

je zašla. Ne glede na t  
taki mladi fantje v sve  
vsaj še pismene stike s  
otroku domačo toplino

Mladoletni se tore  
govarjal pred sodiščen  
stu brezobzirno odpuš  
usta. Prav sedaj pa b  
val največ topline, oč  
vsega tega ni, potem s

Nanizala sem nek  
mislijo, ko jim starši j

ali ne, že zato, ker gredo  
a njih potrebno, da imajo  
a ta način še nudijo temu

v s pečatom, da se je za  
ole ali na delovnem me  
in običajno nepotrebna  
lagati. Sedaj bi potrebo  
edvsem zaposlitve. In če  
zašel.

licinske sestre na terenu  
o zašli.

## Šolske mlečne kuhinje in zdravje otroka

Dr. Slava Lunaček

Anketa Statističnega urada LRS o vprašanju naše prehrane (popisanih je bilo 150 delavskih, 150 nameščenskih in 320 kmečkih družin) nam je pripomogla do zanimivih in važnih podatkov. Ko je oddelek za prehrano pri Centralnem higienskem zavodu razčlenil podatke te ankete, je ugotovil, da ima prehrana našega otroka kalorično še kar zadovoljivo vrednost, da je pa zelo pomanjkljiva. Pri tej analizi so bile zaradi brezpogojne zanesljivosti fiziološke potrebe postavljene za spoznanje višje, vendar so primanjkljaji tako visoki, da mirno lahko trdimo, da prehrana šolske dece na splošno ne ustreza znanstvenim zahtevam današnje dobe. Ako pregledamo prehrano po socialni strukturi prebivalstva, ugotovimo, da se prehrana otrok nameščencev in delavcev v primeri s prejšnjimi leti bistveno ni spremenila in da so primanjkljaji, kar se tiče živalskih beljakovin, kalcija in vitaminov, ostali približno isti, namreč zelo visoki. Preseneti nas pa dejstvo, da so primanjkljaji v prehrani kmečkega otroka znatno manjši. Ta pojav si lahko razložimo le tako, da se je po odpravi obvezne oddaje živine in mleka fond goveje živine v zadnjih dveh letih dvignil, da zato dobiva kmečki otrok večjo količino mleka dnevno. Premajhna stimulacija za oddajanje mleka v večja mesta in prometne težave povzročajo namreč, da ostajajo večje količine mleka v kmečkem domu. Morda je k izboljšanju prehrane pripomoglo tudi stalno prosvetljevanje kmečkega ljudstva o zdravi prehrani, čeprav tolikšen uspeh v tako kratkem času nekaj let ni zelo verjeten. Seveda velja to zboljšanje za kmečkega otroka, ne pa za kmečkega polproletarca, ki si zaradi razmeroma visoke cene ne more za svojo, po navadi številno družino nabaviti mleka v zadostni količini. Zato bi se mi ne zdelo pravilno, če bi prehrano kmečkega otroka istovetili s prehrano polproletarskega otroka ali z drugo besedo, mislim, da ne storimo napake, če ga vzporedimo s proletarskim.

Prehrana delavskega, nameščenskega in polproletarskega otroka je torej pomanjkljiva, ker ji primanjkuje za telesni razvoj najvažnejših snovi, to je živalskih beljakovin, kalcija in vitaminov. Pojavlja se vprašanje, kaj grozi otroku, ki se tako nezdravo hrani, in kako vpliva na njegovo zdravje pomanjkljiva prehrana.

Številni poizkusi, ki so jih delali Angleži in Amerikanci, zaznamujejo ugodni vpliv ustrezne prehrane na telesno višino in težo doraščajočega otroka. Naša raziskovanja o telesnem razvoju iz leta 1949, so nam pokazala, da neurejena in pomanjkljiva prehrana med okupacijo v prvih povojnih letih ni bistveno vplivala na telesno višino osnovnošolskega otroka, močan negativen vpliv pa smo zasledili pri teži. Otroci so bili 0.6 do 1.8 kg lažji od predvojnih. Zanimiva je bila ugotovitev, da so bili dečki močneje prizadeti kakor deklice, pojav, ki potrjuje dejstvo, da je deček biološko občutljivejši. Pri nas se je torej pomanjkljiva prehrana pri telesnem razvoju pokazala le v padcu teže.

