

ALYTAUS MIESTO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

Budžetinė įstaiga, Daugų g. 5A, LT-62169 Alytus, tel./faks. (8 315) 51 653 el. p. biuras@alytausvb.lt
Duomenys kaupiami ir saugomi Juridinių asmenų registre, kodas 301768543

**2018 METŲ SUAUGUSIŲJŲ GYVENSENOS TYRIMO DUOMENŲ
APŽVALGA ALYTAUS MIESTE**

Parengė Alytaus miesto savivaldybės
visuomenės sveikatos biuro visuomenės sveikatos specialistė,
vykdanti visuomenės sveikatos stebėseną
Ingrida Geraltauskaitė

Alytus, 2019

Turinys

ĮVADAS.....	3
1. SOCIODEMOGRAFINĖS CHARAKTERISTIKOS	4
2. GYVENIMO KOKYBĖS, SVEIKATOS, LAIMINGUMO VERTINIMAS, PRISLĖGTA NUOTAIKA, BENDRAVIMAS 7	
2.1. Gyvenimo kokybės, sveikatos, laimingumo vertinimas, prislėgta nuotaika	7
2.2. Bendravimas su šeimos nariais, giminaičiais, draugais	8
3. SVEIKATOS ELGSENA	9
3.1. Fizinis aktyvumas ir mitybos įpročiai	9
4. RIZIKINGAS ELGESYS.....	11
4.1. Tabako gaminių bei elektroninių cigarečių vartojimas	11
4.2. Alkoholinių gėrimų vartojimas	12
4.3. Narkotinių ar psichotropinių medžiagų vartojimas	13
APIBENDRINIMAS.....	15

IVADAS

Suaugusiųjų gyvenimo suvestinėje-ataskaitoje pateikiami apibendrinti 2018 metais atlikto pirmojo suaugusių Alytaus miesto savivaldybės gyventojų gyvenimo tyrimo rezultatai. Tyrimas atliktas vykdant Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro įsakymą, nurodantį periodiškai savivaldybėse atlikti suaugusiųjų gyvenimo tyrimus.

Tyrimas atliktas vadovaujantis Higienos instituto parengta gyvenimo tyrimų organizavimo ir vykdymo metodika. Tyrimui naudotas su Sveikatos apsaugos ministerija suderintas klausimynas. 2018 m. suaugusiųjų gyvenimo tyrimo duomenų bazę sudarė 24 889 respondentų užpildytos anketos, kurių duomenis iki 2018 m. liepos 25 d. Higienos institutui perdavė apklausas vykde savivaldybes aptarnaujantys visuomenės sveikatos biurai. Visose savivaldybėse formuotos reprezentatyvios imtys, atsižvelgiant į gyventojų skaičių savivaldybėje, lytį, gyvenamąją vietovę. Apklausos vyko 2018 m. kovo – gegužės mėnesiais.

Analizėje pateikiami duomenys apie apklaustų asmenų skaičių bei jų pasiskirstymą pagal lytį ir gyvenamąją vietovę savivaldybėje, respondentų pasiskirstymas pagal sociodemografines charakteristikas (amžius, tautybę, šeiminei padėtis, išsilavinimas, pagrindinis užsiėmimas ir pajamos).

Tyrimo rezultatai pristatomi pagal 16 suaugusiųjų gyvenimo stebėsenos rodiklių, patvirtintų Sveikatos apsaugos ministro įsakymu. Rodikliai suskirstyti į tris grupes:

- *gyvenimo kokybės, sveikatos, laimingumo vertinimas, prisilęgta nuotaika, bendravimas;*
- *sveikatos elgsena (fizinis aktyvumas ir mitybos įpročiai);*
- *rizikingas elgsens (tabako, elektroninių cigarečių rūkymas, alkoholio vartojimas, narkotinių medžiagų vartojimas).*

Tyrimo populiacija – 18 metų amžiaus ir vyresni asmenys. Tyrimo imtis buvo apskaičiuota atsižvelgiant į populiacijos dydį, lytį ir gyvenamąją vietovę. 2018 m. Alytaus miesto savivaldybėje (toliau – Alytaus m.) buvo apklausta 420 asmenų

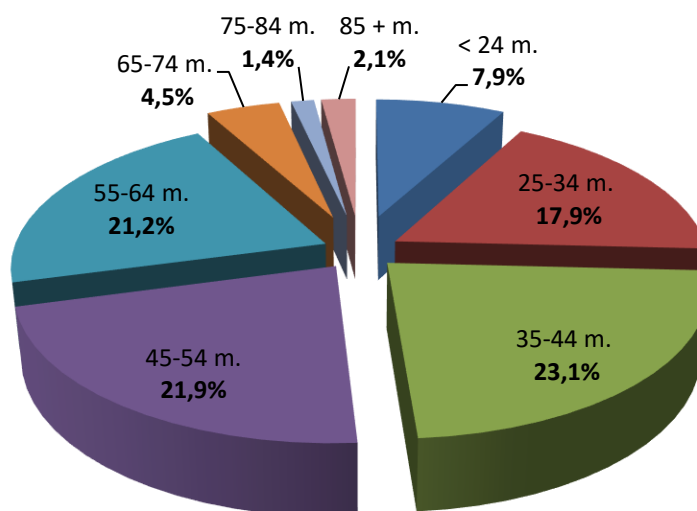
1. SOCIODEMOGRAFINĖS CHARAKTERISTIKOS

Tyrimo metu Alytaus miesto savivaldybėje didesnė dalis apklausta moterų (232 moterys) nei vyrų (188 vyrai) ir beveik visą imtį sudarė mieste gyvenantys respondentai (99,5 proc.) (1 lentelė).

