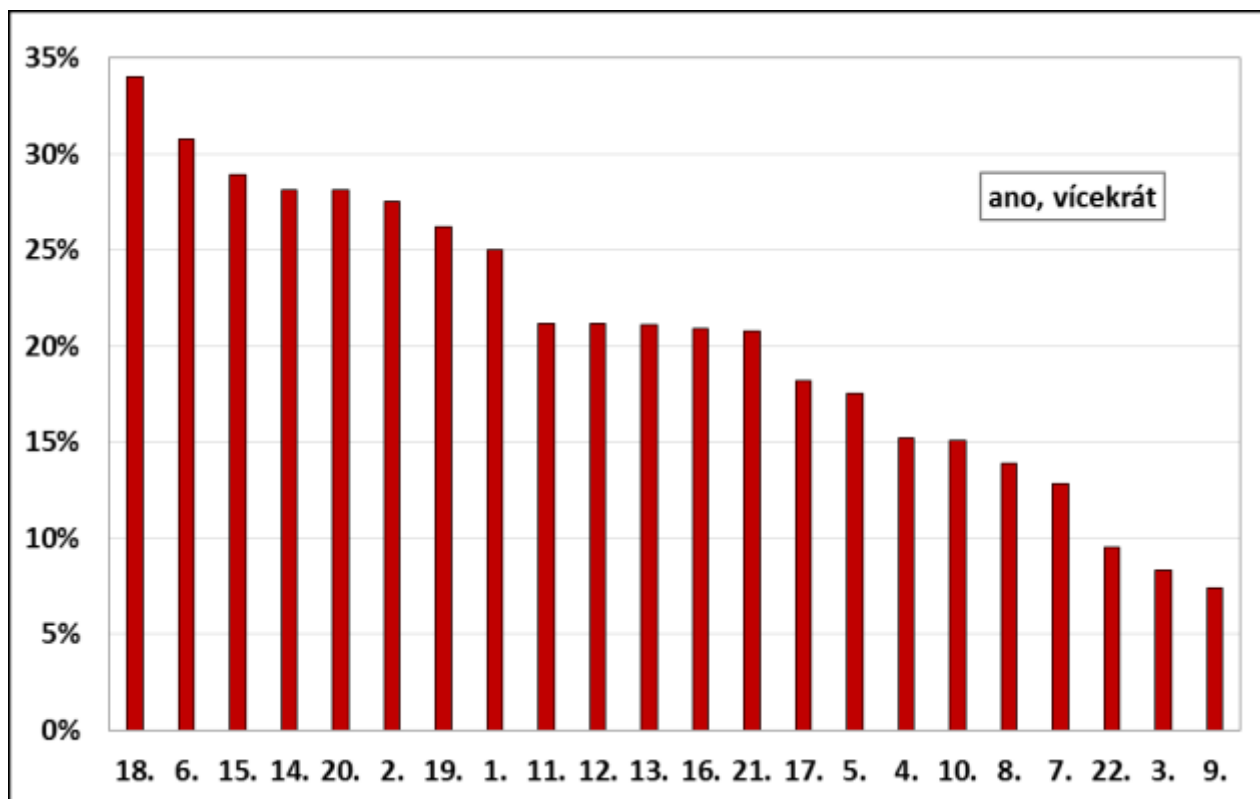
Ve srovnání jednotlivých škol nabízíme 2 grafy. V prvním grafu jsou sloučeny kladné odpovědi (tj. ano, užíval jsem někdy v životě drogu pouze jednou nebo i vícekrát), ve druhém grafu jsou pak znázorněny pouze odpovědi „ano, užíval jsem někdy v životě drogu vícekrát“. Ve dvou školách (č. 1 a 20) více než polovina respondentů uvedla, že někdy v životě nějakou drogu vyzkoušela, pouze v jedné škole (č. 3) tento počet klesl pod 20 %. Odpověď „ano, užíval jsem v životě drogu vícekrát“ uvedlo na šesti školách více než čtvrtina respondentů, na jedné škole (č. 18) pak dokonce více než třetina žáků. Méně než v 10 % případů tuto skutečnost uvedli žáci pouze na třech školách (č. 9, 3 a 22).



Graf č. 146: Odpovědi na otázku „Užíval/a jste někdy v životě nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret)?“ podle jednotlivých škol v %

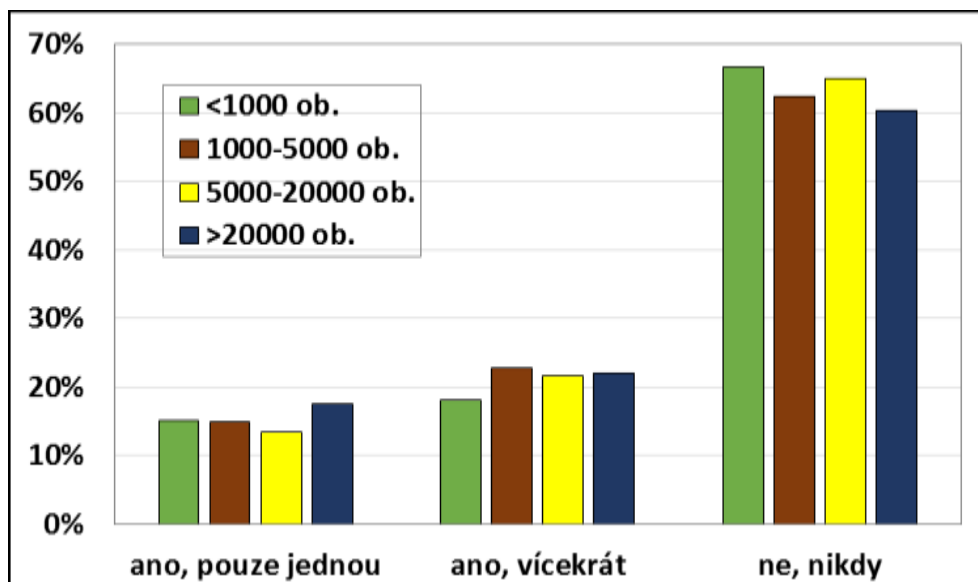


Graf č. 147: Odpovědi na otázku „Užíval/a jste někdy v životě nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret)?“ podle jednotlivých škol v %



Drogu alespoň jednou užilo 33,3 % středoškoláků bydlících v obcích do tisíce obyvatel, ale již 39,6 % žáků bydlících ve městech větších než 20 tisíc obyvatel. Rozdíly v užívání drog podle velikosti sídla bydliště však nelze hodnotit jako významné.

Graf č. 148: Odpovědi na otázku „Užíval/a jste někdy v životě nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret)?“ podle bydliště v %



#### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

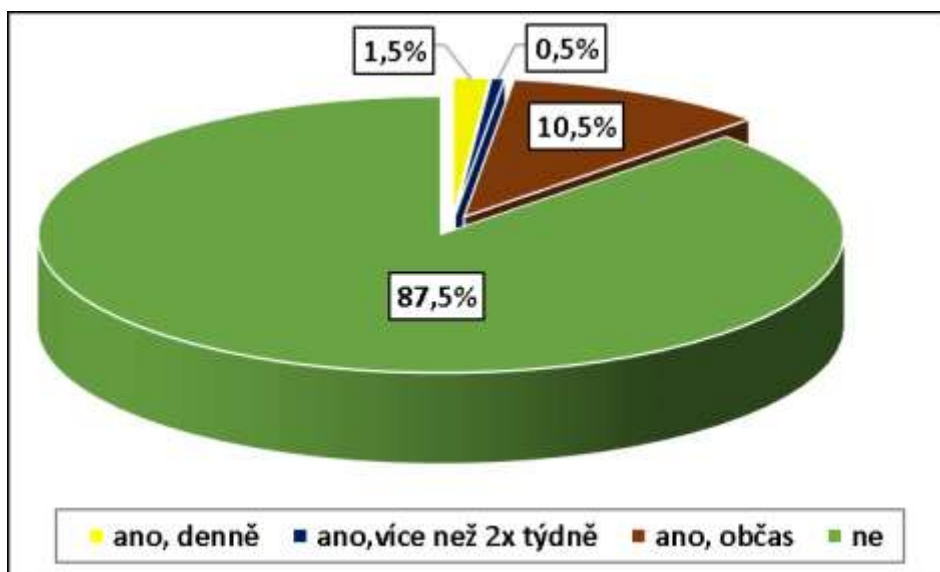
Odpovědi na otázku „Užíval/a jste někdy v životě nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret)“ přinesly v této studii prakticky shodné výsledky jako v analýze v roce 2012, rozdíly jsou minimální, a to ve všech kategoriích (celkem, dívky, chlapci, typy škol, velikost bydliště).

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

Tabulka č. 67: Odpovědi na otázku „Užíváte nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret) v současné době?“ v %

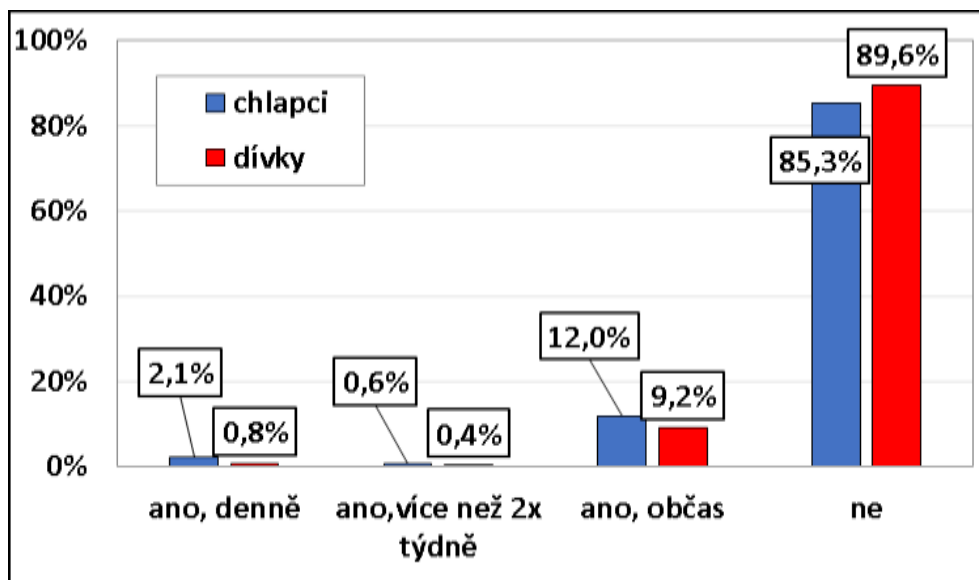
	celkem	chlapci	dívky
ano, pravidelně každý den	1,5	2,1	0,8
ano, více než 2x týdně	0,5	0,6	0,4
ano, ale pouze občas	10,5	12,0	9,2
ne, neužívám	87,5	85,3	89,6

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

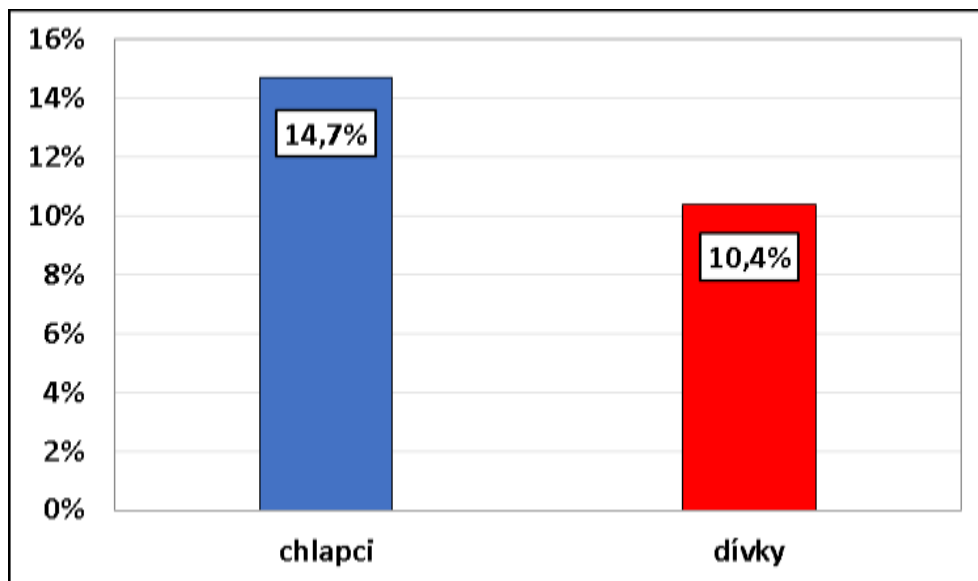


Téměř 13 % z oslovených žáků SŠ v Kraji Vysočina užívá v současnosti nějakou drogu (mimo alkoholu a cigaret). Minimálně 2x týdně drogy užívají 2 % mládeže, více než desetina (10,5 %) pak užívá nějakou drogu občas. Mezi chlapci a dívkami jsou určité rozdíly. Chlapci užívají drogy častěji, alespoň občas je užívá 14,7 % chlapců, zatímco u dívek to je 10,4 %. Více než 2x týdně nějakou drogu užívá 1,2 % dívek, ale u chlapců je to více než dvojnásobek – 2,8 %. A více než 2 % chlapců užívá nějakou drogu pravidelně každý den.

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

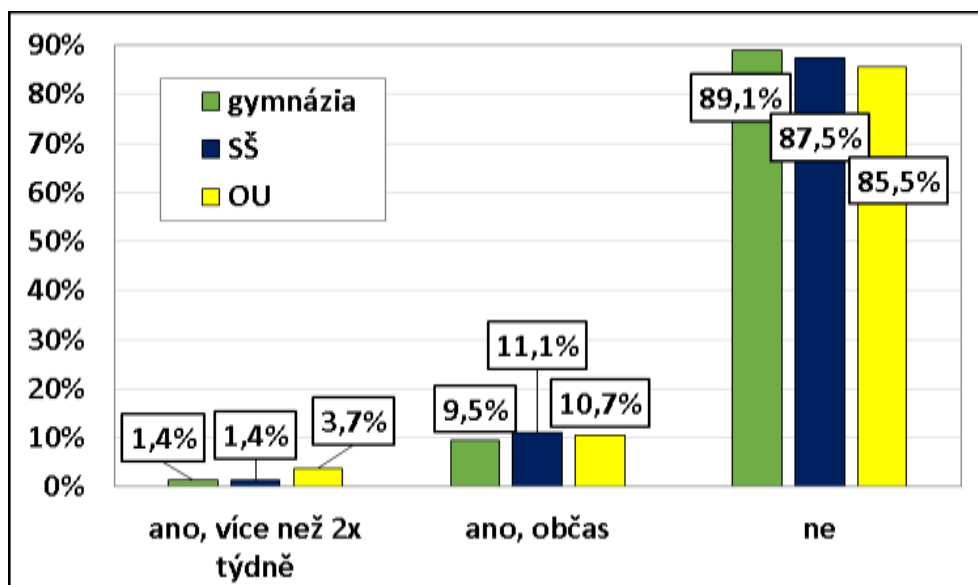


Graf č. 151: Počet chlapců a dívek, kteří v současnosti užívají nějakou drogu alespoň občas, v %



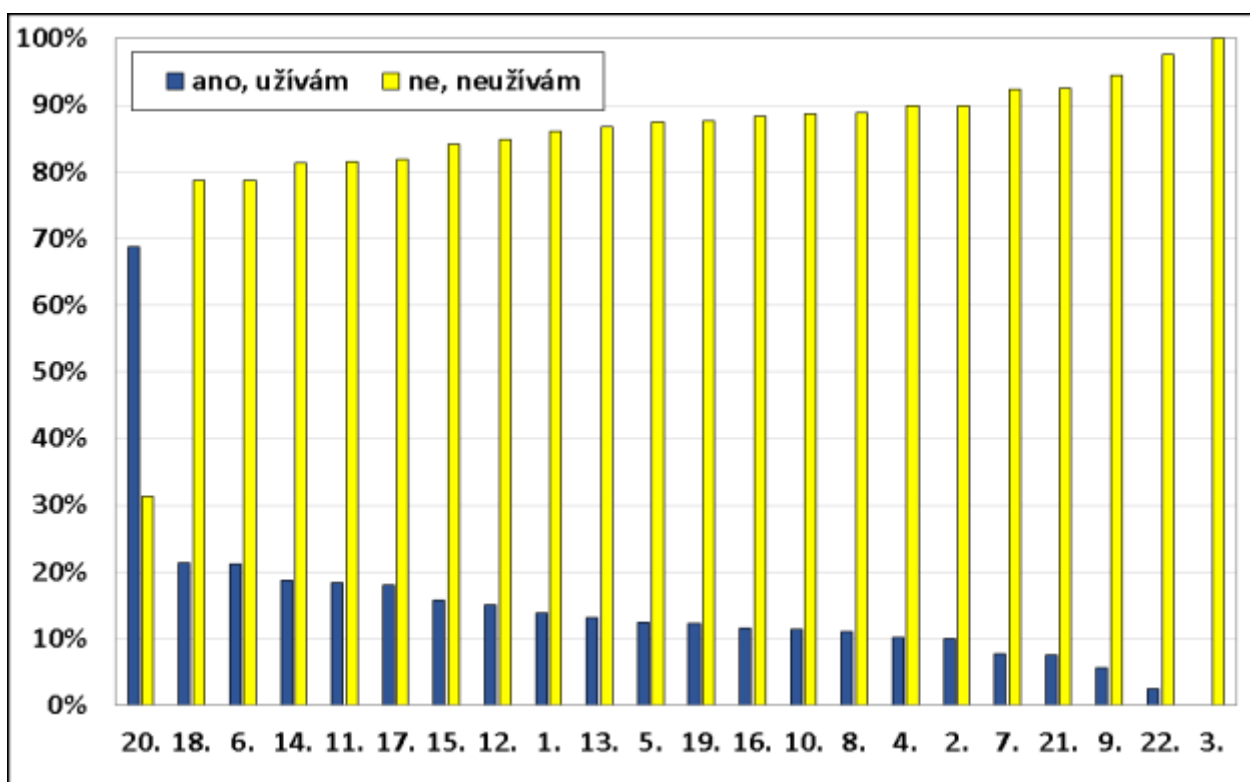
Podobně jako ve většině předcházejících otázek, byly i v odpovědích respondentů z různých typů škol na tuto otázku zjištěny určité rozdíly. Pro přehlednost byly spojeny první dvě odpovědi („ano, pravidelně každý den“ a „ano, více než 2x týdně“). Takto často užívá v současnosti nějakou drogu 1,4 % gymnazistů či žáků z tzv. jiných typů škol a více než 2x týdně či pravidelně užívá drogy 3,7 % učňů. vůbec drogy neužívá 89,1 % gymnazistů, u učňů je tento podíl nižší – 85,5 %.

Graf č. 152: Odpovědi na otázku „Užíváte nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret) v současné době?“ podle typu škol v %



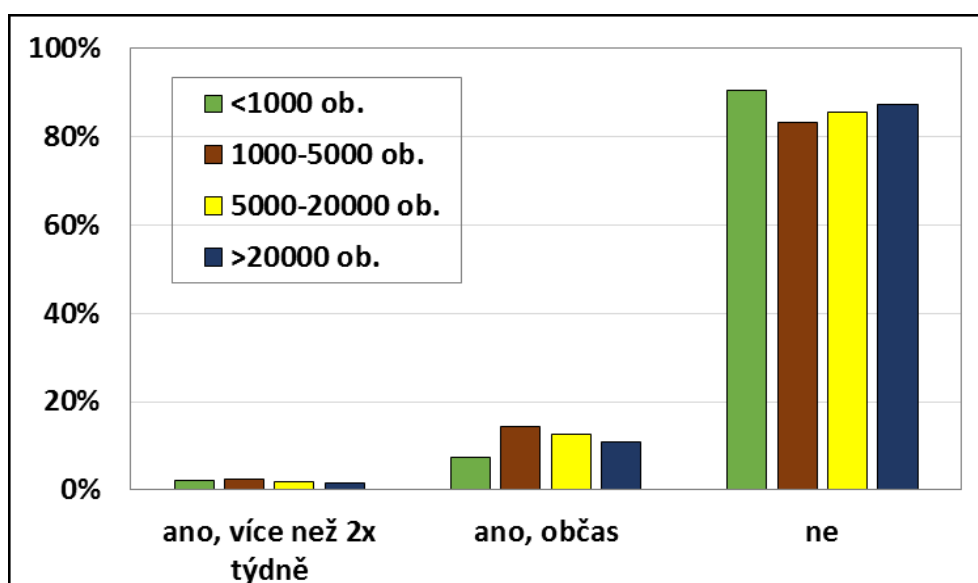
Ve škole č. 20 bylo anonymním dotazníkem zjištěno, že nějakou drogu (mimo alkoholu a cigaret) užívá v současnosti (pravidelně nebo „jen“ i občas) 69 % žáků. Tato škola se v odpovědi na tuto otázku zcela vymyká od ostatních škol, na dalších dvou školách (č. 18 a 6) tyto odpovědi uvedla více než pětina žáků. Na jediné škole (č. 3) se pak k užívání drog nepřiznal žádný z dotázaných respondentů.

