

ALYTAUS MIESTO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

Biudžetinė įstaiga, Vingio g. 15A, LT-63218 Alytus, tel./faks. (8 315) 51 653 el. p. biuras@alytausvb.lt
Duomenys kaupiami ir saugomi Juridinių asmenų registre, kodas 301768543

**SUAUGUSIŲJŲ GYVENSENOS TYRIMAS 2022 M.
RODIKLIŲ SUVESTINĖ – ATASKAITA
ALYTAUS MIESTE**

Alytus, 2023

Turinys

ĮVADAS	3
Tyrimo apimtys	4
Sociodemografinės respondentų charakteristikos	4
SUAUGUSIŲJŲ GYVENSENOS RODIKLIAI	7
1. Gyvenimo kokybės, sveikatos vertinimas, laimingumas, prislėgta nuotaika, artimi žmonės, ilgalaikės sveikatos problemos ir gyvensenos keitimas	7
1.1. Gyvenimo kokybės, sveikatos vertinimas, laimingumas	7
1.2. Prislėgta nuotaika, artimi žmonės, ilgalaikės sveikatos problemos ir gyvensenos keitimas	8
2. Sveikatos elgsena.....	9
2.1. Fizinis aktyvumas ir mitybos įpročiai	9
3. Rizikingas elgsys.....	11
3.1. Tabako gaminių bei elektroninių cigarečių vartojimas	11
3.2. Alkoholio ir narkotinių ar psichotropinių medžiagų vartojimas	12
4. Saugumas kelyje	14
SUAGUSIŲJŲ GYVENSENOS STEBĖSENOS RODIKLIŲ PROFILIS	15
APIBENDRINIMAS	17

ĮVADAS

Suaugusiųjų gyvenimo rodiklių suvestinėje – ataskaitoje pateikiami apibendrinti 2022 metais atlikto antrojo suaugusių Alytaus miesto savivaldybės gyventojų gyvenimo tyrimo rezultatai. Tyrimas atliktas, vadovaujantis Bendrųjų savivaldybių visuomenės sveikatos stebėsenos nuostatais, patvirtintais Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2003 m. rugpjūčio 11 d. įsakymu Nr. V-488 „Dėl Bendrųjų savivaldybių visuomenės sveikatos stebėsenos nuostatų patvirtinimo“. Nuostatuose nurodoma savivaldybėse periodiškai atlikti gyvenimo tyrimus.

Tyrimas atliktas pagal Higienos instituto (toliau – HI) parengta gyvenimo tyrimų organizavimo ir vykdymo metodiką. Tyrimui naudotas su Sveikatos apsaugos ministerija suderintas klausimynas.

2022 m. suaugusiųjų gyvenimo stebėsenos tyrimo duomenų bazę Lietuvos mastu sudarė 25 449 elektroninės anketos, kurių duomenis iki 2022 m. rugpjūčio 1 d. į HI Visuomenės sveikatos stebėsenos informacinę sistemą perdavė apklausas vykdančios savivaldybės aptarnaujantys visuomenės sveikatos biurai. Tyrimo populiacija sudarė 18 metų ir vyresni asmenys. Visose savivaldybėse formuotos reprezentatyvios imtys, atsižvelgiant į gyventojų skaičių, jų pasiskirstymą pagal lytį ir gyvenamąją vietovę (miestą, kaimą) savivaldybėje. Apklausos vykdytos 2022 m. balandžio – liepos mėnesiais. Alytaus mieste savivaldybėje (toliau – Alytaus m.) buvo apklausta 421 asmenys.

Rodiklių suvestinėje – ataskaitoje pateikiami bendri duomenys apie respondentų skaičių savivaldybėse, jų sociodemografinės charakteristikos ir 25 gyvenimo rodikliai, esantys aukščiau minėtu įsakymu patvirtintame Suaugusiųjų gyvenimo stebėsenos rodiklių sąrašė.