1 lentelė Tyrimo apimtis Alytaus m. ir Lietuvoje

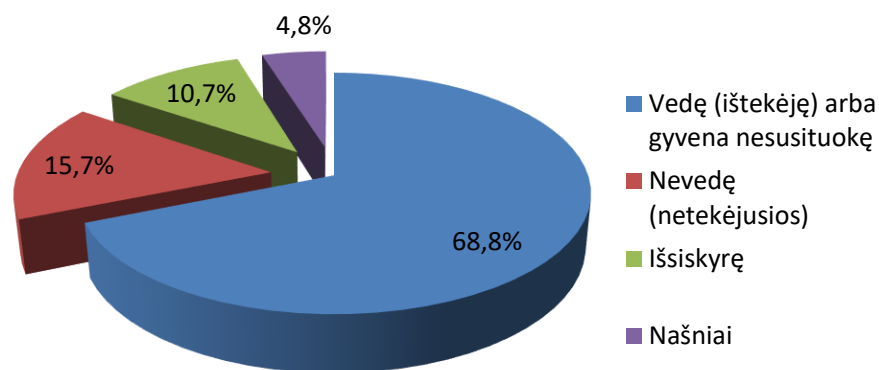
	Planuota apklausti	Apklausta					
		Iš viso	Vyrai (proc.)	Moterys (proc.)	Kaimas (proc.)	Miestelis (proc.)	Miestas (proc.)
Lietuva	24 850	24 889	10 974 (44,2)	13 862 (55,8)	7 963 (32,1)	5 052 (20,4)	11 810 (47,6)
Alytaus m.	417	420	188 (44,8)	232 (55,2)	1 (0,2)	1 (0,2)	415 (99,5)

Tyrimo dalyvių amžiaus vidurkis – 45 metai. Daugiausia Alytaus m. apklausta 35-64 metų amžiaus gyventojų (1 pav.).



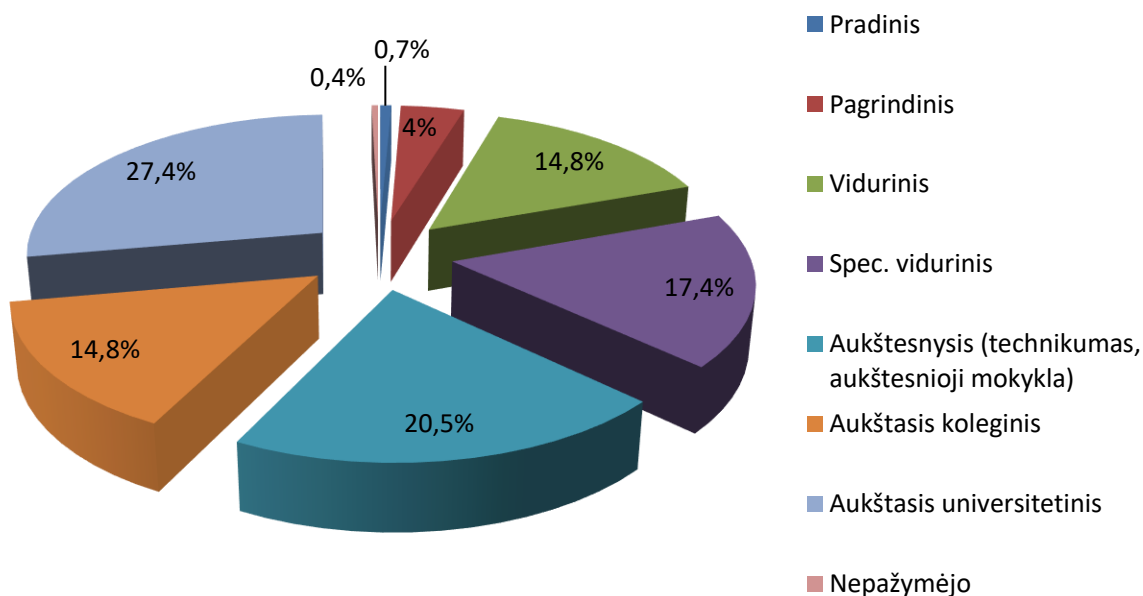
1 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal amžiaus grupes (proc.) Alytaus m.

68,8 proc. apklaustųjų buvo susituokę (-ios) arba gyveno poroje, 15,7 proc. – nevedę ar netekėjusios, 10,7 proc. – išsiskyrę (-ios) ir 4,8 proc. – našliai (-ės) (2 pav.).



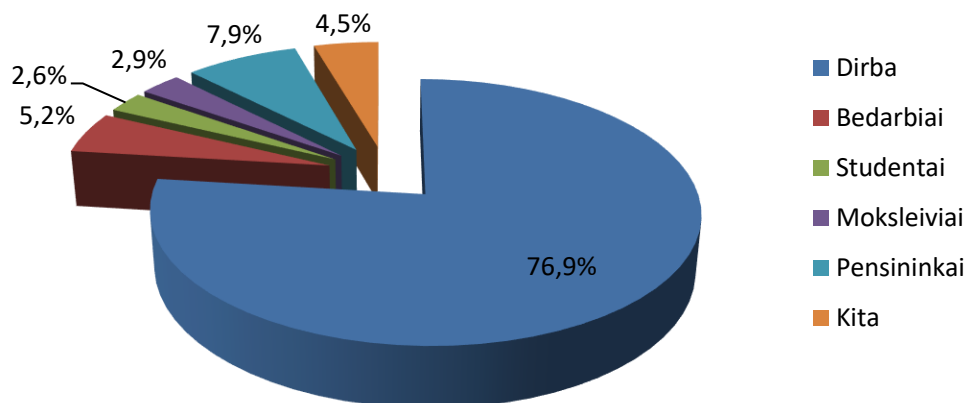
2 pav. Respondentų šeimninė padėtis (proc.) Alytaus m.