Že dolgo je znano, da tonus — napetost mišic pri nepravilno hranjenem otroku pada. Take mlahave mišice se hitreje utrudijo in lahko v šolskem obdobju, ko otrok pri pisanju in čitanju mnogo sedi in navadno nepravilno sedi, prej ali slej privedejo do napak v telesni drži. Velik porast takih okvar v povojnih letih zato vzročno povezujemo tudi s količinsko in kakovostno slabšo prehrano naših dni.

Količina krvnega barvila je prav tako odvisna od kvalitete prehrane. Po izjavi vodstva Šolske poliklinike v Ljubljani se je hemoglobinska vrednost krvi po uvedbi mlečnih kuhinj neznatno izboljšala; vendar so preiskave krvi osnovnošolskih otrok na demonstracijskem centru za šolsko higieno pri CHZ v tekočem šolskem letu pokazale, da je še vedno nizka. V prvem razredu ima le 2,7 % otrok optimalno, 37,8 % dobro, 45,9 % otrok komaj še zadovoljivo, a 13,6 % otrok hemoglobinsko vrednost pod normalo. Še slabše rezultate so dali pregledi otrok drugega razreda.

Pri pomanjkljivo hranjenih otrocih se pojavlja tudi slab tek, slabo spanje, pomanjkanje veselja in volje do telesnega gibanja in iger, zlasti pa padec telesne odpornosti proti boleznim. Če zasledujemo obolenje naše mladine v Ljubljani v zadnjih 10 letih, vidimo, da je izredno visoko, da ne kaže tendence opadanja. Porast beležimo predvsem pri revmatozah in alergičnih obolenjih. Nazadovanje zaznamujemo le pri tuberkulozi, ki je padla od 17,65 ‰ na 5,75 ‰, torej skoro za celih 300 %, je pa še vedno nekoliko višja kot v gospodarsko razvitih zamejskih državah. Vzrok temu padcu je verjetno obvezno besežiranje otrok, manj verjetno nekoliko boljša prehrana, ki se je dvignila predvsem po kalorični vrednosti, a ne po sestavi.

Če govorimo o vplivu hrane na otroka, mislimo pri tem navadno na njegovo telesno zdravje, redko na njegove duševne sposobnosti. Pedagogi pa opozarjajo na to, da se otroci, ki dobivajo iz socialnih razlogov ali neprosvetljenosti staršev pomanjkljivo prehrano, ne morejo v šoli dobro koncentrirati. Naravna posledica slabe koncentracije je slabše dojetanje učne snovi, slabša reprodukcija, slabši učni uspehi. Ni pa pri teh otrocih okrnjena samo sposobnost koncentracije, temveč tudi znaki utrujenosti nastopajo pri njih neprimerno hitreje kot pri pravilno hranjeni deci. Da je sposobnost za umsko delo res odvisna v veliki meri tudi od prehrane, so dokazali boljši učni uspehi naših otrok, kakor hitro so začeli prejemati ob odmoru v šoli mlečni obrok. Morda je dobra in obširna organizacija mlečnih kuhinj v mestu Ljubljani pripomogla k temu, da so se semestralske ocene v tekočem letu močno izboljšale ne samo v osnovnih, temveč tudi v srednjih šolah, kjer so se malice uvedle šele letos.