Rodikliai, kurių reikšmės pateikiamos kiekvienai savivaldybei, suskirstyti į tris grupes:

- gyvenimo kokybės, sveikatos vertinimas, laimingumas, prislėgta nuotaika, artimi žmonės, ilgalaikės sveikatos problemos ir gyvenimo keitimas;
- sveikatos elgsena (fizinis aktyvumas ir mitybos įpročiai);
- rizikingas elgsenys (tabako, elektroninių cigarečių, alkoholio, narkotinių ar psichotropinių medžiagų vartojimas, saugumas kelyje).

Tyrimo apimtys

Tyrimo metu Alytaus miesto savivaldybėje apklausta 421 gyventojas, didesnę dalis apklausta moterų (229 moterys) nei vyrų (192 vyrai) (1 lentelė).

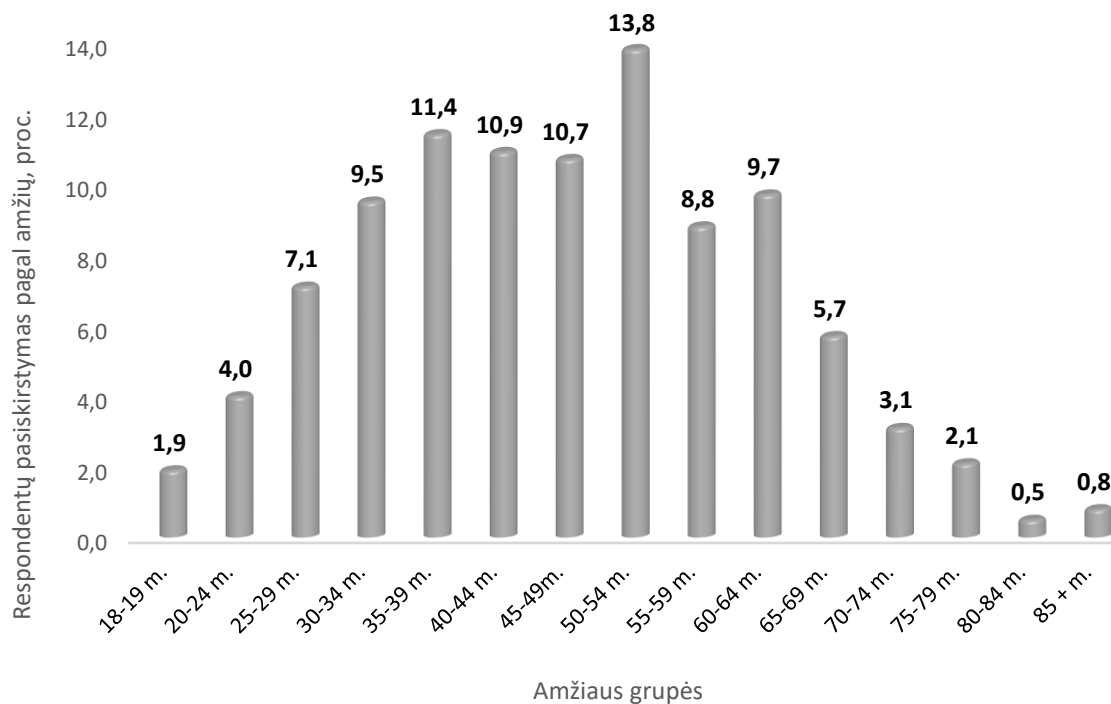
1 lentelė. Respondentų tyrimo skaičius ir pasiskirstymas pagal lytį, Alytaus m. ir Lietuvoje

Savivaldybė	Respondentų skaičius				
	Iš viso	Vyrai (proc.)	Moterys (proc.)	Kaimas (proc.)	Miestas (proc.)
Lietuva	25 449	11 875 (46,7)	13 574 (53,3)	12 468 (49,0)	12 981 (51,0)
Alytaus m.	421	192 (45,6)	229 (54,4)	0 (0,0)	421 (100,0)

Sociodemografinės respondentų charakteristikos

Respondentų buvo prašyta atskleisti savo sociodemografinės charakteristikos duomenis: amžių, šeimos padėtį, išsilavinimą, pagrindinį užsiėmimą ir pajamas (vidutinės mėnesio pajamos tenka vienam Jūsų šeimos nariui „į rankas“).