Graf č. 153: Odpovědi na otázku „ Užíváte nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret) v současné době?“ podle jednotlivých škol v %



Z odpovědí respondentů se dá odvodit, že mládež, která žije v obcích do tisíce obyvatel, užívá drogy o něco méně oproti mládeži žijící ve větších sídlech či městech našeho kraje. Rozdíly však nejsou příliš velké, což dokládá i následující graf. Vůbec žádnou drogu neužívá v malých sídlech 90 % mládeže, v největších městech našeho kraje je to pak 87 % mládeže. Podle výsledků této studie občas nebo pravidelně nejvíce užívá nějakou drogu mládež, která bydlí v sídlech o velikosti mezi 1 000 – 5 000 obyvateli, a to 16,8 %, zatímco v obcích do tisíce obyvatel to je 9,6 % mládeže.

Graf č. 154: Odpovědi na otázku „ Užíváte nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret) v současné době?“ podle bydliště v %



### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Procento těch, kteří užívají či neužívají v současnosti nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret) se v obou studiích příliš neliší. Někakou drogu aspoň občas užívá 12,5 % z oslovené mládeže, v roce 2012 to bylo o 1 % méně, tj. 11,5 %. Největší nárůst počtu respondentů byl zaznamenán u občasného užívání nějaké drogy, v roce 2012 toto uvedlo 8,3 % žáků, nyní 10,5 %, u dívek je rozdíl ještě větší, nárůst je z 5,8 % na 9,2 %. Podobně jako nyní i v roce 2012 přiznali častější užívání drog chlapci, nyní 14,7 % oproti 10,4 % u dívek, v roce 2012 však byl rozdíl mezi pohlavími větší: 15,4 % chlapců oproti 7,7 % u dívek. I v roce 2012 bylo zjištěno, že více než 2x týdně užívají nějakou drogu nejčastěji učni, došlo však k významnému poklesu, v roce 2012 tuto skutečnost uvedlo téměř 10 % učňů, nyní necelá 4 %. Zatímco v roce 2012 bylo zjištěno, že mládež žijící ve velkých městech nad 20 tisíc obyvatel bere nějakou drogu častěji než ostatní žáci (rozdíl v užívání byl o 7 %), v současné studii se toto nepotvrdilo.

### 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 žáků bylo celkem 120. 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 26 respondentů uvedlo, že užívají větší počet drog – 17 z nich uvedlo 2 různé druhy drog a 9 žáků pak 3 různé drogy (proto součet v tabulce uvedených procent je vyšší než 100 %). Ve výčtu jednoznačně převažuje užívání marihuany, uvedlo ji 114 respondentů, tj. 95 % z těch, kteří nějakou drogu v současnosti užívají, dále následují extáze (21 – 17,5 %) a pervitin (6 – 5,0 %).

Pokud bychom tato čísla přepočítali na celý soubor respondentů, tak zjistíme, že 11,9 % z dotázaných užívá v současnosti marihuanu, 2,2 % žáků pak extázi a 0,6 % pervitin.

Tabulka č. 68: Odpovědi na otázku „Pokud nějakou drogu v současnosti užíváte, o jaký druh drogy se jedná?“ v %

	počet v % z těch, kteří v současnosti nějakou drogu užívají
marihuana	95,0
extáze	20,0
pervitin	5,0
kokain	1,7
efedrin	1,7
těkavé látky	0,8
rajský plyn	0,8
LSD	0,8
DOB	0,8
lysohlávky	0,8

### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

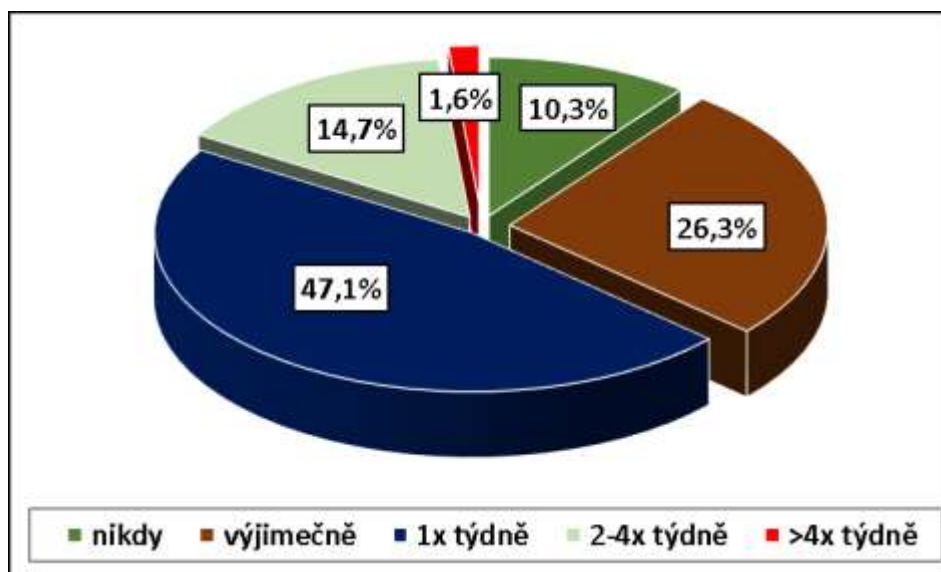
Podobně jako v roce 2012 výrazně převažuje užívání marihuany (tehdy téměř 99 %), výrazně více se nyní objevuje extáze (tehdy méně než 1 %), ale i pervitin (tehdy necelá 3 %). V roce 2012 nebyl ani jednou uveden kokain, efedrin, ani rajský plyn.

### 3.31 Jak často pijete alkohol?

Tabulka č. 69: Odpovědi na otázku „Jak často pijete alkohol?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
nikdy	10,3	12,4	8,4
výjimečně, např. 2 – 5 x za rok	26,3	19,9	32,4
občas, např. 2 – 4 x měsíčně nebo jednou týdně	47,1	44,7	49,4
2 – 4 x týdně	14,7	20,9	8,8
častěji než 4x týdně, případně každý den	1,6	2,1	1,0

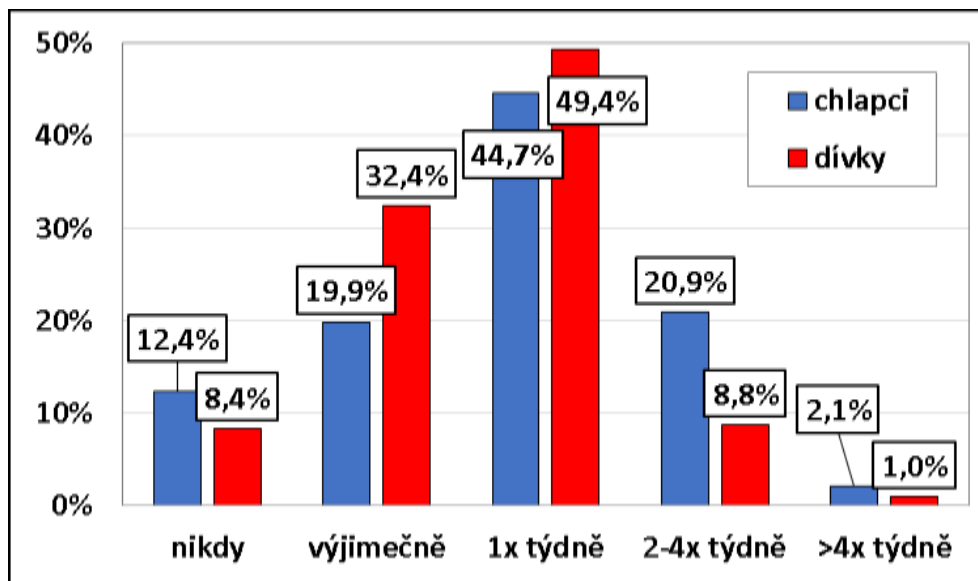
Graf č. 155: Odpovědi na otázku „Jak často pijete alkohol?“ v %



Studie ukazuje, že mezi oslovenou mládeží je desetina abstinujících, tj. těch, kteří odpověděli, že alkohol nepijí vůbec. Naopak 63 % mládeže pije alkohol minimálně 1x týdně a 16 % pak 2-4x týdně nebo i častěji. Většina mládeže, zhruba polovina, pak pije alkohol občas, např. několikrát za měsíc či jednou týdně.

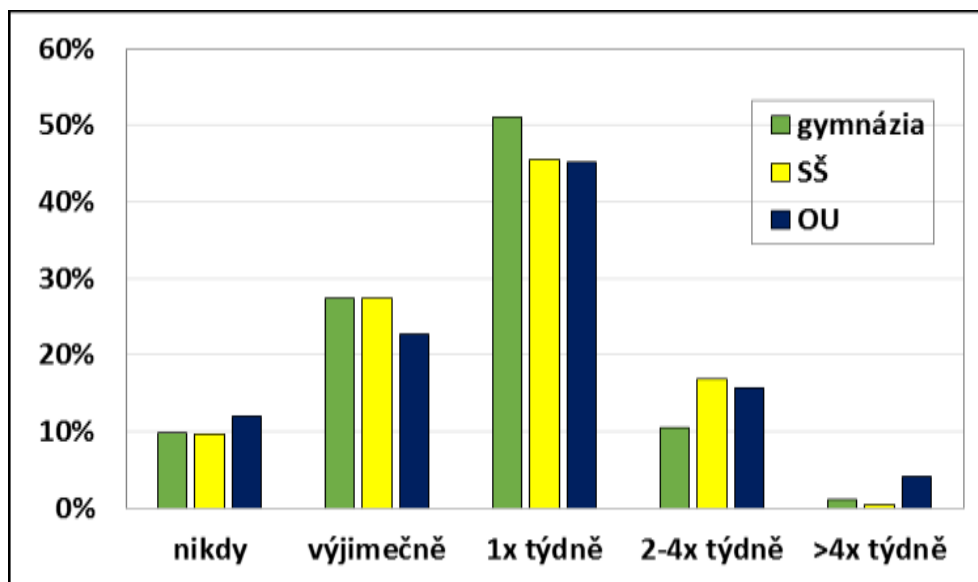
Zdá se, že alkohol stále zůstává více záležitostí mužů a chlapců, rozdíly mezi pohlavími existují, což ukazuje následující graf. Minimálně 2x týdně nebo i častěji pije alkohol 23 % chlapců oproti 10 % dívek. V souvislosti s tím je zajímavostí, že abstinujících dívek je méně – 8,4 % oproti 12,4 % chlapců. Výjimečné, příležitostné pití alkoholu uvedlo 20 % chlapců a více než 32 % dívek.

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



Žáci odborných učilišť pijí alkohol častěji a více než žáci ostatních středních škol. Minimálně 2x týdně pije alkohol pětina (19,9 %) učňů, 6 % pak dokonce pije alkohol častěji než 4x týdně. Žáci gymnázií pijí alkohol výrazně méně, necelých 12 % z nich pije minimálně 2x týdně a pouze 1 % pak každý den nebo alespoň 4x týdně. Zajímavostí možná je to, že mezi učni je současně i nejvíce abstinentů (12,0 % oproti 9,8 % na ostatních školách).

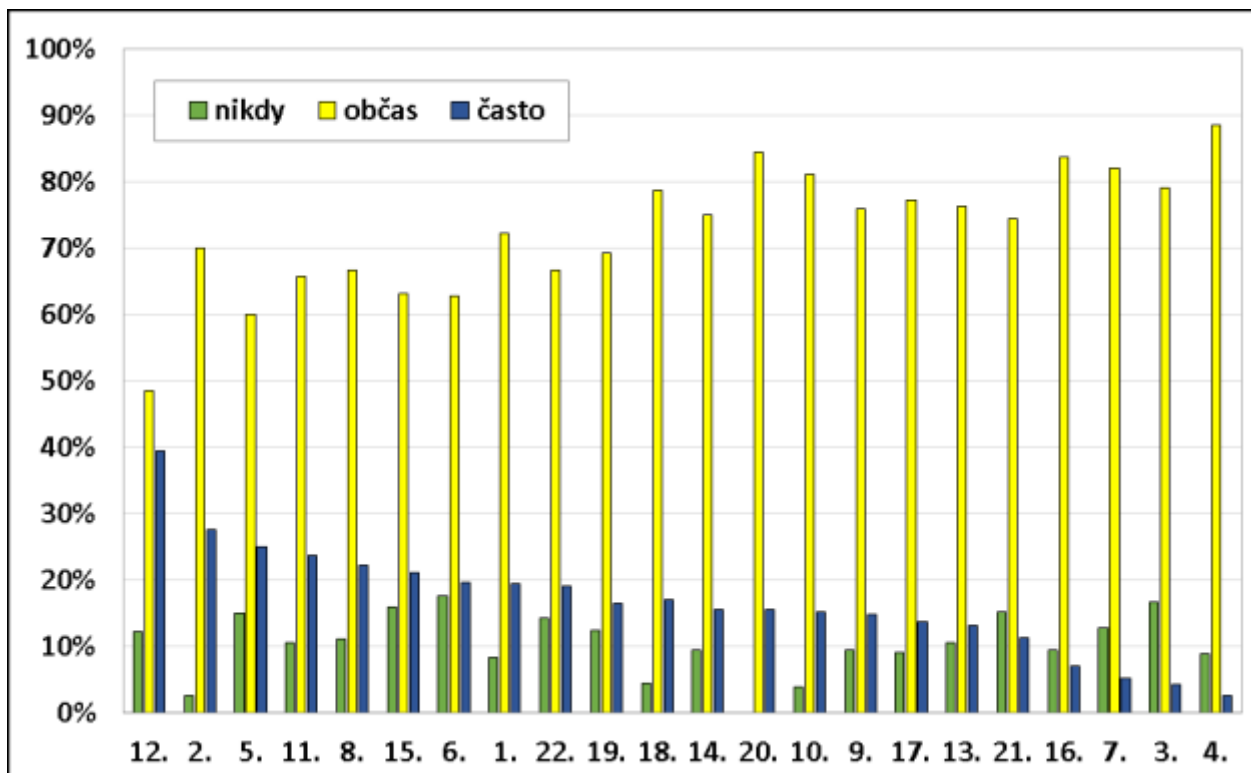
Graf č. 157: Odpovědi na otázku „Jak často pijete alkohol?“ podle typu škol v %



Ve srovnání jednotlivých škol jsme sloučili odpovědi „pijí výjimečně...“ a „pijí občas...“ do odpovědi „občas“ a odpovědi „pijí 2 – 4x týdně“ a „častěji než 4x týdně, případně každý den“ do odpovědi „často“. Školy jsme seřadili podle odpovědi „často“. Nejvíce, tzn. nejvíce „často“, pijí žáci ve škole č. 12, a to 40 % z nich. Na dalších dvou školách (č. 2 a 5) uvedla tuto odpověď více než čtvrtina respondentů. Nejnižší frekvenci častého pití nižší než 10 % uvedli žáci na školách č. 4, 3, 7 a 16. Na pěti školách byl počet abstinentů vyšší než 15 %, nejvíce pak na škole č. 6, a to 17,6 %.

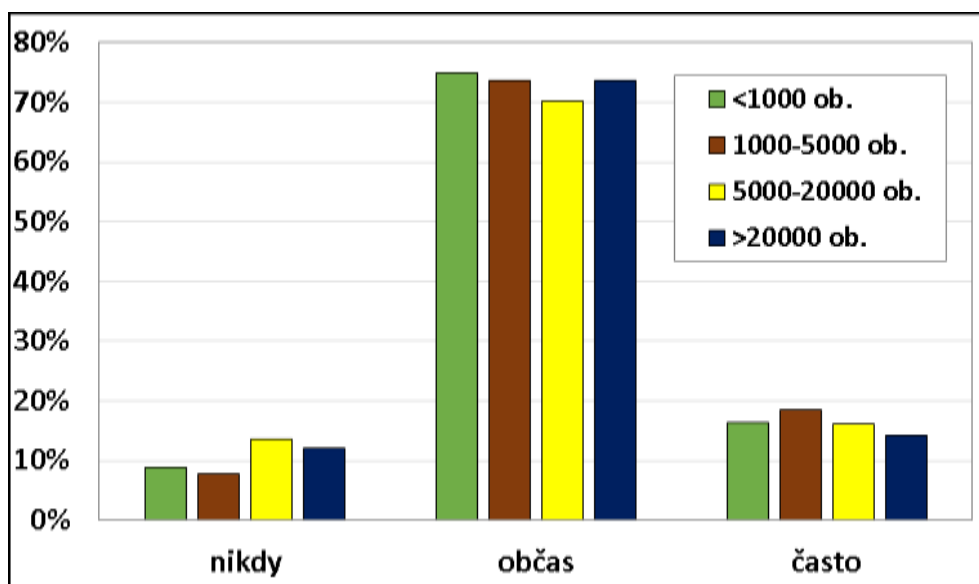


Graf č. 158: Odpovědi na otázku „Jak často pijete alkohol?“ podle jednotlivých škol v %



Rozdíly v pití alkoholu podle velikosti bydliště jsou velmi malé a nevýznamné, což dokládá další graf. Nejvíce abstinujících je mezi respondenty, kteří bydlí v sídlech mezi 5 – 20 tisíci obyvateli (13,5 %), naopak nejvíce (tzn. často) alkohol pijí žáci bydlící v sídlech mezi 1 – 5 tisíci obyvateli (18,6 %).

Graf č. 159: Odpovědi na otázku „Jak často pijete alkohol?“ podle bydliště v %



**Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:**

Poměrně výrazně se zvýšil počet abstinujících, resp. těch, kteří odpověděli „nikdy“ na otázku „Jak často pijete alkohol“. Takto odpověděla desetina respondentů, v roce 2012 pouze 3,3 %. Poklesl

i počet těch, co pijí alkohol pravidelně minimálně 2x týdně, a to z 20,0 % na 16,3 %. Pokles je větší u chlapců než u dívek, podobně je mezi chlapci v obou studiích i více abstinentů, nyní dokonce více než 12 % oproti necelým 4 % v roce 2012. Potvrdilo se, že žáci odborných učilišť pijí alkohol častěji a více než žáci ostatních středních škol. A podobně se potvrdilo, že nejvíce mládež pije alkohol občas, např. 1x týdně či podobně. Celkově však lze zaznamenat mírně pozitivní trend.

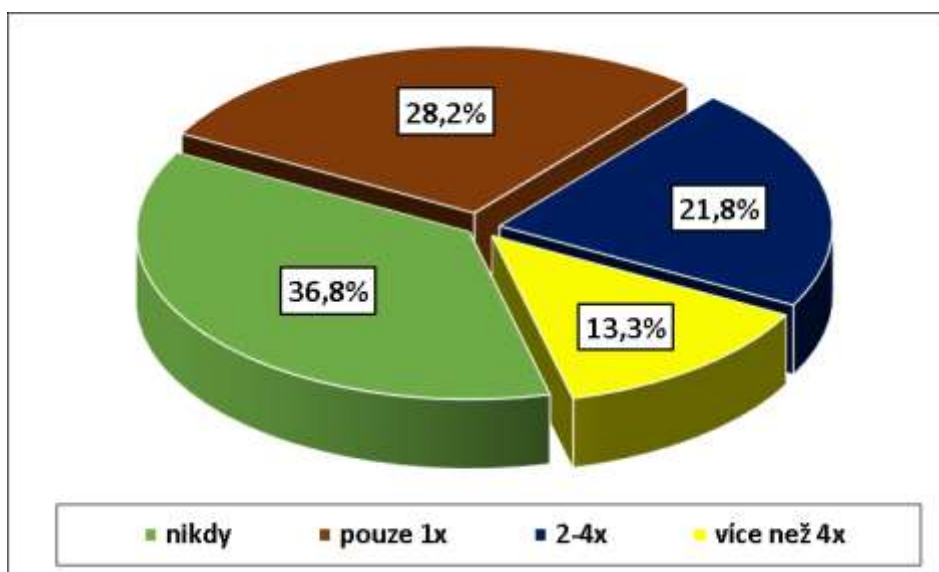
### 3.32 Kolikrát jste byl/a v posledním půl roce, tj. v posledních šesti měsících, opilý/á (tak, že Vám bylo druhý den špatně)?