Skirstant respondentus pagal išsilavinimą paaiškėjo, kad 27,4 proc. respondentų turi aukštąjį universitetinį išsilavinimą, 20,5 proc. – aukštesnįjį išsilavinimą, 17,4 proc. – spec. vidurinį išsilavinimą, vidurinį arba aukštąjį koleginių išsilavinimus turi po 14,8 proc. respondentų. Mažiausiai apklaustųjų turėjo pradinį (0,7 proc.) ir pagrindinį išsilavinimą (4proc.), 0,4 proc. – nepažymėjo nieko. (3 pav.).



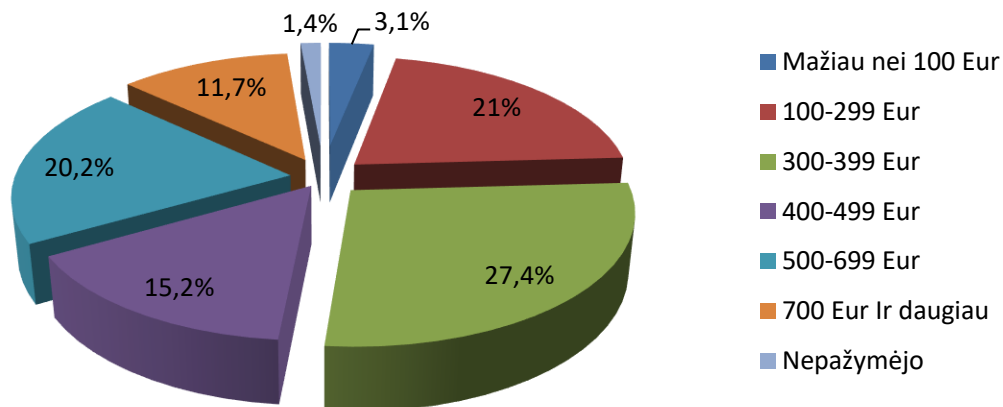
3 pav. Respondentų išsilavinimas (proc.) Alytaus m.

76,9 proc. respondentų darbą nurodė kaip pagrindinį savo užsiėmimą. 7,9 proc. apklaustųjų buvo pensininkai, o 5,2 proc. – bedarbiai (4 pav.).



4 pav. Respondentų užsiėmimas (proc.) Alytaus m.

Pasiskirstymas pagal gaunamas pajamas buvo įvairus, tačiau didžiausią dalį (27,4 proc.) sudarė respondentai, kurių vienam šeimos nariui per mėnesį „į rankas“ tenka nuo 300 iki 399 Eur. (5 pav.).

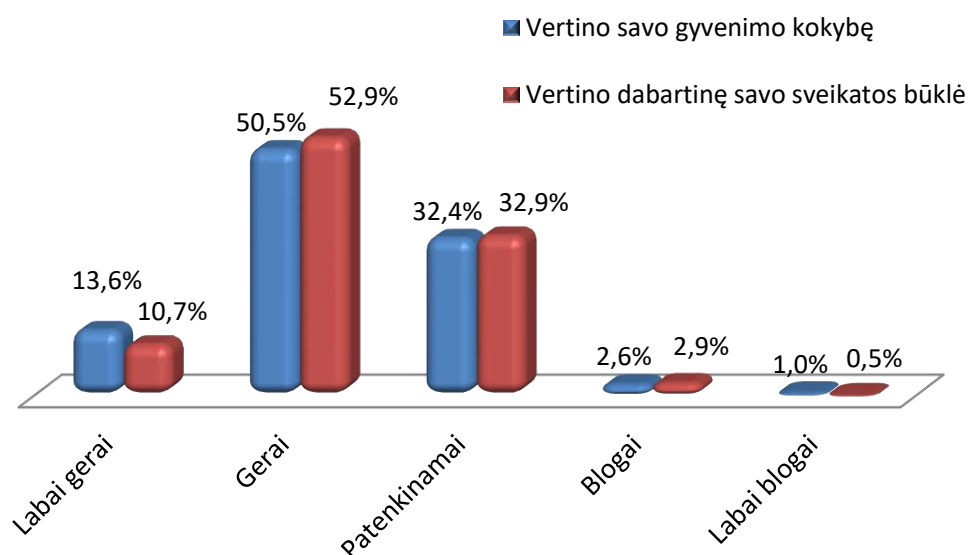


5 pav. Respondentų pajamos (proc.) Alytaus m.