Analizuojant pasiskirstymą pagal amžių, Alytaus m. didžiąją dalį, apklaustųjų sudarė 35 – 54 metų gyventojai (46,8 proc.) (1 pav.).



1 pav. Pasiskirstymas pagal amžiaus grupes, Alytaus m. (proc.)

Vertinant gautus duomenis Alytaus m. pagal šeimos padėtį, 62,7 proc. apklaustųjų respondentų buvo susituokę (-ios) arba gyveno poroje (Lietuvos mastu – 62,4 proc.), 17,7 proc. – nevedę ar netekėjusios, 12,7 proc. – išsiskyrę (-ios) ir 6,9 proc. – našliai (-ės) (2 lentelė).

Skirstant respondentus pagal išsilavinimą paaiškėjo, kad 37,0 proc. respondentų turi aukštąjį universitetinį išsilavinimą, 16,8 proc. – aukštąjį koleginių išsilavinimą, 18,0 proc. – aukštesnįjį (technikumas, aukštesnioji mokykla) išsilavinimą, 13,2 proc. – specialųjį vidurinį išsilavinimą, 8,9 proc. – vidurinį išsilavinimą. Mažiausiai apklaustųjų turėjo pradinį (0,5 proc.) ir pagrindinį išsilavinimą (5,5 proc.).

2 lentelė. Socialdemografinė charakteristika pagal šeimyninę padėtį ir išsilavinimą (proc.), Alytaus m. (pagal lytį) ir Lietuvoje

Sociodemografinės respondentų charakteristikos	Dalis (proc.)	Vyrų (proc.)	Moterys (proc.)	Dalis (proc.)
				ALYTUS
Šeimyninė padėtis				
Vedęs (ištekėjusi) arba gyvenate su partneriu (-e)	62,7	60,7	64,3	62,4
Nevedęs (netekėjusi)	17,7	23,6	12,8	17,5
Išsiskyręs (-usi)	12,7	11,0	14,1	12,4
Našlys (-ė)	6,9	4,7	8,8	7,8
Išsilavinimas				
Pradinis	0,5	1,1	0,0	0,9
Pagrindinis	5,5	7,4	4,0	5,5
Vidurinis	8,9	11,6	6,6	17,2
Specialusis vidurinis	13,2	14,7	11,9	15,8
Aukštesnysis (technikumas, aukštesnioji mokykla)	18,0	14,2	21,2	17,8
Aukštasis koleginių	16,8	19,5	14,6	14,1
Aukštasis universitetinis	37,0	31,6	41,6	28,8

80,8 proc. respondentų darbą nurodė kaip pagrindinį savo užsiėmimą (Lietuvos mastu – 76,0 proc.). 4,1 proc. apklaustųjų buvo bedarbiai, 2,2 proc. – studentai, 1,9 proc. – moksleiviai, 9,7 proc. apklaustųjų buvo pensininkai ir 1,2 proc. pažymėjo atsakymą – kita (3 lentelė).

Pasiskirstymas pagal gaunamas pajamas buvo įvairus, tačiau didžiausią dalį (40,2 proc.) sudarė respondentai, kurių vienam šeimos nariui per mėnesį „į rankas“ tenka nuo 700 ir daugiau Eurų. Pasiskirstymas Lietuvoje ir Alytaus miesto savivaldybėje buvo labai panašus.

