

«О результатах мониторинга поведенческих факторов риска»

В 2019 году специалистами УЗ "Могилевский зональный центр гигиены и эпидемиологии" организован и проведен социологический опрос по изучению распространенности ведущих поведенческих факторов риска среди жителей города. В данном опросе приняли участие 1137 человек, среди которых 54,2% составили женщины, 45,8% – мужчины. 54,6% опрошенных оценивают состояние своего здоровья как удовлетворительное. 16,7% опрошенных указали, что за последний год их самочувствие значительно ухудшилось.

В данном исследовании была поставлена задача выявить различия в самооценках здоровья различных половозрастных групп. Говоря о динамике состояния здоровья, можно отметить его резкое ухудшение в возрастном интервале старше 50 лет, как у мужчин, так и у женщин. 43,3% опрошенных отметили, что у них имеются хронические заболевания (тонзиллит, ХОБЛ, атеросклероз, диабет 2 степени, ИБС, гастрит, хронический бронхит, сколиоз, панкреатит, аденома и др.).

Опыт многих стран, основанный на научных исследованиях, показывает, что существует группа факторов, которые влияют на здоровье человека и могут быть причинно связаны с развитием различных хронических заболеваний. Устранение влияния факторов риска влечет в последующем к снижению заболеваемости. Так какую же распространенность имеют поведенческие факторы риска среди жителей нашего города?

К поведенческим факторам риска неинфекционных заболеваний относят курение, употребление алкоголя, чрезмерное употребление соли, низкая физическая активность, избыточная масса тела, нездоровое питание. В результате проведенного социологического опроса в 2019 году установлено:

1. КУРЕНИЕ: количество курящих (тех, кто курит постоянно либо от случая к случаю) составляет 30,6% (в 2018 году 33,8%, в 2017 году 30,5%). За последние 3 года наблюдается стабилизация количества курящих на уровне 30% (+/-3%). Наибольшее число курильщиков, согласно данным исследования, сосредоточено в возрастной группе 32-60 лет (49,3%).

2. УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ: большинство опрошенных (40,7%) употребляют алкоголь несколько раз в год (в 2018 году – 36,2%), несколько раз в месяц 26,9% (в 2018 – 26,1%), несколько раз в неделю – 7,6% (в 2018 году – 7,8%), никогда не употребляют алкоголь – 24,8% (29,9% в 2018).

Таким образом, основная часть опрошенных употребляют алкогольные напитки умеренно.

3. ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ: 38,5% опрошенных имеют недостаточную физическую активность (то есть не уделяют физической активности не менее 20 минут в день), в 2018 году данный показатель составлял 44,1%.

4. ИЗБЫТОЧНАЯ МАССА ТЕЛА: указали, что имеют избыточную массу тела 36,2% опрошенных.

5. УПОТРЕБЛЕНИЕ СОЛИ: 6,6% отметили, что употребляют много или слишком много соли или соленых соусов (53,3% опрошенных употребляют среднее количество соли, мало и слишком мало – 30,9%).

6. ПИТАНИЕ: В ходе опроса респондентам было предложено оценить своё питание: так, 67,5% опрошенных указали, что их питание в целом здоровое, но иногда бывают послабления. 18,3% назвали свое питание здоровым и **14,2%** респондентов указали, что их **питание нездоровое**.

Почти половина мужчин (46,9%) и треть женщин (32,6%) в возрасте 18-69 лет имеют три и более поведенческих фактора риска неинфекционных заболеваний. Причем в старших возрастных группах количество людей с высоким риском развития неинфекционных заболеваний увеличивается почти вдвое.