Tabulka č. 70: 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	36,8	33,2	40,1
pouze 1x	28,2	24,9	31,2
2-4x	21,8	27,1	16,9
více než 4x	13,3	14,9	11,8

Pouze necelých 37 % žáků z druhých ročníků středních škol v Kraji Vysočina nebylo v posledním půlroce ani jednou opilá tak, že by jim bylo druhý den špatně. Naopak více než třetina (35,1 %) z nich byla za pouhý půlrok opilá více než 2x a dokonce 13,3 % mládeže přiznalo, že takto opilá byla více než 4x.

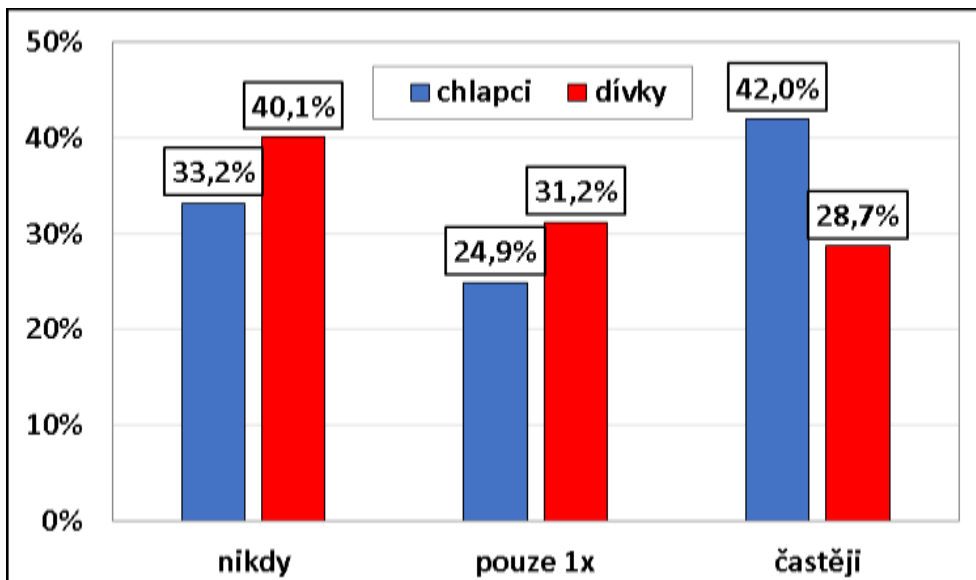
Graf č. 160: Odpovědi na otázku „Kolikrát jste byl/a v posledním půl roce, tj. v posledních šesti měsících, opilý/á (tak, že Vám bylo druhý den špatně)?“ v %



Chlapci se bohužel „snažili“ mnohem více – výrazně vyšší procento z nich bylo v posledním půlroce opilých, než tomu bylo u dívek, což dokládá jak předchozí tabulka, tak i následující graf, kde jsme sloučili pro lepší přehlednost dvě odpovědi, a to „2-4x“ a „více než 4x“ do odpovědi

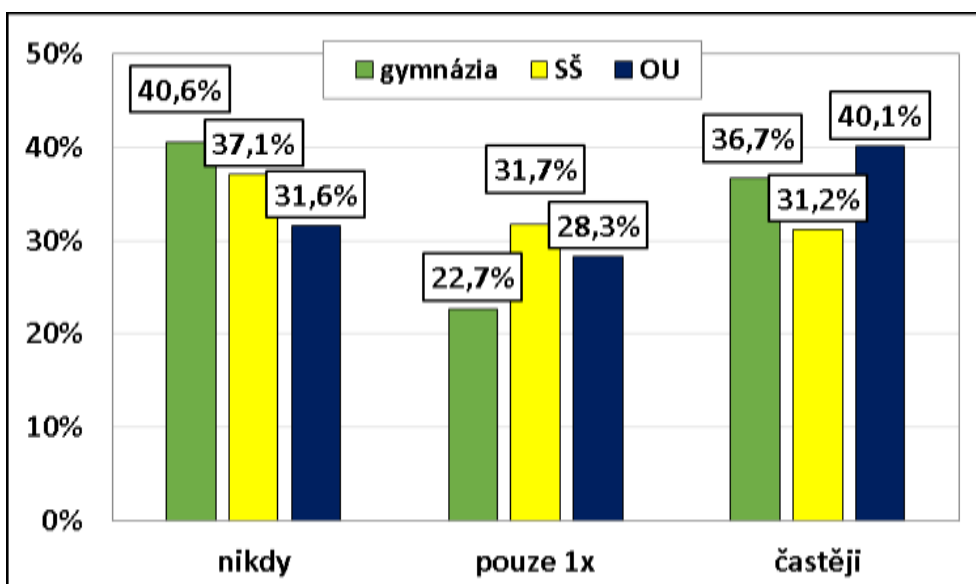
„častěji“. Častěji než 1x týdně, tj. minimálně 2x, se v posledním půlroce opilo (tak, že jim bylo druhý den špatně) 42 % chlapců oproti 29 % dívek. Ani jednou se za poslední půlrok neopila pouze třetina chlapců a 40 % dívek.

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 pohlaví v %



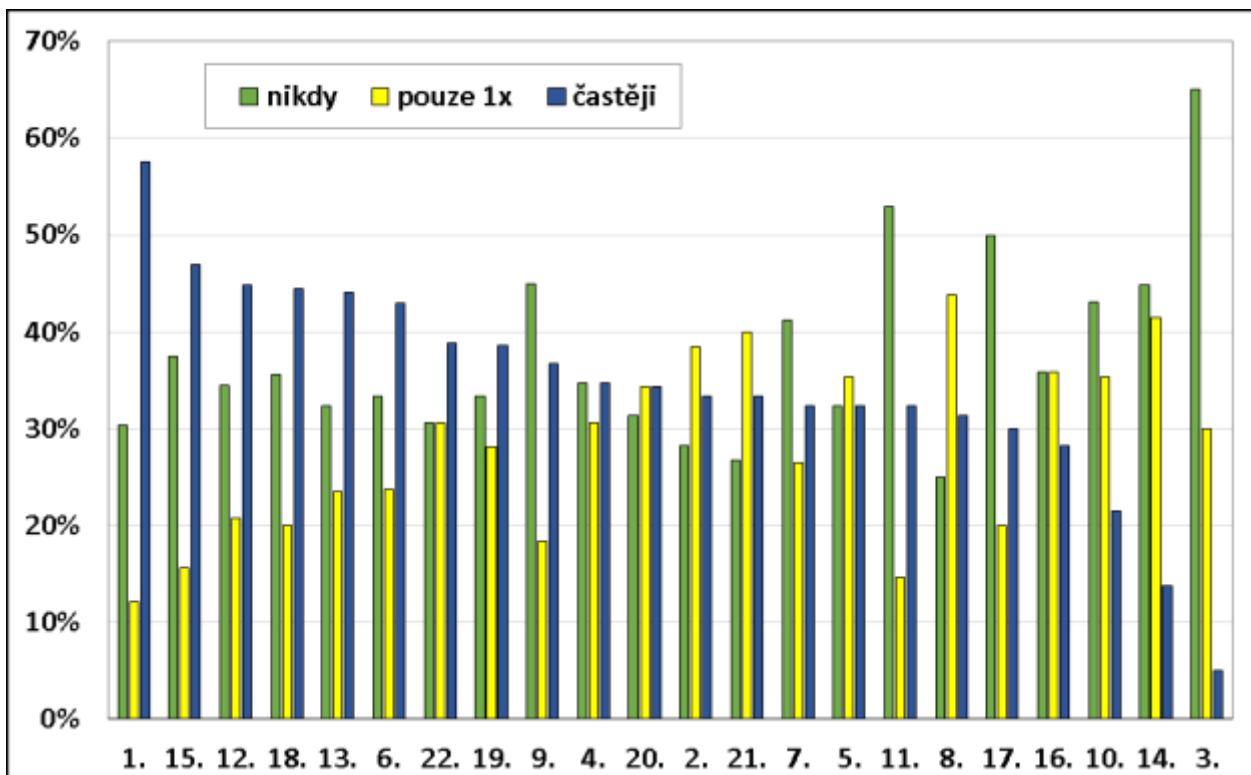
Žáci odborných učilišť se opijejí častěji než žáci z jiných středních škol. Sedm z deseti (68,4 %) učňů se za poslední půl rok opilo alespoň jednou tak, že jim bylo druhý den špatně, čtyři z deseti (40,1 %) se pak takto opila více než 4x. Nejméně se opijejí gymnazisté – alespoň jednou se za poslední půl rok opilo 59 % z nich, u žáků z ostatních SŠ to bylo 63 %.

Graf č. 162: 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 %

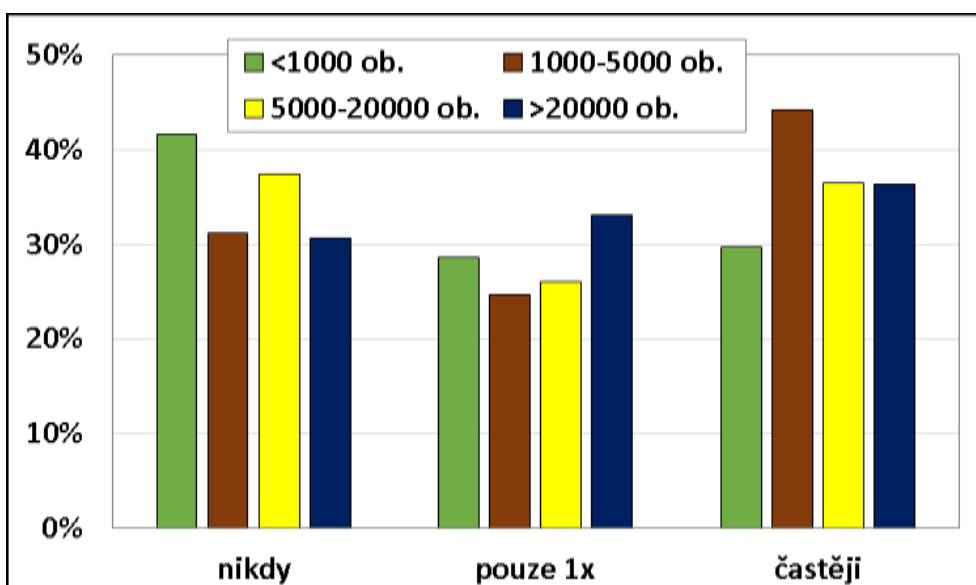


I ve srovnání jednotlivých škol jsme sloučili dvě odpovědi stejně jako u výsledků podle pohlaví a typu škol a seřadili jsme školy podle frekvence „častějšího opití“, tj. minimálně 2x za poslední půl rok. V jediné škole (č. 1) uvedla více než polovina respondentů, že se za toto období opilo vícekrát. Ve dvou školách (č. 3 a 14) bylo takto často opilých žáků méně než pětina, v další škole (č. 10) pak méně než čtvrtina.

Graf č. 163: 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 %



Graf č. 164: 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 %



Jak je vidět z předcházejícího grafu, nejvíce se často (tj. minimálně 2x za poslední půlrok) opili mladí lidé bydlící v sídlech o velikosti 1 000 až 5 000 tisíc obyvatel – tuto skutečnost uvedlo 44 % zde bydlících žáků oproti 30 % respondentů bydlících v obcích do tisíce obyvatel. V těchto malých sídlech byl i nejvyšší podíl těch, kteří se v posledním půlroce vůbec neopili (41,6 %) oproti největším městům (nad 20 000 obyvatel), kde byl tento podíl nejnižší (30,6 %).

### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Ani jednou nebylo v posledním půlroce opilých tak, že by jim bylo druhý den špatně, 37 % respondentů, v roce 2012 se jednalo o necelých 30 % žáků. Naopak opilost v posledních šesti měsících více než 4x přiznalo nyní 13 % mládeže, v první studii téměř pětina z oslovených. Zajímavostí je, že tento pozitivní úbytek opilosti jde mnohem více na vrub chlapcům, zde poklesl počet z 27 % na 15 %, kdežto u dívek byl v obou studiích zjištěn vždy zhruba stejný počet, a to 12 %.

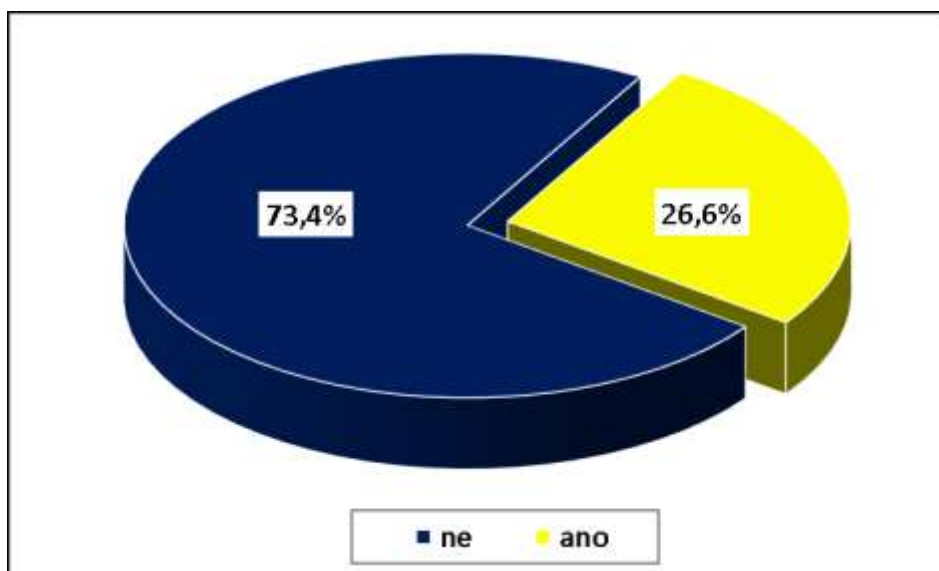
### 3.33 Jel jste někdy v autě s řidičem, o němž jste věděl, že před jízdou požil alkohol či drogu?

Tabulka č. 71: Odpovědi na otázku „Jel jste někdy v autě s řidičem, o němž jste věděl, že před jízdou požil alkohol či drogu?“ v %

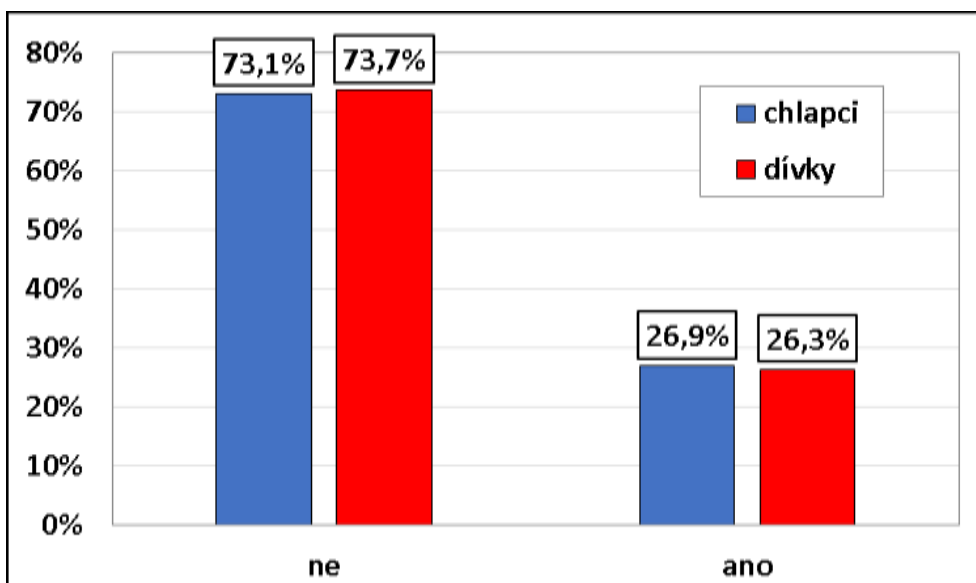
	celkem	chlapci	dívky
ne	73,4	73,1	73,7
ano	26,6	26,9	26,3

Do anonymního dotazníku byla oproti studii realizované v roce 2012 zařazena navíc otázka, týkající se zkušenosti s jízdou v autě s řidičem, o kterém respondent věděl, že před jízdou požil alkohol či drogu. Více než čtvrtina (26,6 %) respondentů uvedla, že tuto životní zkušenost mají. Rozdíl mezi chlapci a dívkami nebyl prakticky žádný.

Graf č. 165: Odpovědi na otázku „Jel jste někdy v autě s řidičem, o němž jste věděl, že před jízdou požil alkohol či drogu?“ v %

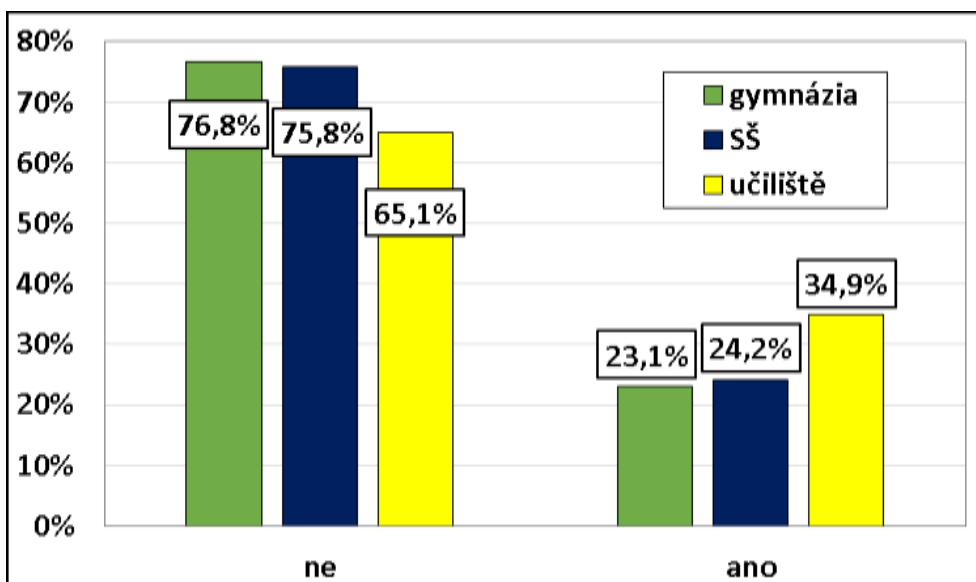


Graf č. 166: Odpovědi na otázku „Jel jste někdy v autě s řidičem, o němž jste věděl, že před jízdou požil alkohol či drogu?“ podle pohlaví v %



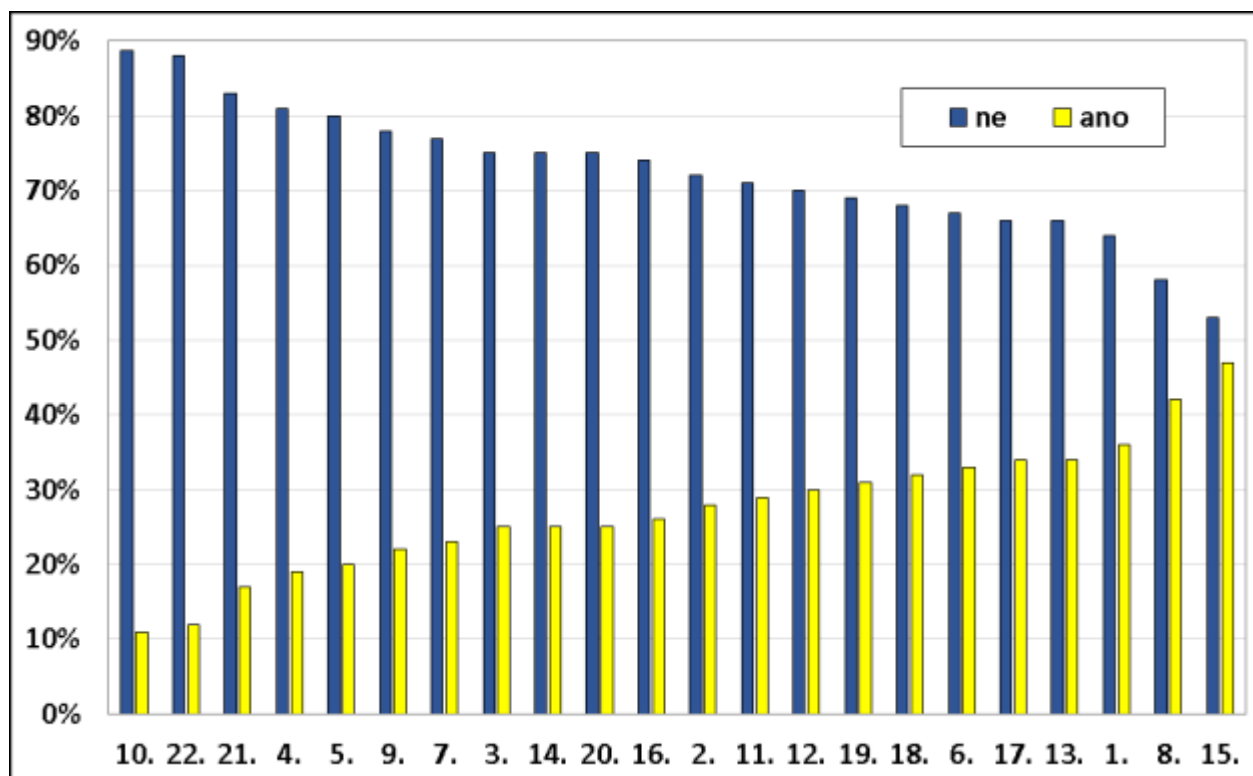
Rozdíly mezi žáky jednotlivých typů středních škol byly zjištěny v tom smyslu, že učni mají zkušenosti s jízdou v autě s řidičem, o kterém věděli, že před jízdou požil alkohol či drogu, výrazně vyšší (35 %) než žáci z ostatních škol vč. gymnázií (24 %).