3 lentelė. *Socialdemografinė charakteristika pagal pagrindinį užsiėmimą ir pajamas (proc.), Alytaus m. (pagal lytį) ir Lietuvoje*

Sociodemografinės respondentų charakteristikos	Dalis (proc.)	Vyrai (proc.)	Moterys (proc.)	Dalis (proc.)
	ALYTUS			LIETUVA
Pagrindinis užsiėmimas				
Dirbu	80,8	74,9	85,7	76,0
Bedarbis (-ė)	4,1	6,4	2,2	6,3
Studentas (-ė)	2,2	2,1	2,2	2,7
Moksleivis (-ė)	1,9	3,2	0,9	2,5
Pensininkas (-ė)	9,7	12,3	7,6	11,3
Kita	1,2	1,1	1,3	1,2
Pajamos				
Mažiau nei 100 Eur	1,0	2,1	0,0	2,2
100–299 Eur	6,7	8,9	4,8	7,9
300–399 Eur	8,6	8,4	8,8	13,5
400–499 Eur	14,6	14,7	14,5	16,6
500–699 Eur	28,9	28,4	29,4	24,8
700 Eur ir daugiau	40,2	37,4	42,5	34,9

SUAUGUSIŲJŲ GYVENSENOS RODIKLIAI

1. Gyvenimo kokybės, sveikatos vertinimas, laimingumas, prislėgta nuotaika, artimi žmonės, ilgalaikės sveikatos problemos ir gyvenimo keitimas

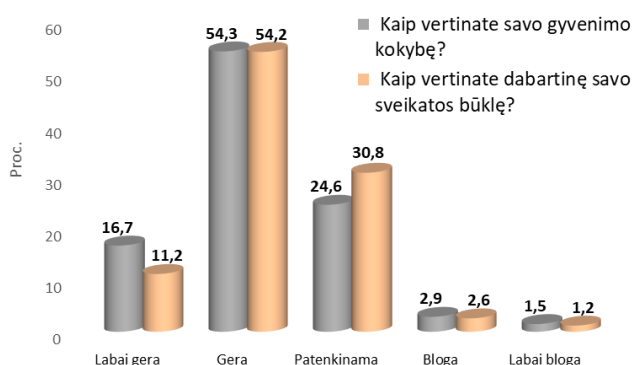
1.1. Gyvenimo kokybės, sveikatos vertinimas, laimingumas

2022 m. Lietuvoje atlikto gyvenimo tyrimo duomenimis, 71,1 proc. apklausoje dalyvavusių respondentų savo gyvenimo kokybę vertina kaip gerą ir labai gerą (4 lentelė). Daugiau nei pusė respondentų savo gyvenimo kokybę ir dabartinę sveikatos būklę vertina – gerai (2 pav.). Alytaus miesto suaugusieji, kurie savo gyvenimo kokybę ir sveikatos būklę vertina kaip gerą ar labai gerą, rodiklis yra didesnis už šalies vidurkį.

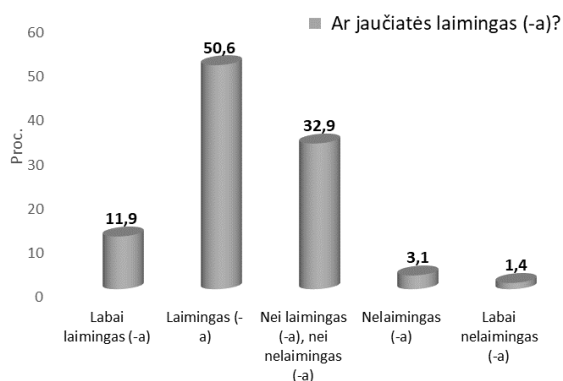
Anketoje buvo klausta ar esate laimingi? Iš pateiktų duomenų dauguma (62,5 proc.) respondentų jaučiasi laimingi ir labai laimingi, tačiau yra ir 4,5 proc. respondentų kurie jaučiasi nelaimingi ar labai nelaimingi (3 pav.).

4 lentelė. Gyvenimo kokybės, sveikatos vertinimas ir laimingumas (proc.), Alytaus m. (pagal lytį) ir Lietuvoje

	Dalis (proc.)	Vyrai (proc.)	Moterys (proc.)	Dalis (proc.)
	ALYTUS			LIETUVA
Suaugusiųjų, kurie savo gyvenimo kokybę vertina kaip gerą ar labai gerą , dalis (proc.)	71,1	68,4	73,3	69,5
Suaugusiųjų, kurie savo dabartinę sveikatos būklę vertina kaip gerą ar labai gerą , dalis (proc.)	65,4	65,1	65,7	62,4
Suaugusiųjų, kurie jaučiasi laimingi ar labai laimingi , dalis (proc.)	62,5	60,2	64,4	59,9



2 pav. Gyvenimo kokybės ir sveikatos būklės vertinimo dalis (proc.) Alytaus m.



