

**Анализ анкетирования в рамках реализации профилактического проекта
«Речица – здоровый город»
(за 2022 год в сравнении с 2021 годом)**



С целью изучения поведенческих факторов риска (курение, злоупотребление алкоголем, нерациональное питание, отсутствие физической активности) и оценки

эффективности проводимых мероприятий в рамках реализации проекта «Речица – здоровый город», в декабре 2022г. прошел ежегодный социологический опрос в котором приняло участие 1000 респондентов (работники организаций и предприятий, сотрудники и учащиеся учреждений образования, медицинские работники, сотрудники объектов торговли и др.) из них женщины составили 74,2%, мужчины – 25,8%.

Респонденты – представители разных возрастных групп: до 30 лет – 33%, 31 - 40 лет – 21%, 41 - 60 лет – 40%, 61 и старше – 6%.

Здоровый образ жизни (ЗОЖ) – это образ жизни человека, направленный на профилактику болезней и укрепление здоровья. Сюда входят все сферы человеческого существования, начиная с питания и заканчивая эмоциональным настроением. Согласно полученным результатам опроса 50% респондентов считают здоровый образ жизни престижным, но при этом свой образ жизни не могут назвать таковым. 45,4% также считают ЗОЖ престижным и соблюдают все его принципы, тогда как 3,2% респондентов ведут такой образ жизни как им хочется. 1,4% – затрудняются ответить.

Более половины опрошенных (51,4%) оценили состояние своего здоровья как удовлетворительное, что на 6,3% больше в сравнении с 2021 годом (45,1%). 42,6% респондентов оценили состояние своего здоровья как хорошее, что на 14% больше, чем в 2021 году (31,1%). Количество человек, оценивающих свое состояние как плохое составило 2%. Затрудняются оценить состояние своего здоровья 4% респондентов.

Здоровье каждого человека определяется соотношением внешних и внутренних воздействий на его организм, так 50,6% опрошенных считают, что на их здоровье влияют экологические условия (состояние воды, воздуха и тд.) (декабрь 2021 – 55,1%), 26,4% уверены, что больше всего состояние их здоровья ухудшает недостаточная физическая активность, 25,4% респондентов считают, что это качество питания. 22,2% опрошенных считают, что на их здоровье влияет качество медицинской помощи, что на 6,2% меньше в сравнении с 2021 годом (28,4%). 20% склонились в сторону наследственности (декабрь 2021 – 14,4%). Также имеется тесная связь между состоянием здоровья и условиями труда, таким образом 18,4% респондентов

считают, что именно они влияют на состояние их здоровья (*декабрь 2021 – 24%*). 17% опрошенных думают, что их здоровье ухудшилось из-за курения, а 14,4% считают, что из-за употребления алкоголя.

Наличие избыточного веса является одним из основных факторов риска неинфекционных заболеваний (инсульт, инфаркт, диабет и др.), поэтому 40,4% опрошенных следят за своим весом (*декабрь 2021 – 43,7%*).

На 2% увеличилось количество опрошенных, которые стараются спать не менее 8 часов в сутки (*декабрь 2021 – 35,8%, декабрь 2022 – 37,8%*).

Оставаться здоровым и молодым – это возможность полноценно прожить свою жизнь. И эта возможность есть у каждого человека. Так для того, чтобы сохранить и укрепить свое здоровье 24,8% опрошенных ежедневно делают зарядку, 23% респондентов ограничивают употребление алкоголя, 22% – ограничивают курение.

19,4% участников опроса для сохранения и укрепления своего здоровья посещают бассейн и тренажерный зал, 16,2% – занимаются активными видами спорта, 8% закаляются.

Курение является одной из самых частых причин смерти, которую человек в силах предотвратить. Все формы употребления табака вредят здоровью, и безвредной дозы табака не существует. Между тем в мире ежегодно табак уносит несколько миллионов человеческих жизней. Курение четко связано с развитием рака легких, эмфиземы, хронического бронхита, стенокардии, инсульта, вызывает внезапную смерть, аневризму аорты и заболевания периферических сосудов, а также другую серьезную патологию внутренних органов.