Graf č. 167: Odpovědi na otázku „Jel jste někdy v autě s řidičem, o němž jste věděl, že před jízdou požil alkohol či drogu?“ podle typu škol v %



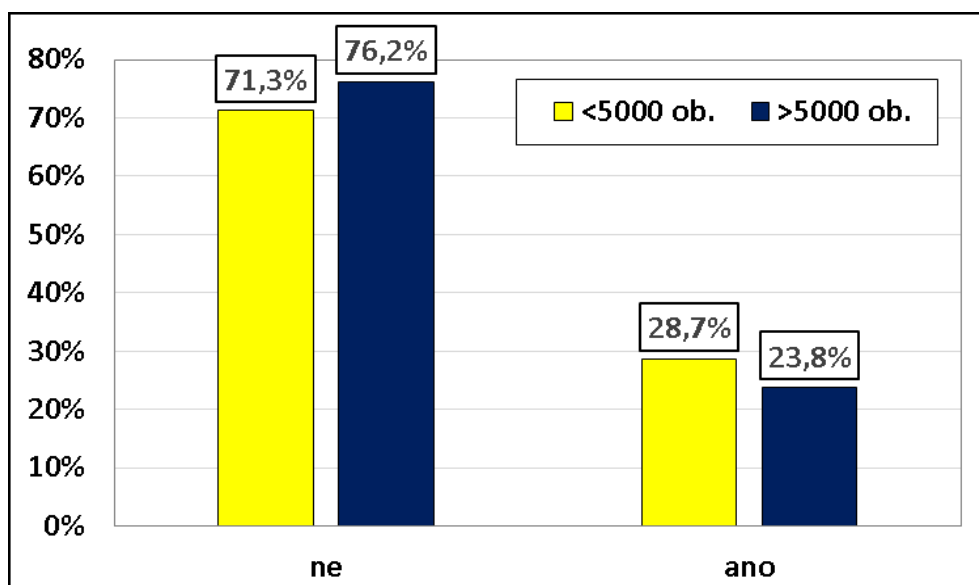
Značné rozdíly jsou opět v odpovědích žáků jednotlivých škol. V pěti školách má zkušenost s jízdou v autě méně než pětina respondentů, kteří před jízdou věděli, že řidič požil alkohol či drogu – nejméně těchto žáků bylo ve škole č. 10, a to 11,3 %. Naopak ve dvou školách bylo s touto zkušeností více než 40 % respondentů, nejvíce pak ve škole č. 15, a to 47,4 %.

Graf č. 168: Odpovědi na otázku „Jel jste někdy v autě s řidičem, o němž jste věděl, že před jízdou požil alkohol či drogu?“ podle jednotlivých škol v %



Častější zkušenost s jízdou v autě s řidičem, o kterém věděli, že před jízdou požil alkohol či drogu mají žáci z menších sídel trvalého bydliště. V obcích do pěti tisíc obyvatel má tuto zkušenost 28,7 % respondentů, zatímco ve městech větších, tj. tam kde žije více než 5 000 obyvatel, má tuto zkušenost za sebou 23,8 %.

Graf č. 169: Odpovědi na otázku „Jel jste někdy v autě s řidičem, o němž jste věděl, že před jízdou požil alkohol či drogu?“ podle bydliště v %



### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Tato otázka nebyla pro respondenty v roce 2012 zařazena do dotazníku, proto nelze výsledky srovnat.

### 3.34 Měl/a jste již pohlavní styk?

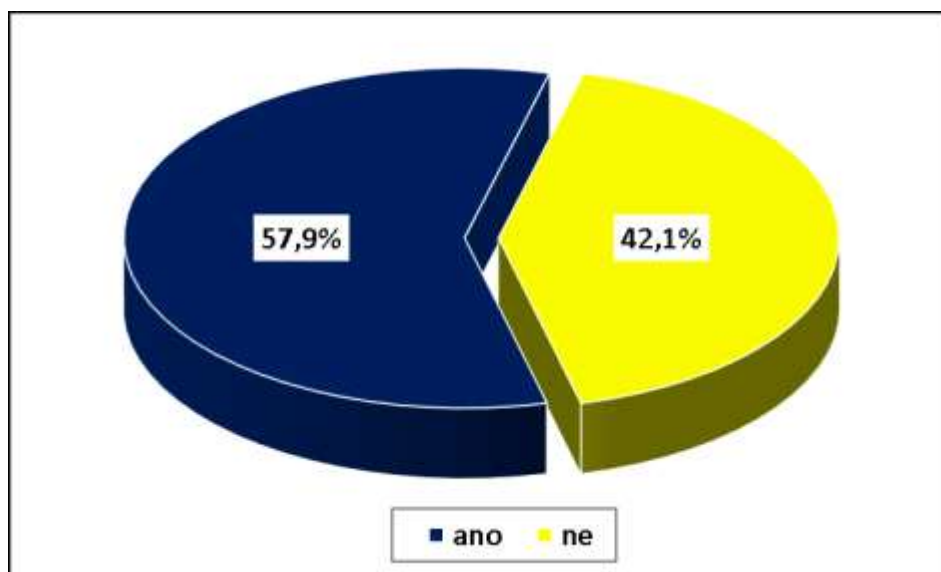
Tato a dvě další otázky se v dotazníku týkaly zkušeností a chování v oblasti sexuálního života.

Tabulka č. 72: Odpovědi na otázku „Měl/a jste již pohlavní styk?“ v %

	celkem	chlapci	dívky
ano	57,9	53,9	61,6
ne	42,1	46,1	38,4

Na otázku „Měl/a jste již pohlavní styk“ odpovědělo kladně 58 % oslovených žáků středních škol v Kraji Vysočina. Naopak 42 % respondentů uvedlo, že sexuální zkušenost v tomto věku dosud nemá.

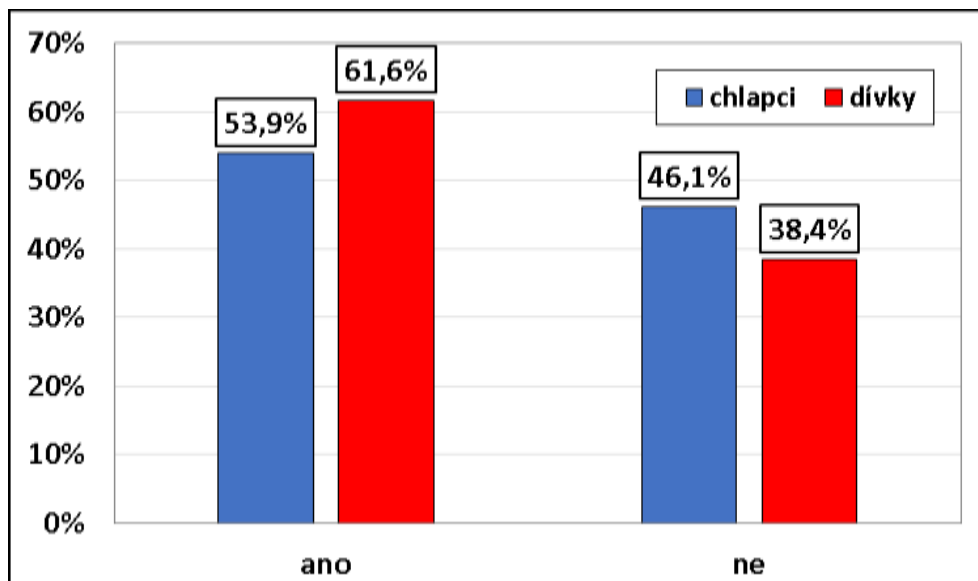
Graf č. 170: Odpovědi na otázku „Měl/a jste již pohlavní styk?“ v %



Rozdíl mezi dívkami a chlapci v sexuálních zkušenostech je poměrně zřetelný, alespoň jeden pohlavní styk již mělo 62 % dívek a 54 % chlapců.

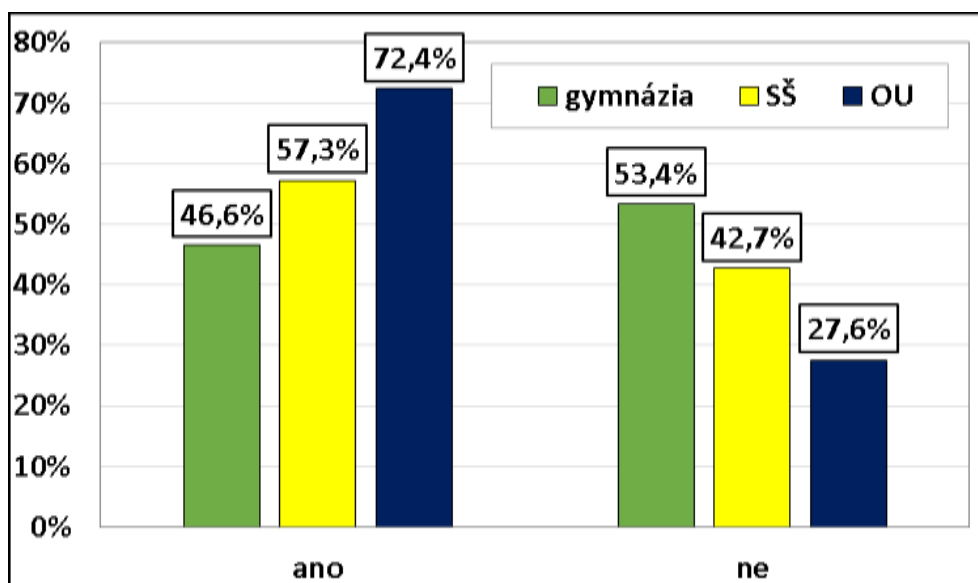


Graf č. 171: Odpovědi na otázku „Měl/a jste již pohlavní styk?“ podle pohlaví v %



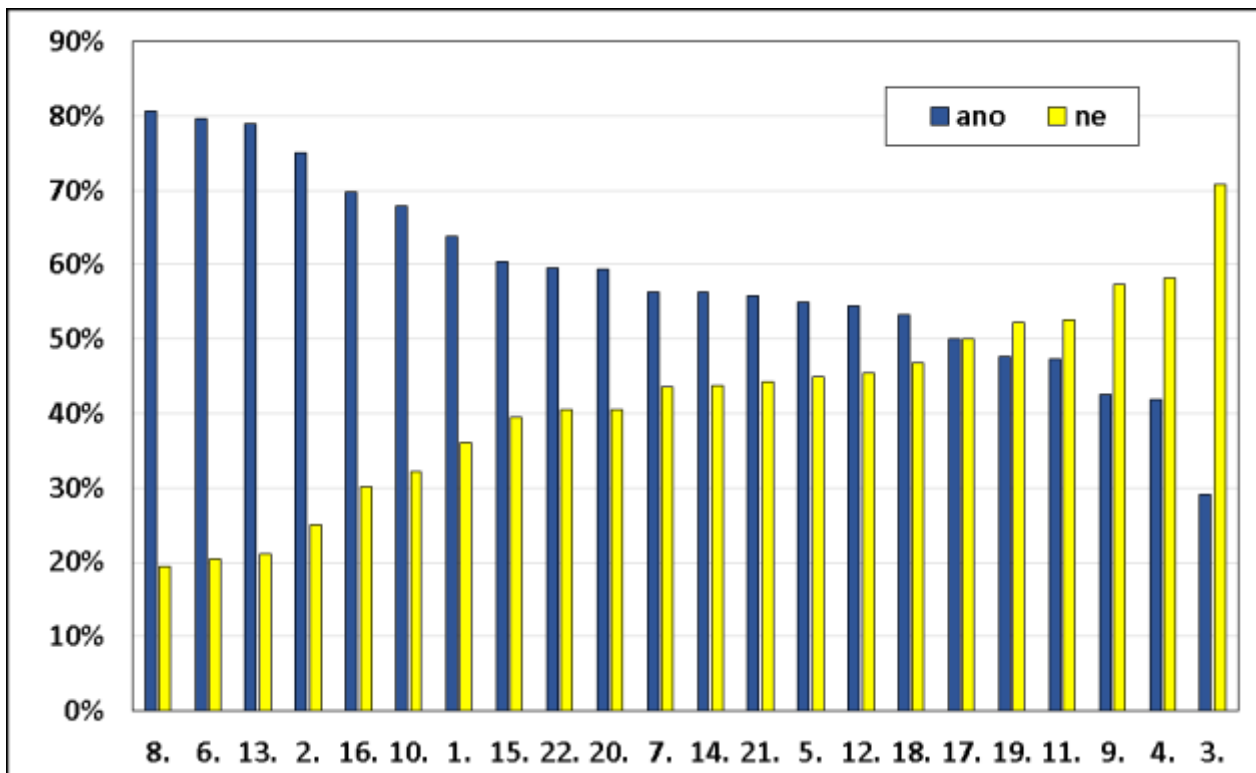
Rozdíly mezi žáky v jednotlivých typech středních škol jsou značné. Největší sexuální zkušenosti mají žáci odborných učilišť – 72 % z nich má v tomto věku za sebou alespoň jeden pohlavní styk, podobnou zkušenost má 57 % žáků z tzv. ostatních SŠ a necelá polovina (47 %) gymnazistů.

Graf č. 172: Odpovědi na otázku „Měl/a jste již pohlavní styk?“ podle typu škol v %



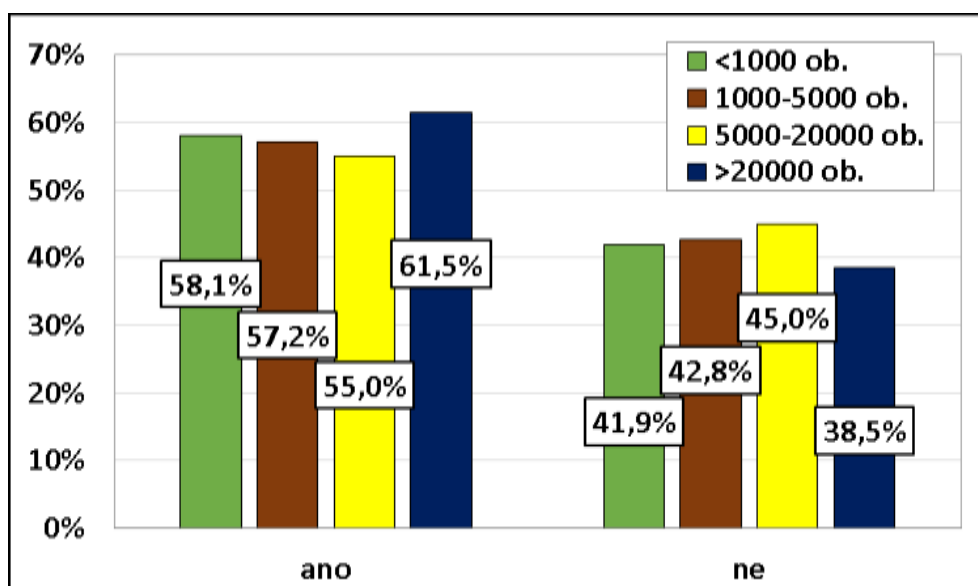
Na čtyřech školách (č. 8, 6, 13 a 2) uvedly více než tři čtvrtiny žáků druhých ročníků SŠ, že již mělo pohlavní styk, naopak na pěti školách (č. 3, 4, 9, 11 a 19) uvedla tuto skutečnost méně než polovina žáků, nejméně pak na SŠ č. 3 (29,2 %).

Graf č. 173: Odpovědi na otázku „Měl/a jste již pohlavní styk?“ podle jednotlivých škol v %



Studii nebylo zjištěno, že by velikost sídla, kde žáci bydlí, měla vliv na to, zda již měli pohlavní styk, rozdíly podle velikosti bydliště jsou nevýznamné. Nejvíce sexuální zkušeností uvedli respondenti bydlící ve velkých městech nad 20 tisíc obyvatel (62 % již mělo pohlavní styk), naopak nejméně ti, co bydlí ve městech velikostí mezi 5 – 20 tisíci obyvateli (pohlavní styk již mělo 55 % z nich).

Graf č. 174: Odpovědi na otázku „Měl/a jste již pohlavní styk?“ podle bydliště v %



### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

Těch respondentů, kteří přiznali, že již mají za sebou alespoň jeden pohlavní styk, bylo v této studii 58 %, ve studii v roce 2012 o něco více, 64 %. Podobné rozdíly byly zjištěny u chlapců i dívek. Stejně jako v první studii, i při této bylo prokázáno, že nejvyšší procento žáků bez sexuální zkušenosti navštěvuje gymnázia, naopak nejnižší odborná učiliště. Ani jednou studií nebylo zjištěno, že by velikost sídla, kde žáci bydlí, měla vliv na to, zda již měli či neměli pohlavní styk.

### 3.35 Kolik jste měl/a/ dosud sexuálních partnerů?

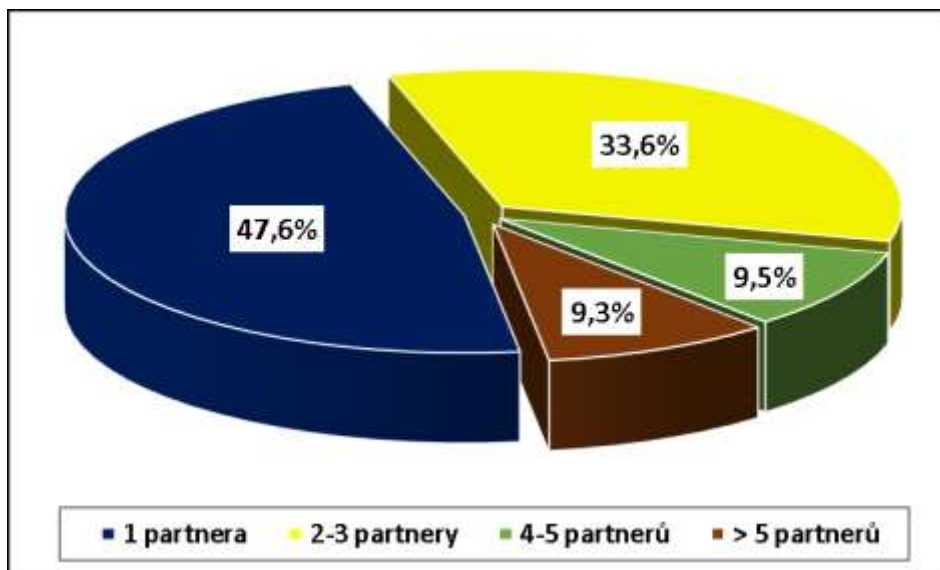
Na tuto otázku odpovídali pouze respondenti, kteří na předchozí otázku odpověděli kladně, tzn., že uvedli, že již měli pohlavní styk (s výjimkou třech žáků, kteří na tuto otázku neodpověděli, ač uvedli, že již měli pohlavní styk). Na tuto otázku proto odpovědělo celkem 550 (57,3 %) respondentů, z toho bylo 251 chlapců (53,6 % ze souboru chlapců) a 299 dívek (61,4 % z celkového počtu dívek).