3 pav. Laimės vertinimo dalis (proc.) Alytaus m.

1.2. Prislėgta nuotaika, artimi žmonės, ilgalaikės sveikatos problemos ir gyvenenos keitimas

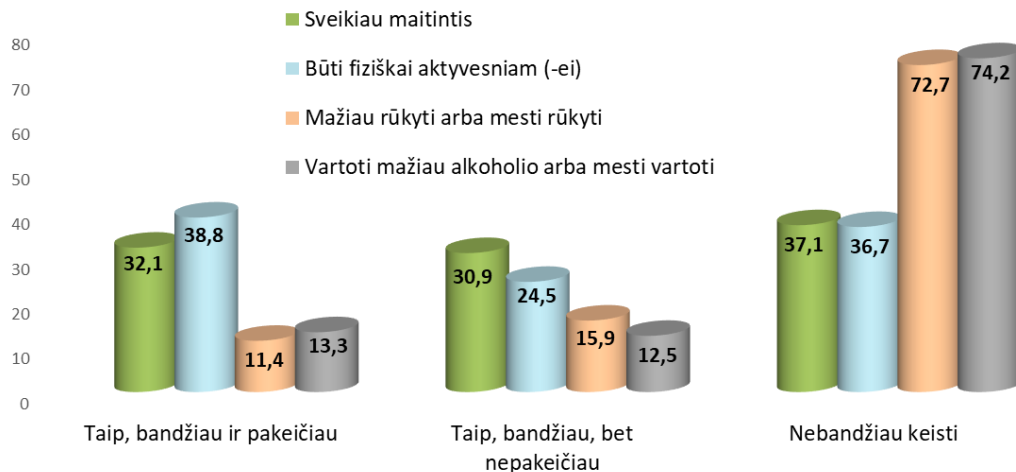
Stebint pateiktus duomenis, iš visų respondentų 7,2 proc. suaugusiųjų neturi nė vieno artimo žmogaus, kuriuo galėtų pasitikėti susidūrus su sunkiomis asmeninėmis problemomis, dauguma jų yra vyrai (5 lentelė). 22,5 proc. – per praėjusį mėnesį buvo apėmusi prislėgta nuotaika, nerimas šiek tiek labiau ar daug labiau nei anksčiau, 33,8 proc. – turi ilgalaikių sveikatos problemų, rodiklis yra mažesnis už šalies vidurkį (36,9 proc.).

5 lentelė. Prislėgta nuotaika, artimi žmonės, ilgalaikės sveikatos problemos ir gyvenenos keitimas (proc.), Alytaus m. (pagal lytį) ir Lietuvoje

	Dalis (proc.)	Vyrai (proc.)	Moterys (proc.)	Dalis (proc.)
	ALYTUS			LIETUVA
Suaugusiųjų, kurie neturi nė vieno artimo žmogaus, kuriuo galėtų pasitikėti susidūrus su sunkiomis asmeninėmis problemomis , dalis (proc.)	7,2	10,6	4,4	5,8
Suaugusiųjų, kuriuos per praėjusį mėnesį buvo apėmusi prislėgta nuotaika, nerimas šiek tiek labiau ar daug labiau nei anksčiau , dalis(proc.)	22,5	19,5	25,0	23,5
Suaugusiųjų, kurie turi ilgalaikių sveikatos problemų , dalis(proc.)	33,8	33,3	34,2	36,9
Suaugusiųjų, kurie per paskutinius 12 mėnesių bandė keisti savo gyveneną, bet nepakeitė , dalis(proc.)	61,4	68,3	55,5	64,8

Anketoje buvo klausimas apie gyvenenos keitimą per paskutinius 12 mėnesių, gautais duomenis 61,4 proc. respondentų bandė keisti savo gyveneną, bet nepakeitė, dauguma bandžiusių buvo vyrai.