2. GYVENIMO KOKYBĖS, SVEIKATOS, LAIMINGUMO VERTINIMAS, PRISLĖGTA NUOTAIKA, BENDRAVIMAS

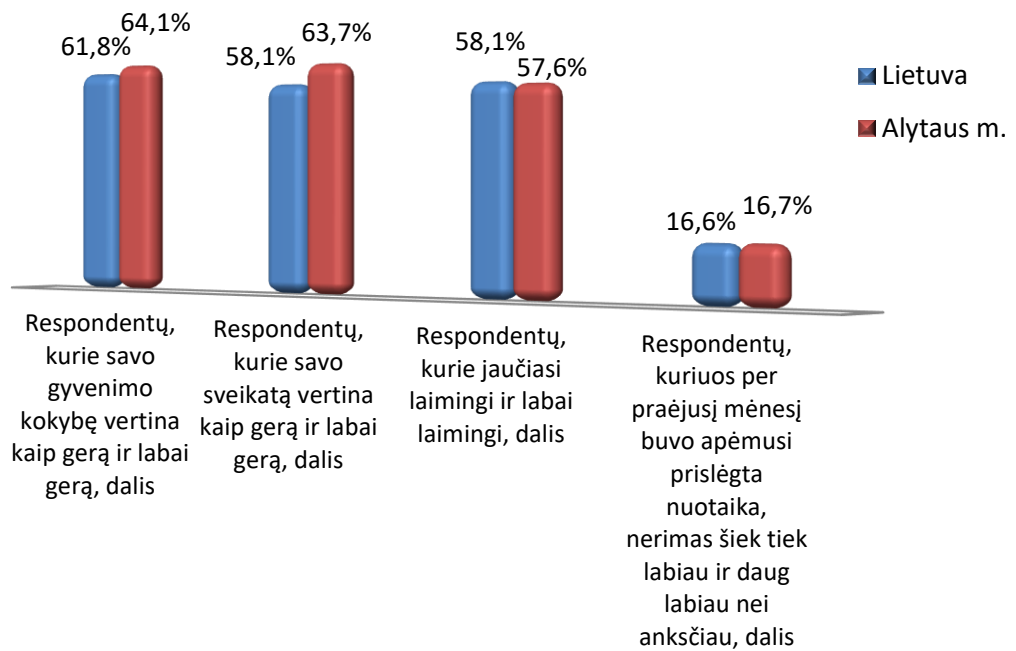
2.1. Gyvenimo kokybės, sveikatos, laimingumo vertinimas, prislėgta nuotaika

2018 m. Lietuvoje atlikto gyvensenos tyrimo duomenimis, Alytaus m. per paskutinius 12 mėnesių pakeitė savo gyvenimą dėl sveikatos 33,3 proc. respondentų. Daugiau nei pusė respondentų savo gyvenimo kokybę ir dabartinę sveikatos būklę vertina – gerai (6 pav.). Labai gerai savo gyvenimo kokybę vertino 13,6 proc. respondentų, o dabartinę savo sveikatos būklę – 10,7 proc. apklaustųjų.



6 pav. Respondentų, savo gyvenimo kokybės ir dabartinės sveikatos vertinimo dalis (proc.) Alytaus m.

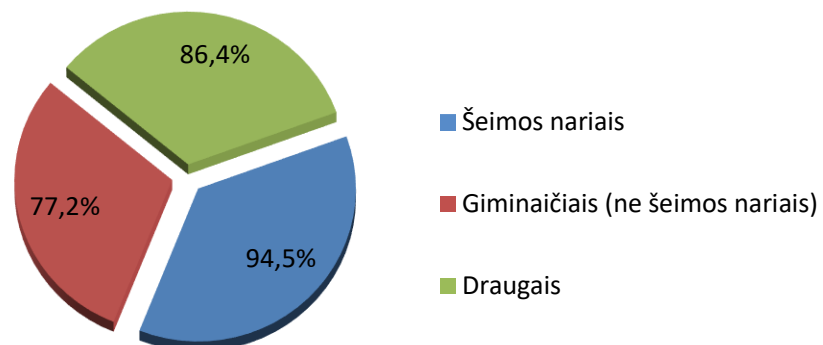
Lyginant Lietuvos vidurkius su Alytaus m. savivaldybės rodikliais (7 pav.), tyrimo duomenys parodė, kad labai gerai ir gerai savo gyvenimo kokybę ir sveikatą vertino daugiau Alytaus m. gyventojai. 58,1 proc. anketas pildžiusių Lietuvos respondentų – jautėsi laimingi ir labai laimingi, 16,6 proc. per praėjusį mėnesį buvo apėmusi prislėgta nuotaika, nerimas šiek tiek labiau nei anksčiau.



7 pav. Respondentų, gyvenimo kokybės, sveikatos, laimingumo vertinimas ir prislėgtos nuotaikos dalis (proc.), lyginant Alytaus m. ir Lietuva

2.2. Bendravimas su šeimos nariais, giminaičiais, draugais

94,5 proc. Alytaus m. apklaustųjų pasisakė, kad bendrauja su šeimos nariais bent kelis kartus per mėnesį. Pastebima, kad daugiau gyventojų bendrauja su draugais (86,4 proc.), nei su giminaičiais (77,2 proc.) (8 pav.).