Tabulka č. 73: Odpovědi na otázku „Kolik jste měl/a/ dosud sexuálních partnerů?“ v % (n=550)

	celkem	chlapci	dívky
<b>1 partnera</b>	47,6	49,0	46,5
<b>2 – 3 partnery</b>	33,6	28,7	37,8
<b>4 – 5 partnerů</b>	9,5	9,6	9,4
<b>více než 5 partnerů</b>	9,3	12,7	6,4

Z těch, co uvedli, že již měli pohlavní styk, jich necelá polovina (47,5 %) měla jednoho partnera a více než polovina (52,4 %) pak partnerů více. Více než 4 partnery ve svém mladém věku měla téměř pětina (18,8 %) žáků z těch, co již měli pohlavní styk.

Graf č. 175: Odpovědi na otázku „Kolik jste měl/a/ dosud sexuálních partnerů?“ v % (n=550)

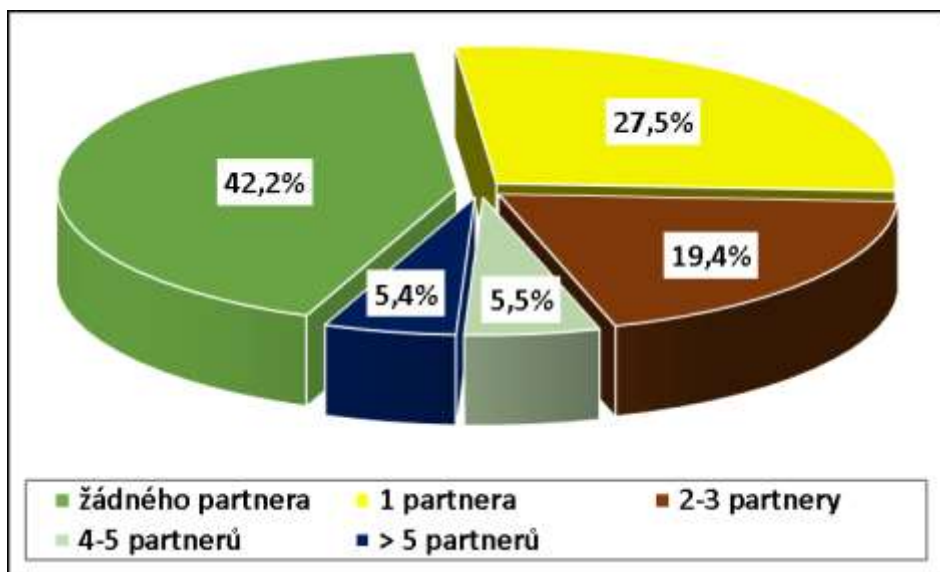


Pokud uvedené počty přepočteme na celý soubor naší studie (tj. n = 952) a doplníme počty těch, co doposud neměli pohlavní styk (tj. žádného partnera), dostaneme přesnější obrázek o sexuálních zkušenostech šestnáctiletých. Čtyři z deseti (42,1 %) žáků 2. ročníků SŠ doposud nemělo pohlavní styk, 28 % mělo dosud jednoho sexuálního partnera, téměř pětina (19,4 %) žáků měla dva až tři partnery, 5,5 % má pak za sebou sexuální zkušenosti se čtyřmi partnery a stejný počet dokonce s více než pěti partnery.

Tabulka č. 74: Odpovědi na otázku „Kolik jste měl/a/ dosud sexuálních partnerů?“ v % (n=952)

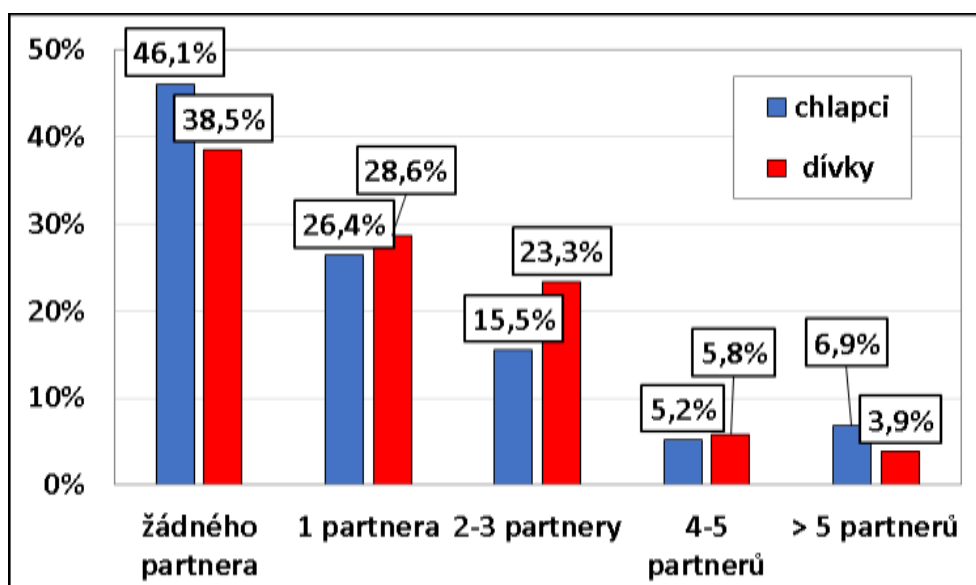
	celkem	chlapci	dívky
žádného partnera	42,2	46,1	38,5
1 partnera	27,5	26,4	28,6
2 – 3 partnery	19,4	15,5	23,3
4 – 5 partnerů	5,5	5,2	5,8
více než 5 partnerů	5,4	6,9	3,9

Graf č. 176: Odpovědi na otázku „Kolik jste měl/a/ dosud sexuálních partnerů?“ v % (n=952)



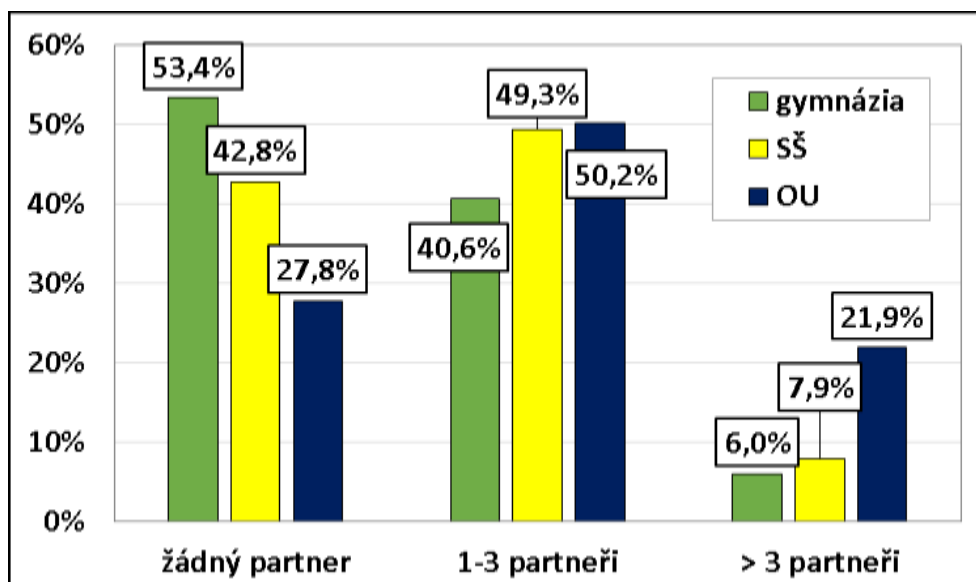
Mezi dívkami a chlapci byly zjištěny určité rozdíly, které jsou zřetelné z předcházející tabulky i následujícího grafu. Jak již bylo uvedeno, větší procento dívek mělo již (alespoň jeden) pohlavní styk. Dívky oproti chlapcům mají častěji jednoho nebo maximálně 3 partnery, v součtu jich takto časté sexuální zkušenosti uvedlo 52 % oproti 42 % chlapců. Chlapci střídají při sexu své partnerky častěji než dívky své partnery, více než 5 sexuálních partnerů uvedlo 3,9 % dívek oproti 6,9 % chlapců.

Graf č. 177: Odpovědi na otázku „Kolik jste měl/a/ dosud sexuálních partnerů?“ podle pohlaví v % (n=952)



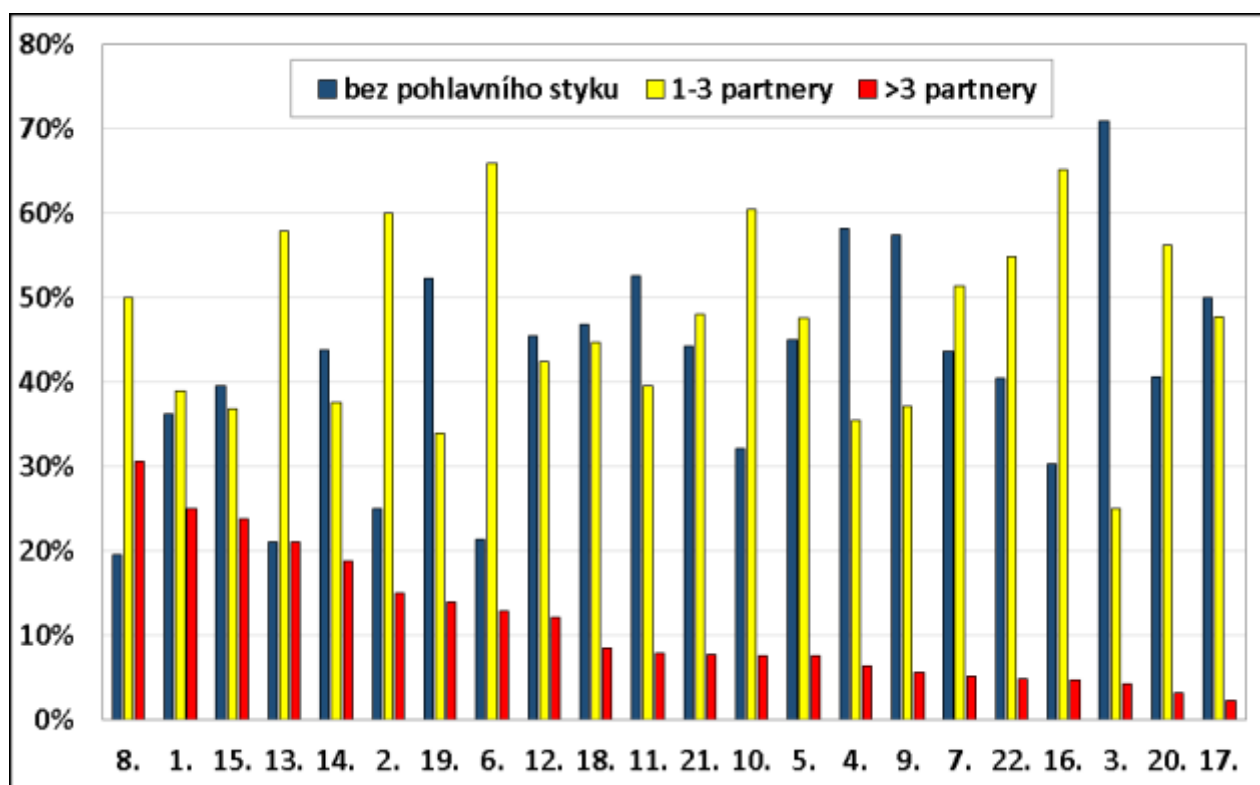
Rozdíly mezi žáky z jednotlivých typů škol jsou poměrně značné. Zřetelnější a přehlednější jsou, pokud sloučíme v dotazníku pět možných odpovědí do tří možností (viz následující graf). Více než tři sexuální partnery již ve 2. ročníku SŠ mělo 6 % gymnazistů, 8 % žáků z tzv. ostatních SŠ a 22 % učňů. Naopak doposud žádného sexuálního partnera nemělo 53 % gymnazistů, 43 % žáků z ostatních SŠ a 28 % žáků odborných učilišť.

Graf č. 178: Odpovědi na otázku „Kolik jste měl/a/ dosud sexuálních partnerů?“ podle typu škol v % (n=952)



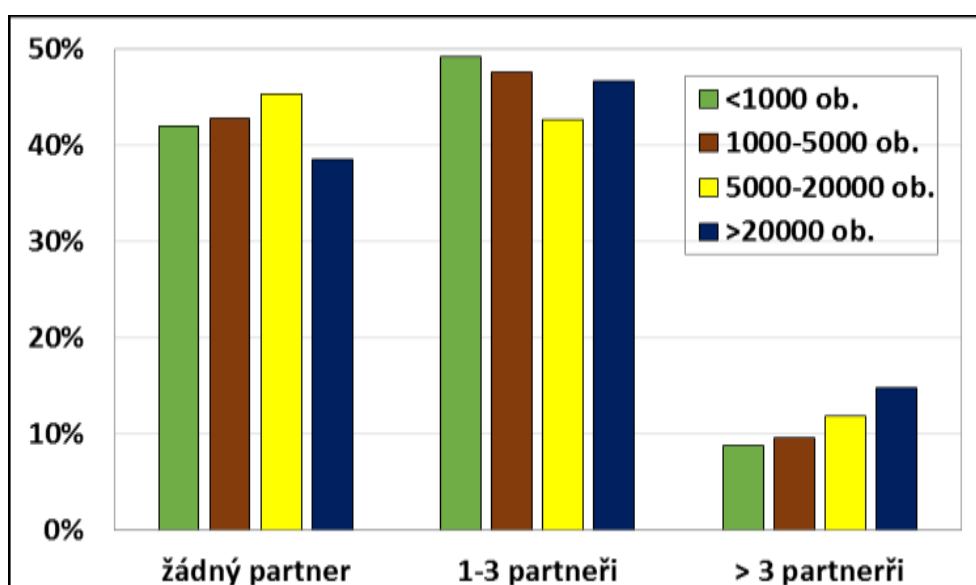
Ve dvou školách (č. 8 a 1) uvedla více než čtvrtina respondentů (z celého souboru), že měli více než tři sexuální partnery, na dalších dvou školách (č. 15 a 13) se jednalo o více než pětinu žáků.

Graf č. 179: Odpovědi na otázku „Kolik jste měl/a/ dosud sexuálních partnerů?“ podle jednotlivých škol v % (n=550)



Z těch žáků, co uvedli, že již měli pohlavní styk (n = 550), měli výrazně více sexuálních partnerů (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%).

Graf č. 180: Odpovědi na otázku „Kolik jste měl/a/ dosud sexuálních partnerů?“ podle bydliště v % (n=866)



Rozdíly v odpovědích na počet sexuálních partnerů podle velikosti trvalého bydliště jsou poměrně zřetelné. Procento těch, co měli v životě více než 3 sexuální partnery narůstá s velikostí jejich

trvalého bydliště. Více než 3 partnery mělo ve svém mladém věku 15 % z těch, co bydlí ve městech větších než 20 tis. obyvatel, naopak tolik partnerů ve svém životě mělo necelých 9 % respondentů, kteří bydlí v obcích menších než tisíc obyvatel.

### Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:

V této studii přiznalo 11 % respondentů, že mělo pohlavní styk již s minimálně 4 různými partnery, ve studii v roce 2012 se jednalo 15 % žáků druhých ročníků SŠ. Podobný pokles registrujeme u chlapců, a to ze 17 % na 12 %, i u dívek, ze 14 % na 10 %. Největší sexuální zkušenosti mají žáci odborných učilišť, bylo to prokázáno v obou studiích, v té první přiznalo pohlavní styk se čtyřmi a více partnery 30 % učňů, nyní 22 %. V obou studiích bylo shodně zjištěno, že procento těch, co měli v životě více než 3 sexuální partnery narůstá s velikostí jejich trvalého bydliště.

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

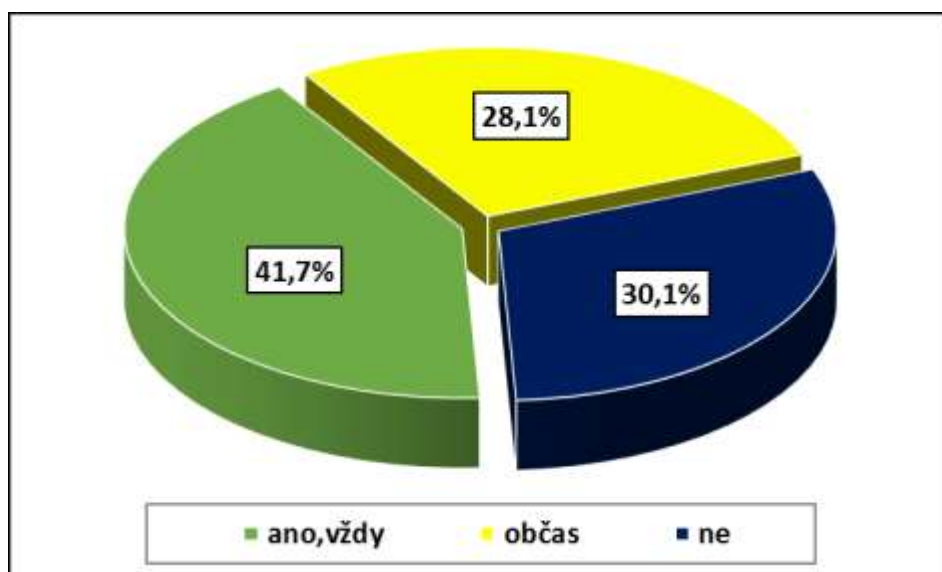
Tato otázka byla směřována na bezpečné sexuální chování, na používání kondomu, tj. na používání ochrany nejen před početím, ale především před možnou nákazou HIV virem či před nákazou dalšími, sexuální cestou přenosnými, nákazami, vč. virových hepatitid.

Na otázku odpovídali pouze ti, kteří předtím odpověděli, že již měli pohlavní styk – odpovídalo celkem 551 respondentů (2 neodpověděli).

