

## Vježbanjem do zdravlja<sup>1</sup>

Dorothea Juroš, dr. med., spec. školske medicine

Služba za školsku i sveučilišnu medicinu Nastavnog zavoda za javno zdravstvo Splitsko dalmatinske županije

Nakon što sam dugi niz godina radila kao školski liječnik u ambulanti školske medicine „Lučac“, nakon preseljenja, postala sam nadležna za Osnovnu školu „Plokite“. Naš tim školske medicine vrlo je brzo uspostavio odličnu suradnju s ravnateljicom i stručnom službom škole, te smo započeli s uobičajenim radom. Tijekom provođenja sistematskih pregleda za učenike petih razreda navedene škole, saznala sam kako se u OŠ „Plokite“ izvodi korektivna gimnastika za djecu s nepravilnim tjelesnim držanjem, pod vodstvom Rajka Dimića, profesora tjelesne i zdravstvene kulture. Kako je upravo takva aktivnost ostvarenje naših želja u radu u preventivnoj medicini, zaintrigirala me je činjenica o provedbi vježbi iz korektivne gimnastike u školi. Tako sam saznala da u posebnom terminu, u dvorani za tjelesni odgoj u školi, profesor Dimić već dugi niz godina drži korektivne vježbe za djecu s nepravilnim tjelesnim držanjem. Nakon razgovora s učenicama, saznala sam kako rado dolaze na ove vježbe te kako su zadovoljne s rezultatima ovakvog rada. Također sam u razgovoru s roditeljima, prilikom sistematskih pregleda, shvatila koliko su oduševljeni ovakvim načinom rada koji pomaže njihovoj djeci na pravi način i to u okviru škole, pa se ne moraju brinuti o organiziranju prijevoza ili dogovaranja termina za fizikalnu terapiju, što je često toliko komplicirano, da nerijetko završi odustajanjem od provođenja toliko potrebnih vježbi. Na kraju, kao školski liječnik mogu samo poželjeti da ovaj hvalevrijedan rad zaživi još dugo i možda bude nadahnuće i drugima.

Bilo bi vrlo korisno proširiti ovakvu praksu u svim školama u kojima postoje uvjeti, a u onima u kojima ne postoje, takve uvjete stvoriti. Isto tako, bilo bi korisno razmijeniti iskustva s drugim školama i školskim liječnicima o dosadašnjim iskustvima i mogućim rezultatima.



<sup>1</sup> Članak je objavljen u časopisu Javno zdravstvo Nastavnog zavoda za javno zdravstvo Splitsko dalmatinske županije, broj 2; lipanj 2012.