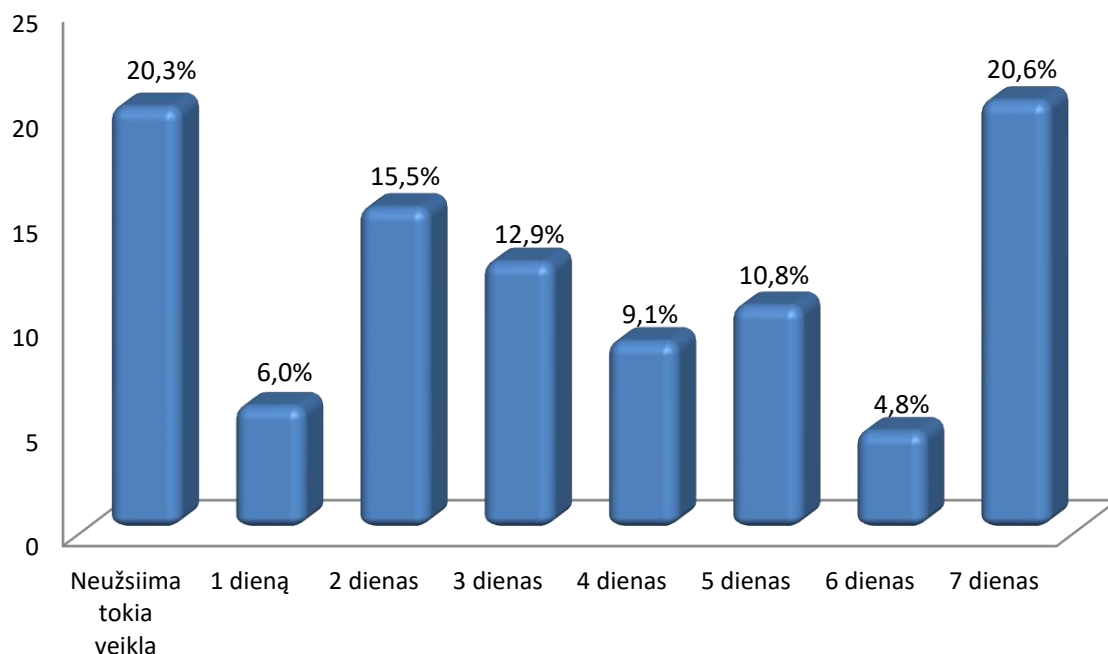


8 pav. Respondentų, kurie bent kelis kartus per mėnesį bendrauja su šeimos nariais, giminaičiais, draugais, dalis (proc.) Alytaus m.

3. SVEIKATOS ELGSENA

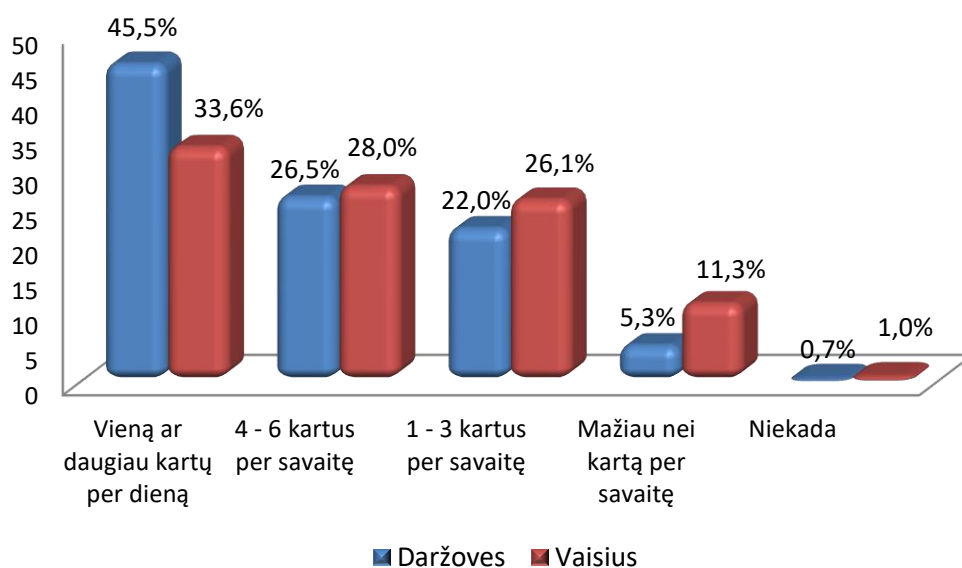
3.1. Fizinis aktyvumas ir mitybos įpročiai

Respondentų buvo klausiama „Kiek kartų per savaitę mažiausiai 30 min. užsiiminėjate energinga fizine veikla (mankštinatės, sportuojate, bėgiojate, greitai einate, važiuojate dviračiu, energingai dirbate namų ūkio darbus ir pan.) taip, kad pagreitėtų kvėpavimas ir pulsas?“. Rezultatai rodo, kad visai neužsiiminėja tokia veikla 20,3 proc. Alytaus m. respondentų. 21,5 proc. 1 – 2 dienas per savaitę užsiiminėja energinga fizine veikla, 21,1 proc. fiziškai aktyvūs būna 3 – 4 dienas ir patys aktyviausi nuo 5 iki 7 dienų per savaitę būna 36,2 proc. Alytaus m. tiriamų gyventojų (9 pav.).



9 pav. Respondentų užsiėmimas fizine veikla (proc.) Alytaus m

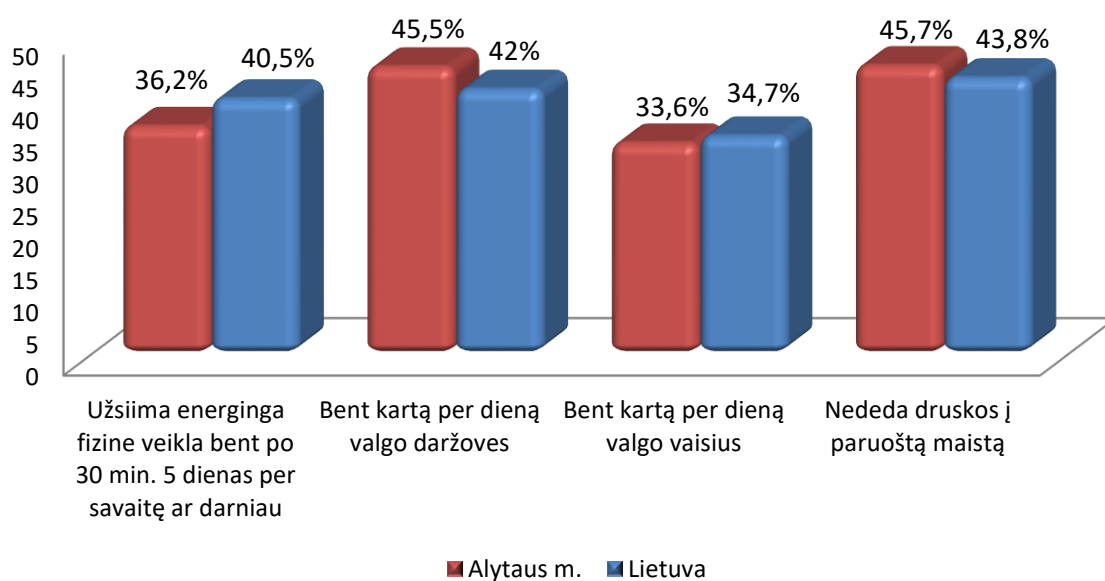
Tyrimo duomenys parodė, kad tik 45,5proc. Alytaus m. gyventojų bent kartą per dieną valgo daržoves ir tik trečdalis gyventojų bent kartą per dieną valgo vaisius (10 pav.). 4 – 6 kartus per savaitę daržoves valgo 26,5 proc. respondentų ir 28,0 proc. valgo vaisius.