Tabulka č. 75: Odpovědi na otázku „Pokud máte s někým pohlavní styk, používáte kondom (prezervativ)?“ v % (n=551)

	celkem	chlapci	dívky
ano, vždy	41,7	48,8	35,8
občas	28,1	32,5	24,4
ne	30,1	18,7	39,8

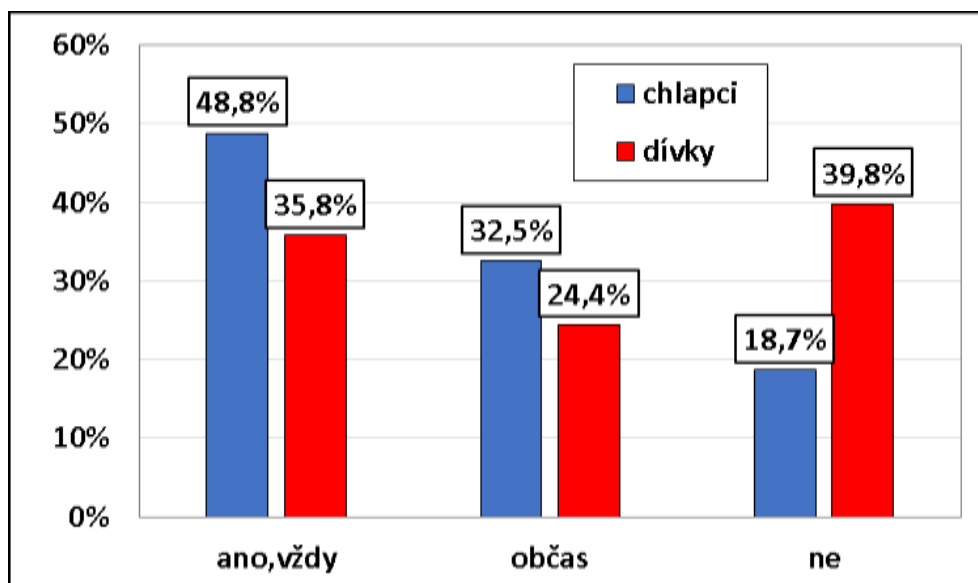
Graf č. 181: Odpovědi na otázku „Pokud máte s někým pohlavní styk, používáte kondom (prezervativ)?“ v %



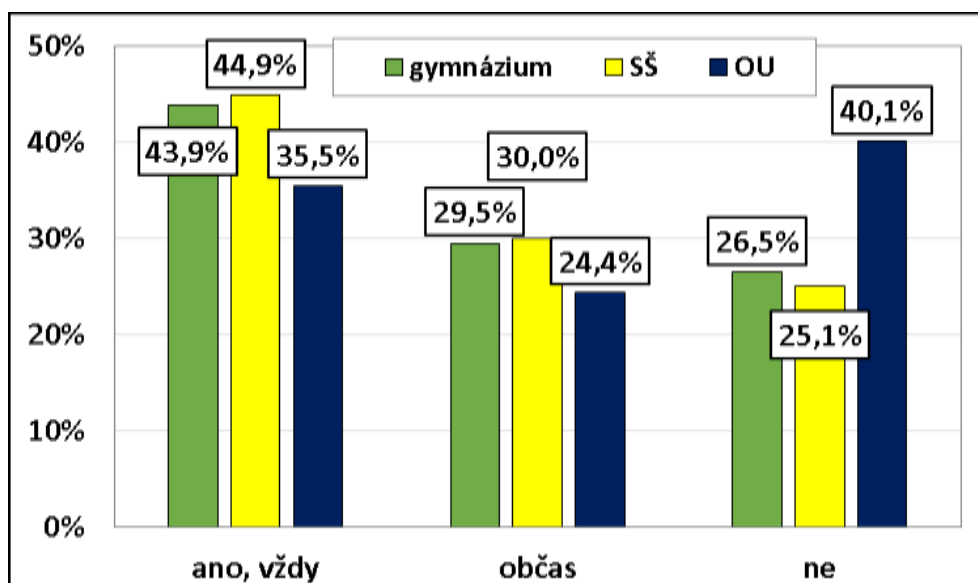
Kondom vždy při pohlavním styku používá jen necelých 42 % mládeže z 2. ročníků středních škol, 30 % pak nepoužívá kondom vůbec.

Určitou zvláštností jsou značné rozdíly v odpovědích respondentů podle pohlaví. Dívky uvedly výrazně častěji to, že kondom nepoužívají vůbec. Zatímco tuto skutečnost uvedlo necelých 19 % chlapců, tak dívek, které vůbec nepoužívají při pohlavním styku kondom, je téměř 40 %. Vždy, tj. při každém pohlavním styku, používá kondom 49 % chlapců, ale jen 36 % dívek.

Graf č. 182: Odpovědi na otázku „Pokud máte s někým pohlavní styk, používáte kondom (prezervativ)?“ podle pohlaví v %



Graf č. 183: Odpovědi na otázku „Pokud máte s někým pohlavní styk, používáte kondom (prezervativ)?“ podle typu škol v %



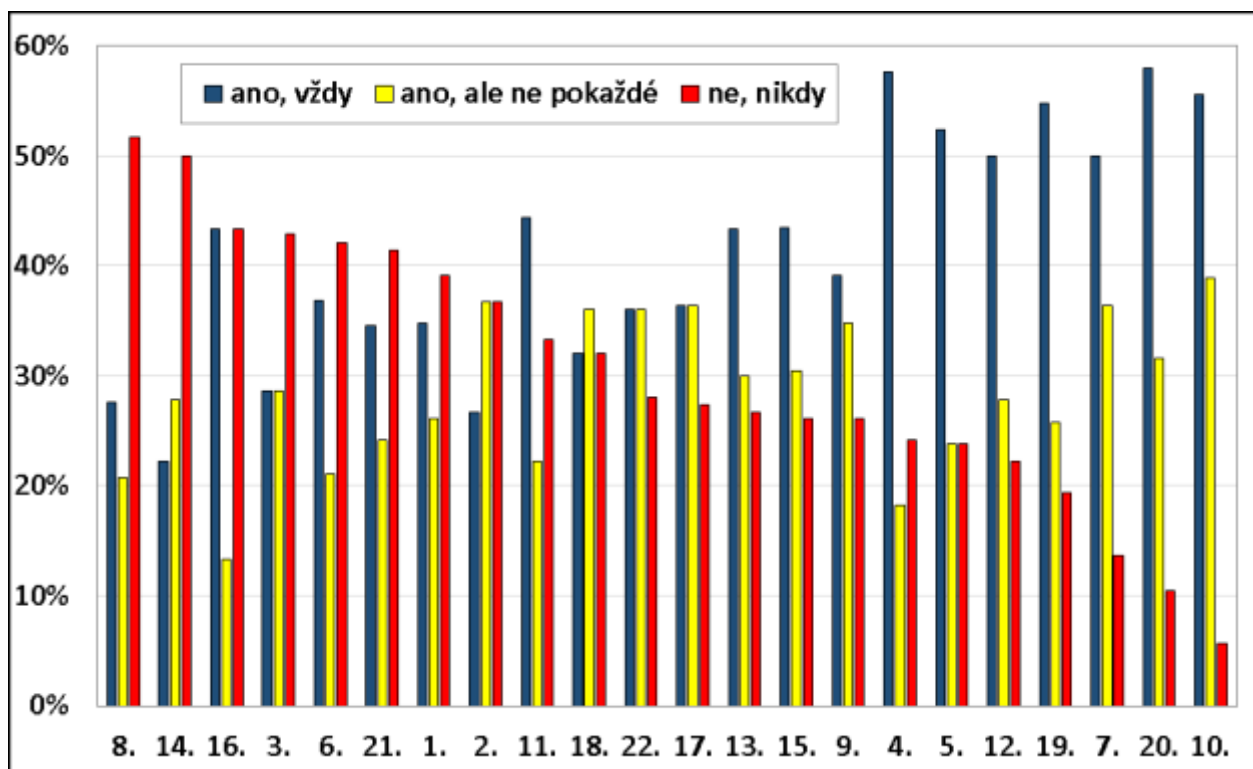
Nejčastěji „vždy“ používají kondom při pohlavním styku žáci z tzv. ostatních středních škol (45 % z nich), je to výrazně častěji, než tak činí žáci odborných učilišť (35,5 %). Současně učni



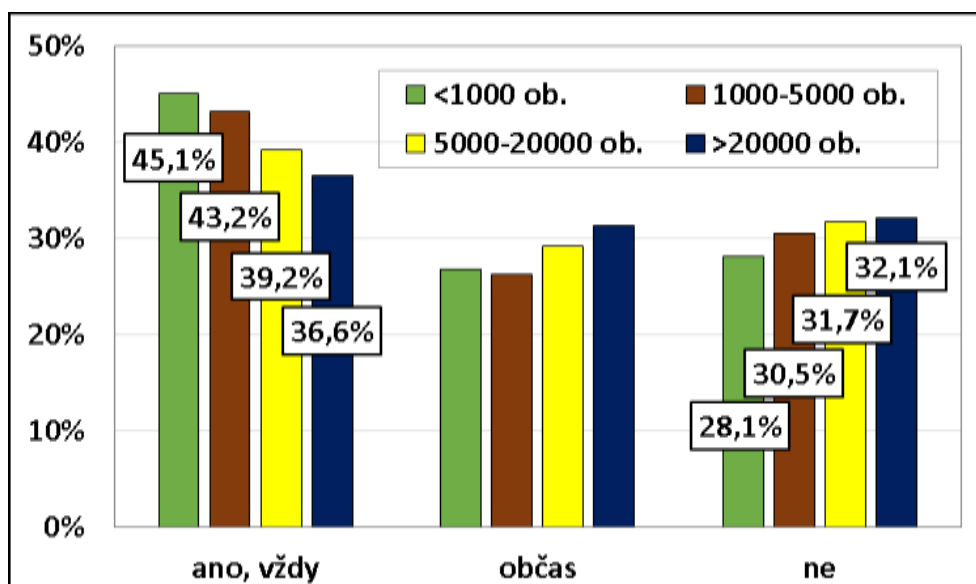
odpověděli nejčastěji, že nepoužívají kondom při pohlavním styku vůbec, a to ve 40 %, zatímco žáci ostatních SŠ i gymnázií jsou ve svém chování méně rizikovější.

Na rozdíly v odpovědích respondentů v jednotlivých školách poukazuje následující graf. Ve dvou školách (č. 8 a 14) vůbec nepoužívá při pohlavním styku kondom více než polovina žáků, vždy při pohlavním styku používají kondom nejvíce žáci ve školách č. 20 (57,9 %) a č. 4 (57,6 %). Alespoň polovina žáků vždy používá kondom celkem na sedmi školách.

Graf č. 184: Odpovědi na otázku „Pokud máte s někým pohlavní styk, používáte kondom (prezervativ)?“ podle jednotlivých škol v %



Graf č. 185: Odpovědi na otázku „Pokud máte s někým pohlavní styk, používáte kondom (prezervativ)?“ podle bydliště v %



Studie ukazuje, že mladí lidé na vesnicích jsou (možná dost překvapivě) zodpovědnější než ti, co bydlí ve větších sídlech. 45 % 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 uvedlo pouze necelých 37 % respondentů. Vůbec nepoužívá kondom 32 % mladých lidí bydlících ve velkých městech, na vesnici kondom při pohlavním styku nepoužívá 28 % mládeže.

#### **Srovnání se studií a analýzou z roku 2012:**

V odpovědích na tuto otázku, důležitou z hlediska ochrany před pohlavní cestou přenášenými infekcemi, vč. HIV/AIDS a ochrany před nechtěným početím, došlo k poměrně výraznému zhoršení oproti studii z roku 2012. Tehdy uvedlo, že kondom při pohlavním styku vůbec nepoužívá necelých 22 % respondentů, nyní plných 30 % (z těch, co již mělo pohlavní styk). V odpovědích „ano, vždy“ používám kondom nebyly zaznamenány prakticky žádné rozdíly, znamená to, že významně ubylo těch, co používají kondom občas, nepravidelně (z 37 % na 28 %). Uvedené změny se týkají dívek i chlapců, u dívek je však nárůst těch, co kondom nepoužívají, výrazně vyšší (nyní 40 %, v roce 2012 pak 29 %). Zatímco při první studii bylo zjištěno, že nejméně riskují učni, kondom jich vůbec nepoužívalo 12 % (u ostatních žáků to bylo 23 %), tak nyní jsou výsledky opačné: 40 % učňů (z těch, co již mělo pohlavní styk) kondom vůbec nepoužívá, u ostatních žáků to je necelých 26 %.

## **4 SOUHRN, ZÁVĚRY**

Cílem projektu „Analýza životního stylu a zdraví mládeže v Kraji Vysočina II“, který je ojedinělým projektem v celé České republice, bylo zejména získat konkrétní údaje a výsledky, týkající se životního stylu a zdraví středoškolské mládeže v Kraji Vysočina. Neméně důležitým cílem této studie a analýzy je i srovnání výsledků všech opakujících se vyšetření, měření a zjištění s výsledky, které byly zjištěny v roce 2012 při první studii a analýze. Studie, do které byl zahrnut dostatečně velký a reprezentativní vzorek mládeže z druhých ročníků náhodně vybraných středních škol v Kraji vysočina, přinesla opět 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. 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, podobně jako před pěti lety, 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. Výsledky analýzy by měly sloužit jako východisko a podklad při tvorbě zdravotní politiky, strategií, zásadních zdravotnických koncepcí, preventivních programů a programů podpory zdraví v Kraji Vysočina. I proto, že Kraj Vysočina je dlouhodobě „Zdravým krajem“, krajem, který je úspěšným členem Národní sítě zdravých měst.

## 4.1 Nejdůležitější výsledky a závěry této studie:

Do projektu a studie byl vybrán reprezentativní vzorek populace žáků středních škol ze druhých ročníků. Celkem se projektu zúčastnilo 960 respondentů, z toho bylo 468 (48,8 %) chlapců a 492 (51,3 %) dívek z celkem 22 škol a 46 tříd.

V každé škole a třídě byli žáci a žákyně v úvodu seznámeni se smyslem, cíli a obsahem studie, s průběhem studie v jejich třídě a s tím, jaká vyšetření, měření a další aktivity je budou během realizace čekat. Žáci v průběhu návštěvy vyplnili anonymní dotazník a zároveň jim byla provedena tato vyšetření: vyšetření krevního tlaku a pulsu, měření tělesné hmotnosti a výšky, měření Indexu tělesné hmotnosti (BMI), měření procenta tělesného tuku, měření obvodu pasu a boků, stanovení WHR indexu a Ruffierova zkouška tělesné zdatnosti. Dotazníky, vyšetření i měření byly zcela anonymní, výsledky vyšetření a měření byly všem individuálně zaznamenány v kartičce, kterou si žáci následně ponechali. Výsledky všech měření a vyšetření byly zaznamenány anonymně do dotazníku každého respondenta, tím se dosáhlo provázanosti s odpověďmi, které každý jednotlivý respondent uvedl ve svém dotazníku.

Respondenti byli při analýzách rozděleni na dívky a chlapce, dále podle typu navštěvované střední školy na žáky gymnázií, odborných učilišť a tzv. ostatních SŠ, a podle velikosti sídla svého trvalého bydliště (do 1 000 obyvatel, mezi 1 000 – 5 000 obyvateli, 5 000 – 20 000 obyvateli a nad 20 000 obyvatel). U většiny vyšetření i otázek dotazníku byly provedeny i analýzy podle jednotlivých škol s tím, že výsledky jsou anonymní. Každé škole bylo přiřazeno konkrétní číslo, které bude znát pouze ředitel dané školy.

**Krevní tlak** vyšší než 140/85 mm Hg byl zjištěn u 2,0 % žáků druhých ročníků SŠ, u chlapců se jednalo o 3,0 % a u dívek o 1,0 %. Krevní tlak vyšší v jedné hodnotě než 140/85 mm Hg byl pak zjištěn u 13,1 % mládeže, u chlapců byl tento tlak výrazně častější než u dívek, ve 20,7 % oproti 5,7 %.

**Nadváha a obezita** hodnocená podle BMI byla zjištěna u více než tři desetin respondentů této studie, dalších 9 % mládeže má nižší hmotnost či podvýživu, než určuje index BMI a pouze šest z deseti mladých osob má optimální hmotnost. U více než 8 % respondentů byla zjištěna obezita (tj. BMI vyšší než 29,0), téměř 3 % z nich pak již v tomto mladém věku má těžkou obezitu (BMI vyšší než 34,0). Nadváhu a obezitu mají výrazně častěji chlapci, obezita byla zjištěna u 5 % dívek a u 12 % chlapců. Rozdíly podle typu školy, kterou mládež studuje, jsou poměrně značné. Nadváhou či obezitou mnohem častěji trpí žáci odborných učilišť, obezitou trpí 13 % učňů, oproti tomu necelá 2 % gymnazistů.

44 % žáků ze středních škol zapojených do projektu má zvýšené nebo vysoké % **tělesného tuku** a téměř čtvrtina mládeže má přímo vysoké % TT. Výrazně hůře na tom jsou dívky, zvýšené nebo vysoké % TT má 56 % dívek oproti 32 % chlapců. Rozdíly u žáků z jednotlivých typů škol a podle velikosti sídla bydliště nejsou významné.

**Obvod pasu**, který bývá odborníky hodnocen jako vysoké riziko, byl zjištěn u více než desetiny respondentů, u dívek byl tento počet vyšší (12 %) než u chlapců (9 %). Zatímco vysoké riziko podle obvodu pasu bylo zjištěno u necelých 7 % gymnazistů, tak u žáků z tzv. ostatních škol to bylo 10 % a u učňů pak dokonce téměř 17 %. Toto rozložení poměrně dobře koresponduje se zjištěnými výsledky a rozložením BMI a % tělesného tuku. Rozdíly podle velikosti bydliště jsou velmi malé.

Rizikové **hodnoty WHR** byly zjištěny u 14 % respondentů, u chlapců je situace lepší (12 %) než u dívek (16 %). I zde jsou nejhůřší výsledky u žáků, kteří navštěvují odborná učiliště. Rizikové hodnoty má celkem 17,0 % učňů oproti 12 % gymnazistů. Rozdíly podle velikosti bydliště nejsou významné.

Více než 14 % mládeže má na základě provedené **Ruffierovy zkoušky tělesné zdatnosti** nedostatečnou, tj. velmi špatnou, tělesnou zdatnost a téměř polovina mládeže (48 %) má tělesnou

zdatnost (v součtu) podprůměrnou či nedostatečnou. Pouze desetina žáků zapojených do studie má tělesnou zdatnost velmi dobrou či výbornou. Výrazně horší tělesná zdatnost byla prokázána u dívek. Rozdíly u žáků z jednotlivých typů škol a podle velikosti sídla bydliště nejsou významné.

Téměř čtvrtina respondentů pokládá svůj **zdravotní stav** za velmi dobrý a 45 % pak za spíše dobrý. Pouze 3 % z oslovených středoškoláků si myslí, že jejich zdraví je spíše špatné a 5 chlapců pak označilo svůj zdravotní stav za velmi špatný. Rozdíly mezi dívkami a chlapci však nejsou významné, přesto lze v souhrnu uvést, že chlapci vnímají svůj zdravotní stav pozitivněji než dívky. Nejvíce považují svůj zdravotní stav za velmi dobrý nebo spíše dobrý žákyně a žáci gymnázií, nejméně pak učni. Rozdíly podle velikosti bydliště nejsou významné.

Pouze 6 % z dotázaných uvedlo, že nebylo v posledních dvou letech na **preventivní prohlídce** u svého lékaře. Žáci odborných učilišť jsou méně zodpovědní, preventivní prohlídku v posledních dvou letech absolvovalo pouze 88 % z nich, což je oproti žákům ostatních škol (95 %) výrazně méně.

Téměř 30 % respondentů uvedlo, že je z důvodu nějakého onemocnění **dispenzarizováno lékařem**. Dívky dispenzarizaci uvedly častěji (37 % oproti 20 % chlapců), podobně častěji uvedli dispenzarizaci gymnazisté, a to ve 32 % oproti 25 % učňů.

Sedm z deseti dotázaných žáků SŠ uvedlo, že jim byl **krevní tlak v ordinaci lékaře měřen** v průběhu posledního roku, jen necelá 2 % uvedla, že před více než 3 lety nebo nikdy, a 8 % tuto skutečnost nevědělo. Učni uvedli, že jim byl krevní tlak v ordinaci lékaře měřen v průběhu posledního roku pouze v 59 %, zatímco žáci z ostatních škol v 74 %.

Více než polovina žáků (54 %) uvedla, že neví, kdy jim byla naposledy **stanovena hladina cholesterolu v krvi**, další čtvrtina respondentů tvrdí, že jim cholesterol nebyl vyšetřen nikdy, 8 % pak uvedlo, že v průběhu posledního roku.

Na otázku „**Kdy jste byl naposledy u zubního lékaře**“ odpovědělo téměř 84 % respondentů, že to není déle jak jeden rok, pouze 1,3 % uvedlo, že to bylo před více než třemi lety. Rozdíly mezi pohlavími byly minimální. Žáci z odborných učilišť odpověděli, že to není déle jak jeden rok v 77 %, žáci z ostatních škol pak v 86 %.

Pravidelně alespoň 2x denně si **čistí zuby** 81 % mládeže, pouze 1x denně si čistí zuby 18 % mladých lidí a 1 % respondentů uvedlo, že si čistí zuby méně než jednou denně nebo vůbec. Byly zjištěny určité rozdíly mezi pohlavími, zatímco minimálně 2x denně si čistí zuby 91 % dívek, tak u chlapců to je pouze 71 %. Minimálně 2x denně si čistí zuby 90 % gymnazistů, ale jen necelých 70 % žáků odborných učilišť.

**Snídaně** je z hlediska zdravé výživy nejdůležitějším denním jídlem, přesto pravidelně každý den snídá pouze 40 % z dotázaných, šestina (16 %) mládeže nesnídá vůbec nebo jen výjimečně, necelých 29 % pak snídá občas, nepravidelně a 15 % sice často, ale ne každý den. Rozdíly mezi dívkami a chlapci jsou velmi malé. Žáci gymnázií jsou nejzodpovědnější, více než polovina (56 %) snídá pravidelně každý den, zatímco z žáků učilišť pravidelně snídá pouze pětina (21 %). Rozdíly podle velikosti sídla trvalého bydliště jsou velmi malé.