Zdrava in pravilno sestavljena hrana vpliva torej na telesno zdravje in duševni napredek otroka. Ta ugotovitev nalaga zdravstveni politiki in družbi važno nalogo. Zdravnikom, da seznanjajo ljudstvo z osnovami zdrave prehrane,

saj pomanjkljivost naše prehrane ne izvira samo iz ekonomskih faktorjev, iz nižjega življenjskega standarda, temveč tudi iz slabih prehrabnih navad, ki prehajajo iz roda v rod, iz nepoučenosti ljudstva. Sprememba slabih prehrabnih navad v zdrave pa sodi na področje zdravstvene dejavnosti in med dolžnosti, ki jim je namen dvigniti telesni in duševni razvoj našega otroka. Seveda je takšna preusmeritev, čeprav najbolj učinkovita in trajna, vendarle dolgotrajen proces. Čakati nanjo zato ne moremo in ne smemo! Družba je dolžna priskočiti otroku takoj na pomoč.

Mislim, da bi najuspešneje pomagali otroku, če bi ubrali pot, ki jo je ubrala večina gospodarsko razvitih držav v svetu, da namreč vsakemu otroku v šoli poleg skodelice mleka nudimo tudi kosilo. Kosilo, ki bi ga pripravljali po navodilih prehrabnih strokovnjakov, upoštevajoč tiste deficite, ki jih zaradi slabih prehrabnih navad izkazuje prehrana v določenem kraju. Izdatki za prehrano bi se seveda vsaj v neki meri morali kriti pač iz javnih sredstev. Kjer bi to bilo mogoče, pa morda tudi z znižanjem otroških dodatkov, ki se tu pa tam še vedno ne trošijo otroku v prid in v takih primerih tako ali tako ne dosegajo osnovnega namena. Seveda bi s tako oskrbo uvedli tudi red v prehrano otroka zaposlenih mater, red, ki je važen pogoj za telesno uspevanje. V šolski kuhinji bi lahko korigirali slab, nepravilen odnos otroka do nekaterih jedi, ki so važne za njegovo zdravje, a jih odklanja zavoljo slabih vzgojnih vplivov doma. Z enakim kosilom v šoli izenačujemo socialne razlike, čeprav te že zaznavno izginjajo. Vzlic spremenjenim družinskim odnosom se je žal še zelo malo spremenil konservativni odnos moža do odgovornosti za gospodinjstvo delo v domu. Z vključevanjem dečka v postrežbo pri raznih delih v šolski kuhinji, kot je pripravljanje in pospravljanje miz, delitev hrane in tako dalje, lahko vplivamo na preoblikovanje njegove nesodobne miselnosti. Higijenske navade, kulturo mize, ki jo tako pogrešamo v naših družinah, vse to bi mogli privzgojiti našemu otroku — bodočemu očetu — bodoči matri — v šolski kuhinji.

Šolska kuhinja povezuje torej zdravstvene in vzgojne cilje, zato bi si morali prizadevati, da jo uvedemo. Optimalna rešitev prehrabnega vprašanja naših otrok je iz objektivnih razlogov za zdaj nemogoča. Naše stare šolske stavbe nimajo kuhinj. Za dovažanje kosila iz centralne šolske kuhinje v posamezne šole večjih naselij nam manjka ustreznih, toplotno dobro izoliranih posod in prevoznih sredstev. Mnenja pa sem, da bi morali pri šolskih novogradnjah imeti ta cilj pred očmi in v gradbeni program obvezno vključevati tudi kuhinjski trakt. Take šolske kuhinje so seveda pesem bodočnosti. Za zdaj si moramo pomagati pač v okviru danih možnosti. Ker je glavni deficit otrokove prehrane v živalskih beljakovinah, kalciju in vitaminih in ker najdemo vse te snovi v mleku, je naša dolžnost, da skrbimo vsaj za dopolnilno prehrano, da ustanavljamo mlečne šolske kuhinje v večjem obsegu, kot smo to delali do sedaj. Žene, vključene v naše množične organizacije, si vedno žele in najboljše rešujejo konkretne naloge. Mlečna šolska kuhinja na vsaki šoli bi morala postati taka konkretna naloga. Skodelico mleka bi moral dobivati vsak otrok umskega ali ročnega delavca, prav tako pa tudi polproletarski otrok našega podeželja. Poudarila sem polproletarski otrok, vendar sem mnenja, da bi morali iz vzgojnih razlogov vključiti tudi otroka socialno krepkejšega kmeta. Saj izdatki za mlečni obrok lahko krije z denarnim prispevkom ali pa prispeva šolski mlečni kuhinji tedensko 2 litra svežega mleka iz domačega gospodarstva.