10 pav. Respondentų valgo vaisius ir daržoves (proc.) Alytaus m

Apklauskos rezultatai rodo, kad Alytaus m. gyventojų užsiima energinga fizine veikla bent po 30 min. 5 dienas per savaitę ar dažniau, tačiau nesiekia Lietuvos vidurkio – 40,5 proc. (11 pav.).

Į klausimą „Ar papildomai dedate druskos į paruoštą maistą“ Daugiau kaip pusė apklaustų Alytaus m. gyventojų pasisakė, kad deda, o 45,7 proc. suaugusiųjų pasisakė, kad nededa druskos į paruoštą maistą. Pastebime, kad Alytaus m. gyventojai, mažiau vartoja druskos, lyginant su Lietuvos vidurkiu (43,8 proc.).

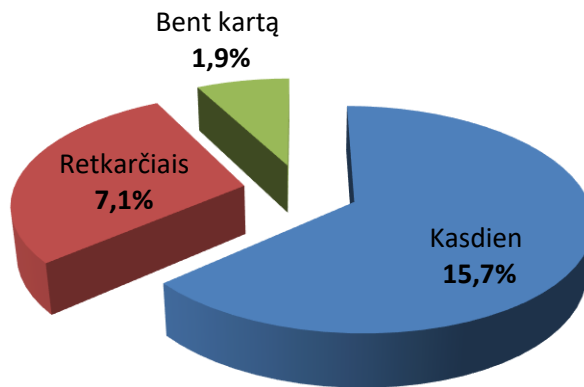


11 pav. Respondentų užsiėmimas fizine veikla ir mitybos įpročiai (proc.), lyginant Alytaus m. ir Lietuvą

4. RIZIKINGAS ELGESYS

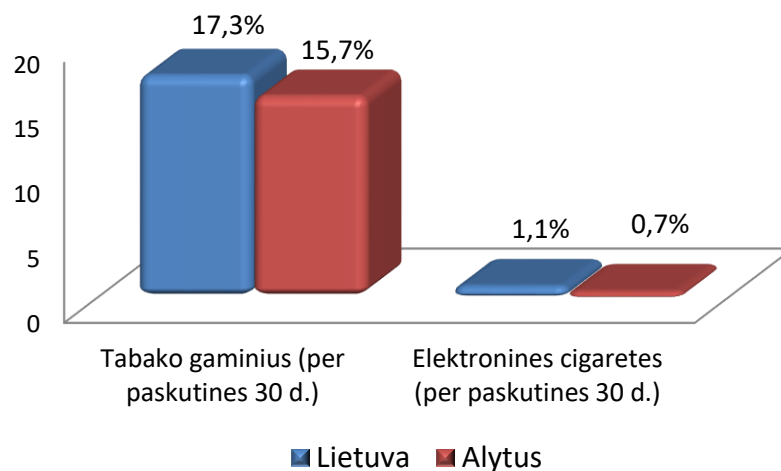
4.1. Tabako gaminių bei elektroninių cigarečių vartojimas

Apklausoje respondentų buvo prašoma pažymėti kaip dažnai vartoja tabako gaminius (rūkė), per paskutines 30 dienų. 15,7 proc. Alytaus m. gyventojų pareiškė, kad tabako gaminius rūkė kasdien, 7,1 proc. – retkarčiais ir 1,9 proc. respondentų tabako gaminius vartojo bent kartą per paskutines 30 dienų (12 pav.).



12 pav. Respondentų, kurie per paskutines 30 d. kasdien rūkė tabako gaminius dalis (proc.) Alytaus m.

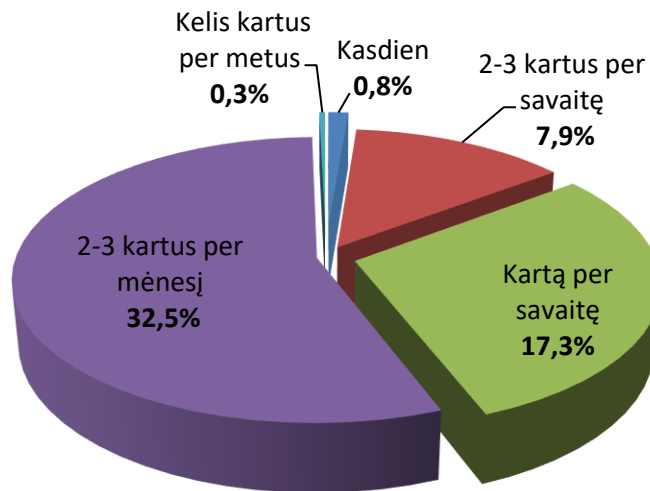
Alytaus m. gyventojų, kurie per paskutines 30 d. kasdien rūkė tabako gaminius, rodiklis yra mažesnis nei Lietuvos vidurkis (13 pav.). Taip pat tyrimo rezultatai rodo, kad gyventojai daugiau rūko tabako gaminius, nei elektronines cigaretes. Didžiausia dalis rūkančiųjų per paskutines 30 dienų yra iš Kalvarijos respondentai (26,4 proc.), o mažiausiai Palangos miesto gyventojai (8 proc.).