Jako **pomazánku na chléb, rohlík či jiné pečivo** používají žáci SŠ nejčastěji máslo, pomazánkové máslo nebo pomazánku vyrobenou z másla, tuto odpověď uvedla více než polovina (52 %) z nich. Rozdíly mezi chlapci a dívkami, mezi žáky jednotlivých typů škol i podle velikosti sídla bydliště, byly minimální.

**Mléko a mléčné výrobky** konzumují mladí žáci středních škol poměrně často, více než 3x měla mléko či nějaký mléčný nápoj v posledním týdnu téměř polovina žáků a mléčné výrobky, tj. zejména sýry nebo jogurty, dokonce 59 % respondentů.

Z masa jí mládež nejčastěji kuřecí, krůtí a ev. další „bílé“ **maso** – pouze desetina (10 %) z oslovených neměla tento druh masa v posledním týdnu ani jednou. Bohužel, nejméně často jí mladí lidé rybí maso, 2/3 z nich nekonzumovalo ryby v poslední týdnů ani jednou. Tmavé maso

konzumuje mládež nejčastěji 1-2x týdně. Chlapci jí častěji všechny druhy masa, rozdíly v konzumaci bílého masa jsou nepatrné, rozdíly u tmavého masa jsou již výraznější.

**Uzeniny** jí mládež více než by měla. Téměř 30 % žáků jí uzeniny a podobné potraviny minimálně 3x týdně, pouze necelá čtvrtina je v posledním týdnu nejedla ani jednou. Studie potvrdila, že uzeniny mají ve větší oblibě chlapci, minimálně třikrát v posledním týdnu jedla uzeniny, salámy a párky pětina dívek, ale 38 % chlapců.

Necelá polovina (46 %) respondentů uvedla, že **luštěniny** v posledním týdnu vůbec nejedla, naopak minimálně 3x týdně je jedla téměř desetina žáků. Rozdíly mezi pohlavími jsou nevýznamné.

**Zelenina a ovoce** patří k nejzdravějším potravinám, a nejen mladí lidé by je měli konzumovat v dostatečném množství několikrát denně. Výsledky této studie však ukazují, že tomu tak u mládeže v Kraji Vysočina není. Čerstvou zeleninu nemělo ani jednou za posledních 7 dnů více než 7 % žáků, 3x a častěji ji pak konzumovaly necelé dvě třetiny respondentů. Velmi často, 5x a nebo vícekrát týdně jedlo čerstvou zeleninu 30 % mládeže. Dívky jí čerstvou zeleninu častěji než chlapci. Čerstvé ovoce konzumuje mládež prakticky stejně často jako čerstvou zeleninu. Zeleninu či ovoce tepelně upravené či konzervované konzumovala v posledním týdnu alespoň jednou více než polovina žáků.

Středoškoláci častěji konzumují méně zdravé bílé **pečivo**. Zatímco bílé pečivo alespoň jednou v posledním týdnu jedlo 90 % respondentů, tak tmavé či celozrnné pečivo jedly pouze tři čtvrtiny žáků. Často, tj. minimálně 3x týdně, jí bílé pečivo téměř 64 % respondentů, ale tmavé či celozrnné pečivo pouze 37 % žáků. Podle očekávání chlapci konzumují tmavé a celozrnné pečivo oproti dívkám méně. Zatímco 42 % dívek uvedlo, že tyto druhy pečiva jí alespoň 3x týdně, chlapců bylo o 11 % méně. Chlapci toto „dohánějí“ konzumací bílého pečiva.

Téměř polovina (45 %) mládeže **cereálie** v posledním týdnu nejedla ani jednou, naopak pětina (21 %) žáků uvedla, že je konzumovala velmi často, tj. minimálně 3x. Jak se dalo očekávat, cereálie jí častěji dívky, rozdíly však nejsou významné.

**Vejsce** a nebo pokrmy z nich nejedla v posledním týdnu čtvrtina z oslovených žáků, naopak jiná čtvrtina žáků je jedla minimálně třikrát. Vejce a pokrmy z nich jedí chlapci častěji než dívky. Ani jednou vejce nekonzumovalo 27 % dívek oproti 23 % chlapců, naopak minimálně 3x v týdnu jedlo vajíčka a pokrmy z nich 30 % chlapců, ale pouze 17 % dívek.

Na stoupajícím počtu diabetiků a na rostoucím výskytu různých srdečně cévních nemocí má značný podíl i nadměrná **konzumace sladkostí**. Bohužel, tato studie mládeže potvrdila, že sladkosti jsou oblíbené i mezi mládeží. Pouze 15 % mladých středoškoláků uvedla, že v posledním týdnu neměla ani jednou žádnou sladkost, naopak téměř třetina mladých konzumovala sladkosti minimálně 3x týdně a dokonce téměř desetina respondentů uvedla, že čokoládu, zákusky či jiné sladkosti jí 5x či vícekrát týdně. Rozdíly mezi dívkami a chlapci jsou nevýznamné.

K dalším obecně oblíbeným pokrmům patří různé **chipsy, kreky, tyčinky** a podobné pochutiny. Má je ve značné oblibě i mládež, 58 % respondentů uvedlo, že je v minulém týdnu konzumovalo alespoň jednou, 12 % dokonce minimálně třikrát. I tyto pokrmy jí chlapci významně častěji.

Pouze 44 % žáků druhých ročníků středních škol v Kraji Vysočina nepila v posledním týdnu ani jednou **alkohol**, naopak 17 % z nich konzumovala alkohol v posledních 7 dnech minimálně třikrát, 7 % pak dokonce 5x nebo vícekrát. Chlapci konzumují alkoholické nápoje výrazně častěji než dívky, téměř čtvrtina chlapců pila alkoholické nápoje minimálně třikrát týdně, zatímco takto často pijících dívek je „pouze“ 10 %.

Studie prokázala, že **slazené nápoje** jsou mezi mládeží stále oblíbené, značné množství mladých osob je stále pije, pouze pětina z nich uvedla, že v posledním týdnu neměla ani jednou žádný slazený nápoj typu cola, kofola apod., naopak 30 % mládeže pila tyto nápoje minimálně 3x v týdnu. Nicméně potěšitelným zjištěním je, že **neslazené nápoje** pijí žáci častěji než slazené nápoje. Jak se

dalo očekávat, chlapci pijí slazené nápoje výrazně častěji než dívky. Minimálně 3x v posledním týdnu je pilo více než 40 % chlapců, dívek byla polovina (18 %).

Velmi nezdravou, ale dost častou, konzumaci různých **smažených pokrmů** potvrdila i tato analýza. Pouze 29 % respondentů neměla v posledním týdnu ani jednu některé z těchto jídel, naopak více než 14 % žáků uvedlo, že smažená jídla měli v posledním týdnu minimálně třikrát. Smažené pokrmy konzumují častěji muži – zatímco dívky neměly žádné z těchto jídel ani jednou v 38 %, chlapců byla pouze pětina.

80 % středoškoláků uvedlo, že doma, tj. uvnitř bytu, nikdo z dalších členů rodiny nekouří, naopak 11 % přiznalo, že doma někdo kouří pravidelně nebo často. Rozdíly mezi pohlavími jsou logicky nevýznamné. To, že **doma uvnitř bytu někdo kouří** pravidelně nebo často uvedla téměř pětina (18,5 %) žáků z odborných učilišť, u gymnazistů to byl výrazně nižší počet, a to 5 %. Tuto skutečnost uvedli častěji také žáci bydlící ve velkých městech nad 20 tis. obyvatel, bylo jich 17 %, zatímco z obcí do tisíce obyvatel tuto odpověď uvedlo necelých 9 % žáků.

**V prostředí, kde někdo kouří**, vč. samotných žáků, tráví svůj čas 56 % teenagerů, přitom čtvrtina z dotázaných uvedla, že v zakouřeném prostředí každý den v průměru tráví více než hodinu. Rozdíly mezi chlapci a dívkami prakticky nejsou. V zakouřeném prostředí přebývají žáci odborných učilišť nejvíce, více než čtvrtina z nich uvedla, že denně v průměru dokonce více než tři hodiny. Rozdíly podle typu škol jsou významné, např. v zakouřeném prostředí nepobývá vůbec 66 % gymnazistů oproti 23 % učňů.

Další otázky v anonymním dotazníku se týkaly **kouření**. Třetina žáků 2. ročníků středních škol v Kraji Vysočina kouří, téměř 18 % kouří nepravidelně a 16 % pravidelně každý den. Chlapci kouří více pravidelně, denně (18 % oproti 14,0 % dívek), naopak občas, nepravidelně kouří častěji dívky (21 % oproti 14 % chlapců). Je otázkou, zda překvapí skutečnost, že v souhrnu kouří více dívek než chlapců – nekuřáků chlapců je 69 % oproti 65 % dívek, které nekouří. To, že kouří, uvedlo 21 % gymnazistů, ale plná polovina žáků odborných učilišť. Pravidelně denně kouří 7 % žáků gymnázií, 13 % žáků z „ostatních“ SŠ a 31 % učňů. 16 % učňovské mládeže pak kouří denně více než 10 cigaret. Nebyly zjištěny významné rozdíly v odpovědích respondentů podle velikosti jejich bydliště. Přesto se dá říct, že pravidelně denně častěji kouří mládež ve větších městech (nad 5 000 obyvatel), naopak nekuřáků je mezi mládeží více v menších obcích či městech. Většina současných žáků nekuřáků nekouřila nikdy ani v minulosti, jedná se o 87 % z celkových současných nekuřáků. Rozdíly mezi pohlavími jsou velmi malé. Naopak rozdíly byly zjištěny u žáků z různých typů škol. Zatímco ze současných nekuřáků na gymnáziích nikdy předtím nekouřilo 93 % respondentů, tak na odborných učilištích se jedná o 78 %.

Na otázku „**Pokud v současnosti kouříte, kolik let již kouříte**“ odpovídali pouze ti, kteří v dotazníku předtím uvedli, že v současné době kouří (n = 319). Již více než tři roky kouří čtvrtina z nich, znamená to, že s kouřením začali nejpozději ve svých třinácti letech. Pokud toto přepočítáme na celkový počet respondentů, znamená to, že téměř desetina mládeže začíná kouřit nejpozději ve svých třinácti letech. Rozdíly mezi dívkami a chlapci prakticky nejsou, nepatrně více chlapců z těch, co v současnosti kouří, začíná kouřit dříve, než tomu je u dívek. Nejen, že nejvíce kouří, ale i nejdříve začínají kouřit učni, více než 40 % z těch, co nyní kouří, začíná kouřit již ve 13 letech nebo dříve. Z celkového počtu učňů začíná kouřit již ve 13 letech nebo i dříve kouří plná pětina.

**Používání helmy při jízdě na kole** není mezi mládeží stále příliš v oblibě. Pouze necelých 38 % mládeže používá helmu vždy, 31 % občas a stejný počet pak vůbec. Rozdíly mezi dívkami a chlapci jsou poměrně značné, chlapci nepoužívají helmu výrazně častěji než dívky (38 % oproti 25 %). Zatímco 57 % gymnazistů uvedlo, že helmu používá při jízdě na kole vždy, tak u učňů to byla pouze necelá pětina. Naopak, helmu nepoužívá vůbec 15 % gymnazistů, na tzv. ostatních SŠ je to třetina žáků a na učilištích plná polovina učňů. Mládež, která bydlí ve větších či velkých městech, nosí tuto důležitou ochrannou pomůcku mnohem častěji než mládež na vesnicích a malých městech. Zatímco ve větších městech nad 5 tis. obyvatel nosí helmu na kole vždy 46 % respondentů, tak z těch, co žijí v obcích a malých městech, je to pouhých 31 %.

Na otázku, která se týkala **pravidelné tělesné aktivity**, která souvisle trvá minimálně 30 minut, odpovědělo 14 % žáků, že takto aktivně sportuje každý den, třetina, že 3-5x týdně a více než pětina z dotázaných odpověděla, že méně než 1x týdně nebo vůbec. V délce min. 30 minut každý den sportuje 55 % chlapců, ale pouze necelých 40 % dívek. Na gymnáziích respondenti uvedli, že alespoň 3x týdně min. 30 minut souvisle aktivně sportuje téměř 60 % z nich, zatímco na učilištích je to pouze necelých 40 % učňů.

Další otázky byly směřovány na **čas, který mládež tráví při různých aktivitách**. Více než hodinu v průměru denně stráví chůzí 35 % žáků, cvičením (doma, v posilovně, Fitness apod.) téměř 12 % žáků, jízdou na kole, plaváním, tancem či jiným sportem pětina z oslovené mládeže, u televize 16 % respondentů, u počítače 43 % žáků a pobytem v přírodě, v lese apod. plná třetina mladých osob.

Pouze necelých 18 % žáků druhých ročníků SŠ v Kraji Vysočina nezná osobně, tj. ve svém okolí nikoho, **kdo kouří marihuanu**. Dívka je nepatrně více (19 % oproti 16 % chlapců). Sedm z deseti respondentů pak zná osobně více lidí, kteří marihuanu kouří. Rozdíly v odpovědích na tuto otázku podle typu škol i podle velikosti sídla bydliště byly nevýznamné.

Osobně někoho (alespoň 1 osobu), **kdo užívá nějakou jinou drogu** než je marihuana, zná téměř 40 % z oslovených žáků, 23 % respondentů zná dokonce více než jednu osobu. Rozdíly mezi dívkami a chlapci, podobně i mezi jednotlivými typy škol a velikostí sídla bydliště žáků, jsou minimální.

Téměř 36 % respondentů uvedlo, že někdy, alespoň jednou v životě **bralo nějakou drogu** mimo alkoholu a kouření cigaret. Každý pátý pak uvedl, že nějakou drogu užíval opakovaně. Chlapci jsou na tom ve srovnání s děvčaty o něco hůře, rozdíly však nejsou příliš významné. Poměrně značné rozdíly však byly zaznamenány v odpovědích podle jednotlivých typů škol. Zatímco 70 % gymnazistů uvedlo, že nikdy v životě žádnou drogu nebralo, žáků z jiných typů škol bylo 64 % a učňů pouze 58 %. Vícekrát ve svém mládí drogu vyzkoušelo 17 % gymnazistů, 21 % žáků z ostatních SŠ a téměř 24 % učňů. Drogu alespoň jednou užila třetina středoškoláků bydlících v obcích do tisíce obyvatel, ale téměř 40 % žáků bydlících ve městech větších než 20 tisíc obyvatel.

Téměř 13 % z oslovených žáků SŠ v Kraji Vysočina **užívá v současnosti nějakou drogu** (mimo alkoholu a cigaret). Minimálně 2x týdně drogy užívají 2 % mládeže, více než desetina pak užívá nějakou drogu občas. Chlapci užívají drogy častěji, alespoň občas je užívá 15 %, zatímco u dívek to je 10 %. Více než 2x týdně nějakou drogu užívá 1,2 % dívek, ale u chlapců je to více než dvojnásobek – 2,8 %. A více než 2 % chlapců užívá nějakou drogu pravidelně každý den. Pravidelně každý den nebo více než 2x týdně užívá v současnosti nějakou drogu 1,4 % gymnazistů či žáků z tzv. ostatních škol, ale 3,7 % učňů. Mládež, která žije v obcích do tisíce obyvatel, užívá drogy o něco méně oproti mládeži žijící ve větších sídlech či městech našeho kraje. Rozdíly však nejsou příliš velké.

Celkem 26 respondentů uvedlo, že užívá větší počet drog, 17 z nich uvedlo 2 různé druhy a 9 žáků pak 3 různé drogy. Ve **výčtu užívaných drog** jednoznačně převažuje užívání marihuany, uvedlo ji 95 % z těch, kteří nějakou drogu v současnosti užívají. Pokud bychom tato čísla přepočítali na celý soubor respondentů, tak zjistíme, že 12 % z dotázaných užívá v současnosti marihuanu, 2 % žáků pak extázi a necelé jedno procento pervitin.

Studie ukazuje, že mezi oslovenou mládeží je desetina abstinujících, tj. těch, kteří alkohol nepijí vůbec. Naopak 63 % mládeže **pije alkohol** minimálně 1x týdně a 15 % pak 2-4x týdně nebo i častěji. Většina mládeže, zhruba polovina, pije alkohol občas, několikrát za měsíc či jednou týdně. Rozdíly mezi pohlavími existují, minimálně 2x týdně nebo i častěji pije alkohol 23 % chlapců oproti 10 % dívek. Zajímavostí je, že abstinujících dívek je méně – 8 % oproti 12 % chlapců. Výjimečné, příležitostné pití alkoholu uvedlo 20 % chlapců a více než 32 % dívek. Žáci odborných učilišť pijí alkohol častěji a více než žáci ostatních středních škol. Minimálně 2x týdně pije alkohol pětina učňů, 6 % pak dokonce pije alkohol častěji než 4x týdně. Gymnazisté pijí alkohol výrazně méně, necelých 12 % z nich pije minimálně 2x týdně a pouze 1 % pak častěji než 4x týdně. Další

zajímavostí je to, že mezi učni je současně i nejvíce abstinentů (12 % oproti 10 % na ostatních školách). Rozdíly v pití alkoholu podle velikosti sídla bydliště jsou velmi malé.

Takovou **opilost, že jim bylo druhý den špatně** přiznalo za poslední půlrok 63 % respondentů. Více než 35 % byla za pouhý půlrok opilá více než 2x a dokonce 13 % mládeže přiznalo, že takto opilá byla více než 4x. Minimálně 2x se v posledním půlroce opilo (tak, že jim bylo druhý den špatně) 42 % chlapců oproti 29 % dívek. Ani jednou se za poslední půlrok neopila pouze třetina chlapců a 40 % dívek. Žáci odborných učilišť se opíjejí častěji než žáci z jiných středních škol, čtyři z deseti učňů se opili v posledním půlroce více než 4x. Nejvyšší podíl těch, kteří se v posledním půlroce vůbec neopili (42 %), byl u mládeže bydlící v nejmenších obcích do tisíce obyvatel, v největších městech (nad 20 000 obyvatel) byl tento počet nejnižší (31 %).

Do dotazníku byla oproti studii realizované v roce 2012 zařazena navíc otázka, týkající se **zkušenosti s jízdou v autě s řidičem, o kterém respondent věděl, že před jízdou požil alkohol či drogu**. Více než čtvrtina (27 %) respondentů uvedla, že tuto životní zkušenost mají. Rozdíl mezi chlapci a dívkami nebyl prakticky žádný. Učni mají tuto zkušenost výrazně vyšší (35 %) než žáci z ostatních škol vč. gymnázií (24 %), podobně pak i žáci bydlící v menších sídlech do 5 000 obyvatel (29 %) oproti těm, co bydlí v menších obcích a městech (24 %).

Na otázku „**Měl/a jste již pohlavní styk**“ odpovědělo kladně 58 % oslovených žáků, naopak 42 % respondentů uvedlo, že sexuální zkušenost v tomto věku dosud nemá. Rozdíl mezi dívkami a chlapci je poměrně značný, alespoň jeden pohlavní styk přiznalo 62 % dívek a 54 % chlapců. Největší sexuální zkušenosti pak mají učni, 72 % z nich již mělo alespoň jeden pohlavní styk, podobnou zkušenost má 57 % žáků z tzv. ostatních SŠ a 47 % gymnazistů. Velikost sídla, kde žáci bydlí, nemá vliv na to, zda již měli pohlavní styk, rozdíly podle velikosti bydliště jsou nevýznamné.