Результаты анкетирования показали, что 77,6% участников соцопроса никогда не пробовали курить (*декабрь 2021 – 43,9%*), тогда как 18,4% опрошенных курят постоянно, (*декабрь 2021 – 13,9%*). Стоит отметить тот факт, что с каждым годом увеличивается количество лиц, курящих электронные сигареты. Если на момент начала реализации проекта в 2018 году только 1,1% опрошенных курили электронные сигареты, то в 2022 году – 8,1% (*декабрь 2021 – 2,7%*).

От случая к случаю курят 6,4% респондентов (*декабрь 2021 – 11,4%*).

О пагубном влиянии пассивного курения на организм человека известно давно. И, если еще недавно полагали, что табачный дым лишь раздражал некурящих, то по мере накопления информации стало ясно, что пассивное курение по-настоящему подвергает риску здоровье человека. Согласно данным опроса 11,8% респондентов подвергаются пассивному курению, при этом 3% опрошенных – дома, 1% – на работе и 7,8% – в других местах.

Отказ от курения можно рассматривать как одно из эффективных и перспективных направлений оздоровления населения и профилактики неинфекционных заболеваний, так по результатам исследования 10% – курили, но бросили (*декабрь 2021 – 28,1%*).

Проблема пьянства и алкоголизма продолжает оставаться одной из самых социально значимых и актуальных для нашего государства. Это негативное явление причиняет как обществу в целом, так и отдельным гражданам огромный материальный и нравственный ущерб.

При анализе социологического опроса было установлено, что больше половины опрошенных (53,6%) употребляют алкоголь несколько раз в год (по праздникам) (*декабрь 2021* – 72,7%), 14,4% – 1-2 раза в месяц, 2% – 1-2 раза в неделю. Ежедневно употребляют алкогольные напитки 0,8% респондентов, что на 0,7% меньше в сравнении с предыдущим годом (*декабрь 2021* – 1,5%).

28,8% опрошенных отметили, что никогда не употребляли алкоголь.

Одной из больших проблем является наркопотребление, которая требует пристального и неослабевающего внимания. Согласно данным исследования наибольшая доля респондентов (99,6%) не употребляли наркотические вещества, однако среди опрошенных были и те, кто когда-либо употреблял (0,4%).

Правильно организованное питание оказывает влияние на жизнедеятельность, гармоническое развитие физических и духовных сил, здоровье и является профилактическим средством ряда заболеваний. Многие люди болеют от того, что беспорядочно и нерегулярно питаются.

Согласно результатам опроса 48% респондентов стараются принимать пищу не менее 3 раз в день (*декабрь 2021* – 49,1%), 46,6% – выпивают достаточное количество воды (*декабрь 2021* – 40,3%), 46% опрошенных при организации своего питания следят за маркировкой и сроком годности употребляемых продуктов (*декабрь 2021* – 60,4%).

Для нормальной жизнедеятельности организма 35,8% респондентов – стараются сделать свой рацион питания максимально разнообразным (*декабрь 2021* – 33%), 32,6% – стараются употреблять натуральные продукты (*декабрь 2021* – 42,7%).

На сегодняшний день йодированная соль обрела не малую популярность. Во множестве домашних хозяйств между йодированной и обыкновенной поваренной солью выбирают именно йодированную. По результатам исследования было выявлено, что 17,2% респондентов используют при приготовлении пищи йодированную соль (*декабрь 2021* – 24,5%).

В целом, можно отметить, что опрошенные стараются следить за своим питанием, однако 16% респондентов отметили, что питаются, как придется (*декабрь 2021* – 9,8%).

Согласно данным исследования было установлено, что 59,8% респондентов употребляют менее 5 г соли (менее чайной ложки) в день, (*декабрь 2021* – 65,9%), более 5 г употребляют 8,8% опрошенных (*декабрь 2021* – 6,5%). Стоит отметить, что количество респондентов, употребляющих 5 г хлорида натрия в сутки составило 31,4%, что на 3,8% больше чем в 2021 году (27,6%).

У 73,4% респондентов двигательная активность составляет более 60 минут в сутки, что на 2,7% меньше, чем в 2021 году (76,1%), менее 30 минут у 3,8% опрошенных, что на 1,3% больше, по сравнению с 2021 годом (2,5%). Количество респондентов двигательная активность которых составляет 30-60 минут в день – 22, 8% (декабрь – 21,4%).