13 pav. Respondentų, kurie per paskutines 30 d. kasdien rūkė tabako gaminius ir elektronines cigaretes, dalis (proc.), lyginant Alytaus m. ir Lietuva

4.2. Alkoholinių gėrimų vartojimas

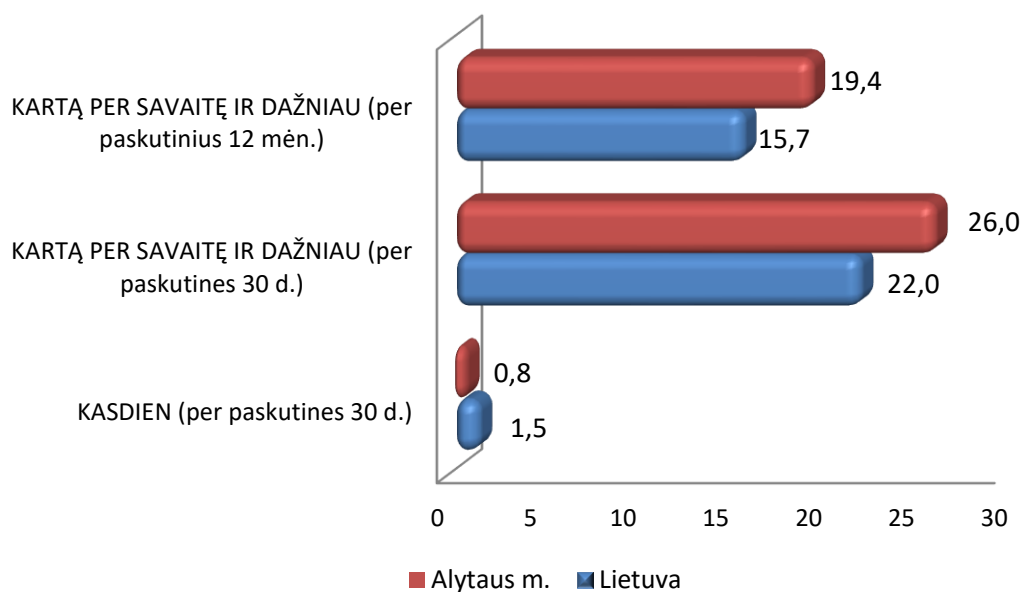
Alkoholio vartojimo tyrimo rezultatai rodo, kad per paskutines 30 dienų kasdien alkoholinius gėrimus vartojo 0,8 proc. respondentų. 26,0 proc. apklaustųjų pasisakė, kad vartojo alkoholinius gėrimus kartą per savaitę ir dažniau per paskutines 30 dienų (14 pav.).



14 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal bet kokio alkoholinio gėrimo vartojimą, per paskutines 30 dienų (proc.) Alytaus m.

Lyginant Alytaus m. rodiklį ir Lietuvos vidurkį pastebima, kad per pastarąsias 30 dienų alkoholinius gėrimus kasdien vartojo 0,8 proc. Alytaus m. gyventojų, tai yra mažiau nei Lietuvos vidurkis (1,5 proc.) (15 pav.).

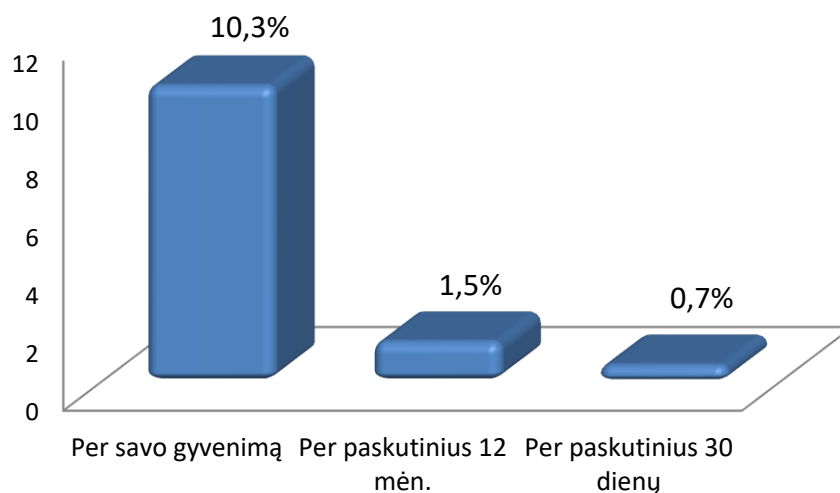
Alytaus m. gyventojai kartą per savaitę ir dažniau vartojo alkoholinius gėrimus, per paskutines 30 dienų ir per paskutinius 12 mėnesių daugiau nei Lietuvos mastu šalies gyventojai ir viršina Lietuvos vidurkį. Tačiau Alytaus m. gyventojai nėra tarp daugiausiai vartojančių alkoholi kasdien per paskutines 30 dienų. Daugiausia vartojančių yra Anykščių rajono gyventojai (5,9 proc.), o mažiausiai Klaipėdos m., Neringos ir Šiaulių r. gyventojai, tarp kurių nepasitaikė nei vieno gyventojų kuris kasdien vartotų alkoholinius gėrimus per paskutines 30 dienų.