Na otázku „**Kolik jste měl/a/ dosud sexuálních partnerů**“ odpovídali pouze respondenti, kteří uvedli, že již měli pohlavní styk. Celkem jich bylo 550 (58 %). Necelá polovina z nich měla jednoho partnera, a více než polovina (52 %) pak partnerů více. Více než 4 partnery pak měla téměř pětina (19 %) žáků z těch, co již měli pohlavní styk. Pokud uvedené počty přepočteme na celý soubor studie, dostaneme přesnější obrázek o sexuálních zkušenostech mládeže 2. ročníků SŠ. Čtyři z deseti žáků 2. ročníků SŠ doposud nemělo pohlavní styk, 28 % mělo jednoho sexuálního partnera, téměř pětina měla dva až tři partnery, 5,5 % má pak za sebou sexuální zkušenosti se čtyřmi partnery a stejný počet dokonce s více než pěti partnery. Dívky oproti chlapcům mají častěji 1 – 3 partnery, z celkového počtu jich takto časté sexuální zkušenosti uvedlo 52 % oproti 42 % chlapců. Chlapci naopak častěji uvedli více než 5 sexuálních partnerů (6,9 % oproti 3,9 % dívek). Více než tři sexuální partnery mělo 6 % gymnazistů, 8 % žáků z tzv. ostatních SŠ a 22 % učňů. Naopak doposud žádného sexuálního partnera nemělo 53 % gymnazistů, 43 % žáků z ostatních SŠ a 28 % žáků odborných učilišť. Procento těch, co měli v životě více než 3 sexuální partnery narůstá s velikostí jejich trvalého bydliště. Více než 3 partnery mělo ve svém mladém věku 15 % z těch, co bydlí ve městech větších než 20 tis. obyvatel, naopak tolik partnerů ve svém životě mělo necelých 9 % respondentů, kteří bydlí v obcích menších než tisíc obyvatel.

**Kondom** vždy při pohlavním styku používá jen necelých 42 % z těch respondentů, kteří předtím uvedli, že již měli pohlavní styk, 30 % mládeže pak nepoužívá kondom vůbec a 28 % občas, nepravidelně. Určitou zvláštností může být, to že kondom nepoužívá vůbec 19 % chlapců, ale téměř 40 % dívek. Vždy, tj. při každém pohlavním styku, používá kondom 49 % chlapců, ale jen 36 % dívek. Nejčastěji „vždy“ používají kondom při pohlavním styku žáci z tzv. ostatních středních škol (45 %), naopak učni odpověděli nejčastěji, že nepoužívají kondom při pohlavním styku vůbec, a to ve 40 %. Studie ukázala, že mladí lidé na vesnicích jsou zodpovědnější, 45 % 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 uvedlo pouze necelých 37 % respondentů.



## 4.2 Srovnání se studií a analýzou z roku 2012 – nejdůležitější závěry a změny oproti analýze z roku 2012

Vyšetření krevního tlaku přineslo v této studii lepší výsledky. U samostatného hodnocení systolického krevního tlaku (TKS) lze konstatovat, že zatímco v roce 2012 byl TKS nad 140 mm Hg zjištěn u 26 % respondentů, tak v současné studii to bylo u 13 % respondentů. U samostatného hodnocení diastolického krevního tlaku (TKD) je patrné velmi podobné zlepšení. Zatímco v roce 2012 byl TKD nad 90 mm Hg zjištěn u 6 % respondentů, tak v současné studii to bylo u necelých 2 % respondentů. Závažnější či závažná hypertenze, tj. krevní tlak vyšší než 140/85 mm Hg, byla zjištěna u 2 % žáků, což je zhruba polovina z počtu, který byl zjištěn v roce 2012.

Počet respondentů s nadváhou či obezitou oproti roku 2012 výrazně stoupl. Zatímco v těchto kategoriích (tj. BMI vyšší než 24,0) bylo v roce 2012 zaznamenáno celkem 23 % žáků (31 % chlapců a 15 % dívek), tak v letošní studii to bylo 30 % žáků (36 % chlapců a 25 % dívek). Dívek s nadváhou či obezitou je stále méně než chlapců, nicméně nárůst je u dívek během pěti let výraznější. U obezity (tj. BMI vyšší než 29,0) došlo k podobnému nárůstu: v roce 2012 byla zjištěna obezita u 4,4 % respondentů, v roce 2017 pak u 8,4 %.

Vysoké procento tělesného tuku bylo zjištěno u 24 % respondentů, což je o 4 % více, než tomu bylo v analýze v roce 2012. Naopak zvýšené procento tělesného tuku bylo v současné studii zjištěno u necelé pětiny mládeže, zatímco v roce 2012 to bylo plných 28 %, tj. o 8 % více.

Pozitivní skutečností jsou výrazně lepší výsledky, týkající se tělesné zdatnosti. V první analýze bylo s nedostatečnou či podprůměrnou tělesnou zdatností 58 % žáků, v současné studii to je o 10 % méně. K velmi podobnému zlepšení došlo u chlapců i dívek. I nyní mají lepší tělesnou zdatnost chlapci.

Došlo k mírnému zhoršení subjektivního pohledu žáků SŠ na své zdraví. V roce 2012 hodnotilo svůj současný zdravotní stav jako velmi dobrý nebo spíše dobrý 74 % žáků, nyní 70 %.

Ve srovnání s analýzou v roce 2012 mírně přibýlo těch, co nebyli v posledních dvou letech na preventivní prohlídce u svého lékaře, a to z 4 % respondentů na 6 %. Dívky byly zodpovědnější než chlapci. Opět se potvrdilo, že uční chodí na preventivní prohlídky méně než žáci z jiných škol.

Podíl respondentů, kteří jsou dispenzarizováni lékařem oproti studii z roku 2012 poklesl z 33 % na necelých 29 %.

Ve studii v roce 2012 nevědělo 45 % respondentů, kdy jim byla naposledy měřena hladina cholesterolu v krvi, v letošní studii to bylo o téměř 10 % víc.

Návštěvu a vyšetření zubního lékaře v posledním roce uvedlo nyní o 4 % méně mládeže než v roce 2012. Nejvíce zubního lékaře opět navštěvují gymnazisté, rozdíl oproti učňům se však proti roku 2012 výrazně snížil, tehdy činil rozdíl 22 %, nyní je 9 %.

Velmi špatná situace se snídáním se u mládeže nelepší. Vůbec nesnídá nebo jen výjimečně téměř 17 % z dotázaných, v roce 2012 to bylo 19 % žáků, naopak pravidelně každý den snídá 40 %, ve studii z roku 2012 to bylo 41 %. Ve shodě s rokem 2012 je stále nejhůřší situace se snídáním u učňů a nepotvrdil se závěr z předešlé studie, že mládež na vesnicích o velikosti do tisíce obyvatel snídá pravidelně každý den ve větším počtu než mládež ve větších sídlech.

Výsledky z této studie ukazují na skutečnost, že mládež oproti roku 2012 méně pije mléko a mléčné nápoje, minimálně 3x je v posledním týdnu mělo nyní 47 %, kdežto v roce 2012 to bylo 56 % respondentů. Naopak mládež nyní více konzumuje sýry, jogurty a další mléčné výrobky.

V roce 2012 odpovědělo, že tzv. bílé maso mělo v posledních 7 dnech 22 % z dotázaných, nyní to bylo již více než 30 %. Velmi nízká je stále spotřeba rybního masa, v roce 2012 uvedlo 60 % mládeže, že nemělo v posledním týdnu rybní maso, nyní to bylo dokonce 67 %.

V konzumaci uzenin bohužel nedošlo během pěti let k žádným podstatným změnám, mládež je stále jí poměrně často a chlapci mnohem častěji než dívky.

Mládež konzumuje čerstvou zeleninu více, než tomu bylo v minulosti. Ve studii v roce 2012 uvedlo, že ji mělo v posledním týdnu minimálně 3x celkem 52 % respondentů, v této studii pak téměř dvě třetiny (65 %). Podobná situace byla zjištěna v konzumaci čerstvého ovoce, v roce 2012 uvedlo, že čerstvé ovoce mělo v posledním týdnu minimálně 3x 50 % respondentů, v této studii to bylo 64 %. U konzumace zeleniny i ovoce se také snížil počet těch, co zeleninu a ovoce vůbec v posledním týdnu neměli.

V konzumaci pečiva stále převažuje bílé pečivo, nicméně oproti roku 2012 se zvýšila spotřeba tmavého a celozrnného pečiva. Zatímco v původní analýze jedlo tento druh pečiva minimálně 3x v posledním týdnu 29 % z oslovených žáků SŠ, v této studii to bylo téměř 37 %.

V konzumaci vajec a pokrmů z nich došlo oproti studii v roce 2012 k mírnému nárůstu. Minimálně 3x v posledním týdnu konzumovalo vejce či pokrmy z nich 24 % žáků oproti 13 % v roce 2012.

Konzumaci sladkostí, čokolády, zákusků apod. přiznalo v této studii menší procento mládeže. Minimálně 3x v posledním týdnu tyto a podobné sladkosti jedlo 31 %, v roce 2012 to bylo 43 %.

Bylo zjištěno mírné zlepšení stavu v pití alkoholu. V roce 2012 uvedlo, že alkohol v posledním týdnu pilo minimálně 3x více než 22 % mládeže, nyní to bylo necelých 17 % respondentů. Ani jednou alkohol v posledním týdnu nepilo v roce 2012 necelých 35 % z oslovené mládeže, ve stávající studii byl počet o 9 % vyšší, jednalo se o 44 %. K mírnému zlepšení došlo u dívek i chlapců, u dívek jsou však rozdíly oproti roku 2012 výrazně menší, než tomu je u chlapců.

Slazené nápoje jsou mezi mládeží stále velmi oblíbené. Nicméně potěšitelné je, že tato studie zjistila, že je pije výrazně méně mládeže, než tomu bylo v roce 2012. Tehdy uvedlo, že v posledním týdnu minimálně 3x mělo nějaký slazený nápoj (colu, kofolu, limonádu apod.) 42 % z oslovených žáků SŠ, nyní to bylo 29 %. Naopak ani jednou tyto nápoje nekonzumovalo v první studii 15 % respondentů, nyní to bylo 21 %. Více opouštějí slazené nápoje dívky. Naopak roste obliba neslazených nápojů (vody, minerálky apod.) – jejich konzumaci minimálně v pěti dnech za posledních 7 dní nyní uvedlo 57 %, v první studii to bylo jen 37 % respondentů.

V konzumaci smažených pokrmů nedošlo podle provedených analýz za posledních pět let k výrazným změnám, bohužel, spíše se jedná o mírný nárůst. Obě studie potvrdily, že smažené pokrmy jsou oblíbenější u chlapců, kteří je konzumují výrazně častěji než dívky.

V roce 2012 uvedlo 71 % žáků, že doma nikdo z členů rodiny nekouří, nyní je to 80 %. Naopak téměř 17 % respondentů uvedlo, že doma někdo kouří pravidelně nebo často, nyní je to 11 %. I přes tato nepříliš radostná data, lze konstatovat, že došlo ke zlepšení situace.

Jednoznačně se potvrdila skutečnost získaná ve studii z roku 2012: výrazně více žáků gymnázií uvedlo, že u nich doma nikdo nekouří (91 %), naopak učni tuto odpověď uvedli mnohem méně (65 %). V roce 2012 byl tento poměr velmi podobný, ale počet nižší (89 % - 54 %). Naopak to, že někdo doma pravidelně kouří, uvedlo nyní téměř 19 % učňů a 5 % gymnazistů. V roce 2012 byl tento poměr velmi podobný, ale počet vyšší (29 % učňů x 7 % gymnazistů).

V prostředí, kde někdo kouří, vč. samotných žáků, tráví svůj čas 56 % z dotázaných, v roce 2012 to bylo 62 %. Nyní čtvrtina z dotázaných uvedla, že v zakouřeném prostředí každý den v průměru tráví více než hodinu, v roce 2012 to uvedlo 32 % respondentů.

Na otázku „Kouříte v současné době“ odpovědělo v této analýze 16 % žáků druhých ročníků SŠ, že pravidelně, v roce 2012 to bylo 21 %. Došlo k dosti podstatnému snížení počtu pravidelných kuřáků s tím, že došlo k mírnému nárůstu těch, kteří kouří denně víc než 10 cigaret (z 4,2 % na 5,6 %) a k výraznému snížení těch, kteří kouří denně 10 nebo méně než 10 cigaret (ze 17 % na 10 %). Počet občasných, nepravidelných kuřáků se prakticky nezměnil, zvýšil se počet nekuřáků, z 61 % v roce 2012 na 67 % v roce 2017. I nyní byly zjištěny významné rozdíly v četnosti kouření u respondentů z různých typů škol. Učni kouří výrazně více než žáci z ostatních středních škol.

Současná studie prokázala mírné zvětšení rozdílů mezi kouřením mládeže podle velikosti bydliště. Pravidelně nyní kouří 20 % respondentů bydlících v sídlech nad 5 tisíc obyvatel, v menších sídlech pak kouří pravidelně necelých 13 % žáků. V roce 2012 byl zjištěn rozdíl necelého procenta.

Žáci, kteří byli v době studie nekuřáky, přiznali pravidelné kouření v minulosti v této studii ve 13 % případů, ve studii v roce 2012 to bylo 16 %. Ač mezi uční je bývalých kuřáků stále nejvíce, 22 % oproti 7 % gymnazistů, jejich úbytek je proti studii z roku 2012 největší.

V roce 2012 odpovědělo 32 % kuřáků z druhých ročníků SŠ, že kouří již více než 3 roky, nyní tento počet poklesl na 25 %. Největší pokles je patrný opět u učňů, i přesto, že jich stále nejvíce odpovědělo, že již kouří více než 3 roky.

I přes nepříliš pozitivní zjištění v používání helmy při jízdě na kole, došlo oproti roku 2012 k určitému zlepšení situace. Tehdy uvedlo 37 % respondentů, že při jízdě na kole helmu vůbec nepoužívá, nyní se jednalo o 31 %. Naopak helmu vždy používalo v roce 2012 necelých 30 % mládeže, nyní počet vzrostl na téměř 38 %. Potvrdila se i skutečnost, zjištěná studií v roce 2012, mládež, která bydlí ve větších či velkých městech, nosí helmu častěji než mládež na vesnicích a malých městech.

V roce 2012 odpovědělo 42 % respondentů, že cvičí, běhá, jezdí na kole či jinak aktivně sportuje minimálně 3x týdně, nyní došlo k mírnému zlepšení, tuto skutečnost uvedlo 47 % mládeže. Mírně vyšší podíl na zvýšení pohybových aktivit mají dívky, i přesto, že za chlapci stále zaostávají.

Že cvičením v průměru denně stráví více než hodinu, uvedlo v první analýze 12,2 % žáků, nyní se jedná o 11,5 %. Více než 30 minut cvičení denně tehdy uvedlo celkem 26 %, nyní necelých 29 % žáků. Potvrdilo se i zjištění z roku 2012, že se mládež bydlící ve větších městech (nad 5 tis. obyvatel) věnuje cvičení o něco více, než mládež žijící v menších sídlech.

Mládež se dívá na televizi stále méně. V roce 2012 uvedlo 29 % respondentů, že u televizního přijímače stráví v průměru denně více než hodinu, nyní toto uvedlo jen 16 % respondentů. Tento výrazný pokles je patrný u obou pohlaví, podobně i u žáků ze všech typů škol.

Mládež opouští i počítače, vysvětlení se nabízí v mnohem větším využívání mobilních telefonů či tabletů. Úbytek je vcelku zřejmý, v roce 2012 uvedlo, že u počítače stráví v průměru denně více než hodinu 60 % respondentů, v této studii 43 % žáků. Uvedený trend potvrzují chlapci i dívky, podobně i žáci ze všech typů škol i ze všech kategorií sídel trvalého bydliště.

Čas strávený v přírodě, parku či lese se oproti roku 2012 mírně navýšil. V první studii uvedlo, že v průměru denně více než hodinu tráví v těchto místech 28 % respondentů, v této analýze je to plná třetina mládeže. K tomuto mírnému navýšení došlo u dívek i chlapců, u dívek je však výraznější.

I přes poměrně vysoké procento (69 %) těch, kteří znají více osob, které kouří marihuanu, došlo oproti roku 2012 k mírnému poklesu tohoto počtu, tehdy takto odpovědělo 75 % z dotázaných.

Procento respondentů, kteří osobně znají někoho, kdo bere nějaké jiné drogy než marihuanu, oproti studii z roku 2012 vzrostlo z 30 % na 39 %. Tento nárůst o 9 % byl zjištěn u dívek i chlapců.

Procento těch, kteří užívají či neužívají v současnosti nějakou drogu (mimo alkoholu a kouření cigaret) se v obou studiích příliš neliší. Někakou drogu aspoň občas užívá 12,5 % z oslovené mládeže, v roce 2012 to bylo o 1 % méně, tj. 11,5 %. Největší nárůst počtu respondentů byl zaznamenán u občasného užívání nějaké drogy, v roce 2012 toto uvedlo 8,3 % žáků, nyní 10,5 %, u dívek je rozdíl ještě větší, nárůst je z 5,8 % na 9,2 %. I v roce 2012 bylo zjištěno, že více než 2x týdně užívají nějakou drogu nejčastěji uční, došlo však k významnému poklesu, v roce 2012 tuto skutečnost uvedlo téměř 10 % učňů, nyní necelá 4 %.

Poměrně výrazně se zvýšil počet abstinentů, resp. těch, kteří odpověděli „nikdy“ na otázku „Jak často pijete alkohol“. Takto odpověděla desetina respondentů, v roce 2012 pouze 3,3 %. Poklesl i počet těch, co pijí alkohol pravidelně minimálně 2x týdně, a to z 20 % na 16 %. Pokles je větší

u chlapců než u dívek. Potvrdilo se, že žáci odborných učilišť pijí alkohol častěji a více než žáci ostatních středních škol. Celkově lze zaznamenat mírně pozitivní trend.

Ani jednou nebylo v posledním půlroce opilých tak, že by jim bylo druhý den špatně, 37 % respondentů, v roce 2012 se jednalo o necelých 30 % žáků. Opilost v posledních šesti měsících více než 4x přiznalo nyní 13 % mládeže, v první studii téměř pětina. Tento pozitivní úbytek opilosti jde mnohem více na vrub chlapcům, zde poklesl počet z 27 % na 15 %, kdežto u dívek byl v obou studiích zjištěn vždy zhruba stejný počet, a to 12 %.

Těch respondentů, kteří přiznali, že již mají za sebou alespoň jeden pohlavní styk, bylo v této studii 58 %, ve studii v roce 2012 o něco více, 64 %. Nejvyšší procento žáků bez sexuální zkušenosti navštěvuje gymnázia, naopak nejnižší odborná učiliště.

V této studii přiznalo 11 % respondentů, že mělo pohlavní styk již s minimálně 4 různými partnery, ve studii v roce 2012 se jednalo 15 % žáků. Podobný pokles registrujeme u chlapců (ze 17 % na 12 %) i dívek (ze 14 % na 10 %). Největší sexuální zkušenosti mají žáci odborných učilišť, bylo to prokázáno v obou studiích, v té první přiznalo pohlavní styk se čtyřmi a více partnery 30 % učňů, nyní 22 %.

V odpovědích na otázku, zda respondenti používají při pohlavním styku kondom, došlo k poměrně výraznému zhoršení situace. Ve studii z roku 2012 uvedlo, že kondom při pohlavním styku vůbec nepoužívá necelých 22 % respondentů, nyní plných 30 % (z těch, co již mělo pohlavní styk). V odpovědích „ano, vždy“ používám kondom nebyly zaznamenány prakticky žádné rozdíly, znamená to, že významně ubylo těch, co používají kondom občas, nepravidelně (z 37 % na 28 %). Uvedené změny se týkají dívek i chlapců, u dívek je však nárůst těch, co kondom nepoužívají, výrazně vyšší (nyní 40 %, v roce 2012 pak 29 %).

## 5 PŘÍLOHY

- Příloha č. 1: Dotazník pro žáky a žákyně středních škol v Kraji Vysočina
- Příloha č. 2: Individuální kartička pro žáky a žákyně středních škol v Kraji Vysočina
- Příloha č. 3: Přehled hodnot vyšetřovaných ukazatelů zdravotního stavu s uvedením limitů daných vyšetření a měření a jejich vyhodnocení

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

*MUDr. Stanislav Wasserbauer*

*Hana Pokorná*

*Mgr. Kristina Pokorná, DiS.*

*Lenka Vrzalová*

*MUDr. Irena Zimenová*

*Autoři této studie a analýzy děkují všem, kteří spolupracovali na její realizaci, zejména pak žákyním a žákům, vedení a učitelkám Obchodní akademie, Střední zdravotnické školy, Střední odborné školy služeb a Jazykové školy s právem státní jazykové zkoušky Jihlava a škole FARMEKO – Vyšší odborné škole zdravotnické a Střední odborné škole, dále pak Státnímu zdravotnímu ústavu, Kraji Vysočina a všem středním školám, které se zapojily do realizace tohoto projektu.*