Za ostvaritev zamisli »Vsakemu otroku dnevno mlečni obrok v šoli« je potrebna seveda materialna pomoč oblastvenih organov. Ko smo pregledali, kdo ne jemlje mlečnega obroka na šoli Ledina v Ljubljani, smo ugotovili, da ga 13,3 % otrok ne bi prejelo iz socialnih razlogov, če bi vodstvo šole ne oskrbelo posebnih kreditov. Četudi prispevek za malico ni zelo visok, naraste pri mnogoštevilni družini v znesek, ki ga starši težko zmorejo. Ravno otroci mnogoštevilnih družin pa bi morali dobivati mlečni obrok, saj je prav v takih družinah največja verjetnost, da je domača hrana pomanjkljiva. Dolžnost pedagoškega kadra, organizacij in vseh delavcev na področju socialno-zdravstvene zaščite mladine pa je, da propagirajo zdravo prehrano mladine in mobilizirajo v ta namen potrebna sredstva. Pomoč bodo našli povsod, kjer koli bo prodrlo spoznanje, da je od pravilne prehrane mladine odvisno zdravje mladega rodu, njegova obrambna sposobnost, bodoča zmogljivost delovnega človeka in da je bolezní preprečevati ceneje kakor pa jih zdraviti.

## Prvi izsledki, ki predš

Dr. Šk

sala  
»Me  
tral  
ne

## o zdravju ni

ar

ter izvedbi — sta pi-  
Jarnovič v 1. letniku  
niziral je akcijo Cen-  
o na področju Ljublja-  
mtra.

Prvenstveni namen z ter osvetlitev vzrokov, f  
zdravja. O otroški smrtnosti smo često govorili. Povedali smo, da je otroška smrtnost od predvojnega časa znatno padla, tako v prvem letu starosti kot pri otrocih v predšolski dobi. Povedali smo, da je v primerjavi s smrtnostjo drugih držav otroška smrtnost pri nas še vedno visoka, da se med vzroki pri smrtnih primerih dojenčkov često navajajo nedonošenost, obrojstvene poškodbe, atrofija, pljučnica, med vzroki pri smrtnih primerih malih in predšolskih otrok pa bolezní dihal in prebavil. Otroška obolevnost pa se omenja le redko. Podatki o otroškem obolevanju so pomanjkljivi in prikazujemo z njimi samo bolezní tistih otrok, ki so bili prineseni v zdravstveno ustanovo, nekega pregleda o splošnem zdravstvenem stanju otrok pa pri tem ne dobimo. Z zamišljeno anketo pa bi dobili enkratni prerez stvarnega stanja, ki bi ga dopolnili še s podatki o obolevanju v prejšnjih letih in seveda s podatki o vzročnosti obolenj ter razmerah, v katerih otroci žive. Vseh otrok bi seveda z anketo ne mogli zajeti, delo bi bilo preobsežno in dolgotrajno. Zato smo izbrali po zastavljeni vzorčni metodi le določen del družin, izbrali jih pa tako, da so pravi predstavnik vseh družin, tako po številu otrok, starosti otrok in socialnem poreklu. Anketno akcijo je sicer narekovala zahteva po statističnih podatkih in so se poprejšnje priprave za zbiranje podatkov ter organizacija akcije vršile po vseh načelih statistične metodike, vendar pa je imela anketa, izvedena v družini sami, prvenstveno značaj dobro pripravljene ter dobro izvršene hišne obiska,