15 pav. Respondentų, kurie vartojo alkoholinius gėrimus, dalis (proc.) lyginant Alytaus m. ir Lietuva

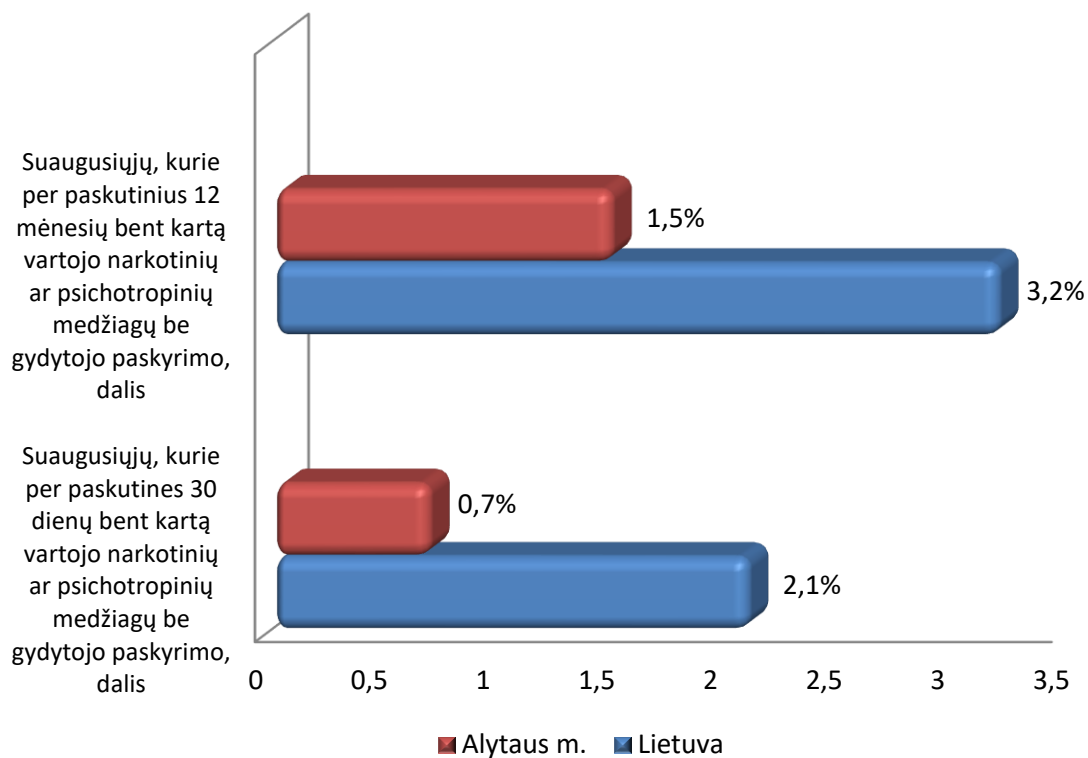
4.3. Narkotinių ar psichotropinių medžiagų vartojimas

Tyrimo duomenimis, per paskutines 30 dienų bent kartą vartojo narkotinių ar psichotropinių medžiagų be gydytojo paskyrimo 0,7 proc. respondentų. Per paskutinius 12 mėn. bent kartą vartojo narkotinių ar psichotropinių medžiagų 1,5 proc. apklaustųjų ir 10,3 proc. Alytaus m. gyventojų per savo gyvenimą bent kartą vartojo narkotikų ir psichotropines medžiagas. (16 pav.)



16 pav. Narkotinių ar psichotropinių medžiagų be gydytojo paskyrimo vartojimas Alytaus m. (proc.)

Tyrimo duomenimis narkotines ar psichotropines medžiagas vartojo be gydytojo paskyrimo mažiau Alytaus m. gyventojai lyginant su Lietuvos vidurkiu (17 pav.).



17 pav. Respondentų, kurie bent kartą per tam tikrą laiką vartojo narkotinių ar psichotropinių medžiagų be gydytojo paskyrimo, dalis (proc.) lyginant Alytaus m. ir Lietuvą

APIBENDRINIMAS

Iš 2018 metų Lietuvoje atlikto pirmojo suaugusių gyventojų gyvenimo tyrimo duomenų matyti, kad daugiau nei pusė Alytaus miesto respondentų savo gyvenimo kokybę ir dabartinę sveikatos būklę vertina gerai ir labai gerai. Taip pat 57,6 proc. Alytaus m. gyventojų jaučiasi laimingi ir labai laimingi.

94,5 proc. Alytaus m. apklaustųjų pasisakė, kad bendrauja su šeimos nariais bent kelis kartus per mėnesį, tačiau pastebima, kad daugiau gyventojų bendrauja su draugais nei su giminaičiais.

Tyrimo duomenys parodė, kad sveikatos elgsena Alytaus mieste nėra labai gera. Bent kartą per dieną valgo daržoves 45,5 proc. gyventojų, vaisius kasdien vartoja trečdalis respondentų, o papildomai nededa druskos į paruoštą maistą 45,7 proc. gyventojų.

2018 m. tyrimo duomenimis, Alytaus m. gyventojai lyginant su Lietuvos vidurkiu, mažesnė dalis respondentų užsiima energinga fizine veikla, bent po 30 min. 5 dienas per savaitę.

Tyrimo duomenimis Alytaus m. rūkymo paplitimas tarp gyventojų yra mažesnis, nei Lietuvoje. Alytaus m. kasdien rūkė tabako gaminius, per paskutines 30 dienų, prisipažino 15,7 proc. gyventojų. Alkoholinius gėrimus kasdien vartojo per pastarąsias 30 dienų 0,8 proc. Alytaus m. gyventojų, tai yra mažiau nei Lietuvos vidurkis (1,5 proc.). Narkotines medžiagas per savo visą gyvenimą bent kartą vartojo 10,3 proc. Alytaus m. respondentų.