Большая доля респондентов (55,2%) отмечают, что иногда испытывают чувство напряженности, стресса или сильной подавленности (декабрь 2021 – 39,7%), часто испытывают чувство стресса 30,2% опрошенных (декабрь 2021 – 20,2%). 14,6% респондентов отмечают у себя хорошее психоэмоциональное состояние и никогда не испытывают чувство напряженности и подавленности.

Необходимо отметить, что более половины опрошенных – 53,4% удовлетворены имеющимися условиями для занятия физической культурой и спортом в г. Речица, 13,4% – не удовлетворены и 33,2% – затрудняются ответить.

Считают удовлетворительными условия для проведения досуга в городе 38% респондентов, тогда как 30,8% опрошенных считают их неудовлетворительными, 31,2% – затрудняются ответить.

Вместе с тем считают неудовлетворительными качество и доступность медицинской помощи 36,2% респондентов, 42,8% считают их удовлетворительными, 21% – затрудняются ответить.

Обращает на себя внимание, что 42,6% охваченных анкетированием людей считают неудовлетворительными условия для безопасного дорожного движения (наличие тротуаров, велосипедных дорожек, регулируемых и нерегулируемых пешеходных переходов и т.п.). Удовлетворительными их считают лишь 41%. 16,4% респондентов затрудняются ответить.

45,2% опрошенных считают удовлетворены наличием безбарьерной среды на улицах города для доступа в жилые дома, административные и общественные организации, учреждения соцкультбыта, 19,6% респондентов данные условия не устраивают, 35,2% – затрудняются ответить.

Большая доля респондентов – 62,2% удовлетворены качеством продуктов питания и воды в городе, 22,2% считают их неудовлетворительными, 15,6% – затрудняются ответить.

63,6% респондентов не слышали о проекте «Речица – здоровый город», 9,2% опрошенных принимали участие в мероприятиях в рамках данного проекта, 27,2% – о проекте слышали, но о том, что проводятся какие-либо мероприятия нет.

ВЫВОДЫ:

Таким образом, анкетирование показало, что личностная ценность участников опроса на достаточно высоком уровне. 45,4% респондентов считают ЗОЖ престижным и соблюдают все его принципы. Преобладающее количество респондентов оценивают состояние своего здоровья как хорошее, либо удовлетворительное. Более половины опрошенных никогда не пробовали курить, 10% – курили, но бросили. Большинство респондентов (99,6%) никогда не употребляли наркотические

вещества, 28,8% – никогда не употребляли алкоголь. 48% опрошенных следят за своим питанием и стараются употреблять пищу не менее 3 раз в день, 59,8% – употребляют менее 5 г соли (менее чайной ложки) в день. У 73,4% респондентов двигательная активность составляет более 60 минут в сутки.

Однако обращает на себя внимание тот факт, что 18,4% опрошенных все же курят постоянно, с каждым годом увеличивается количество лиц, курящих электронные сигареты (с 1,1% в 2018г. до 8,1% в 2022г.). 11,8% респондентов подвергаются пассивному курению дома, на работе и в других местах. Больше половины опрошенных (53,6%) эпизодически употребляют алкоголь. В целом, можно отметить, что опрошенные стараются следить за своим питанием, однако 16% респондентов отметили, что питаются, как придется. Большая часть респондентов (55,2%) отмечают, что иногда испытывают чувство напряженности, стресса или сильной подавленности. Полученные данные говорят о необходимости активной профилактической работы в данном направлении.

Необходимо усилить агитационную и информационную работу по информированию населения о реализации проекта «Речица - здоровый город» и проводимых мероприятиях в рамках проекта. 63,6% респондентов не слышали о данном проекте и проводимых в его рамках мероприятиях, что говорит о недостаточной осведомлённости населения о его реализации.

В результате проводимых мероприятий в рамках профилактического проекта «Речица – здоровый город» у горожан формируется образ современного, успешного здорового человека и стремление ему соответствовать. Таким образом необходимо постоянно вести работу, направленную на сохранение и укрепление физического, психологического, нравственного и социального здоровья населения.



Отделение общественного здоровья
ГУ «Речицкий ЗЦГЭ»