Buvo prašoma pažymėti, koku būdu tiriamieji bandė keisti gyveneną (4 pav.). Iš gautų rezultatų, sveikiau maitintis bandė ir pavyko 32,1 proc. respondentų, būti fiziškai aktyvesniems pavyko 38,8 proc., mažiau rūkyti arba visiškai mesti rūkyti – 11,4 proc. ir 13,3 proc. respondentų pavyko mažiau vartoti alkoholio arba visiškai jo nevartoti.



4 pav. Gyvensenos keitimas per paskutinius 12 mėn. dalis (proc.) Alytaus m.

2. Sveikatos elgsena

2.1. 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 patys aktyviausi nuo 5 iki 7 dienų per savaitę būna 24,8 proc. respondentų, tačiau rodiklis nesiekia Lietuvos vidurkio (28,3 proc.) (6 lentelė). Visiškai neužsiiminėja fiziškai aktyvia veikla 21,2 proc. Alytaus m. respondentų.

Suaugusiųjų buvo klausta, kaip dažnai vartoja šiuos maisto produktus, kaip daržoves, saldumynus, vaisius, gazuotus gėrimus ir energetinius gėrimus. Tyrimo duomenys parodė, kad tik trečdalis Alytaus m. gyventojų bent kartą per dieną valgo vaisius (34,0 proc.) ir tik 43,8 proc. gyventojų bent kartą per dieną valgo daržoves (6 lentelė.). 5 – 6 kartus per savaitę vaisius ir daržoves valgo 19,0 – 19,5 proc. respondentų (5 pav.). Stebint valgymą lyties aspektu, dažniau vaisius ir daržoves valgo moterys nei vyrai. Abu rodikliai yra mažesni už Lietuvos vidurkį.

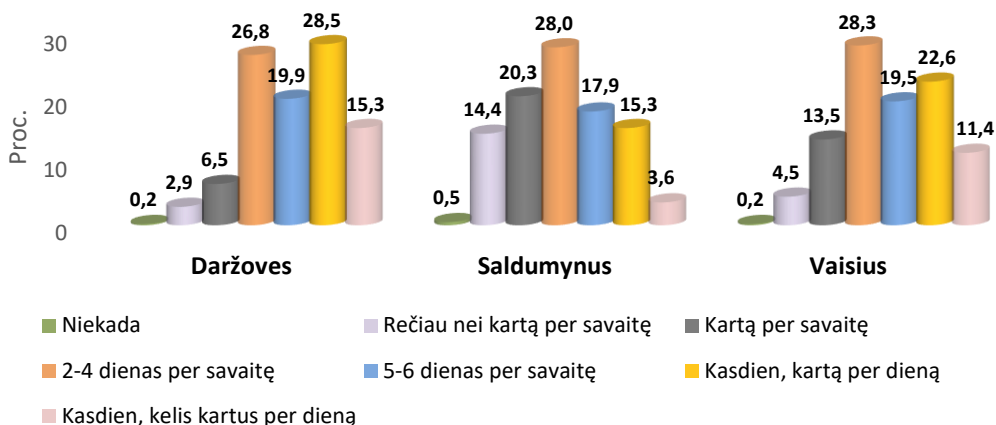
Saldumynus bent kartą per dieną valgo 18,9 proc. iš jų 3,6 proc. juos valgo kelis kartus per dieną.

Į klausimą „Ar papildomai dedate druskos į paruoštą maistą“ Daugiau kaip pusė apklaustų Alytaus m. gyventojų pasisakė, kad deda, o 42,1 proc. suaugusiųjų pasisakė, kad nededa druskos į paruoštą maistą. Pastebime, kad Alytaus m. gyventojai, mažiau vartoja

druskos, lyginant su Lietuvos vidurkiu (39,9 proc.). Dažniau druskos atsisako moterys nei vyrai.

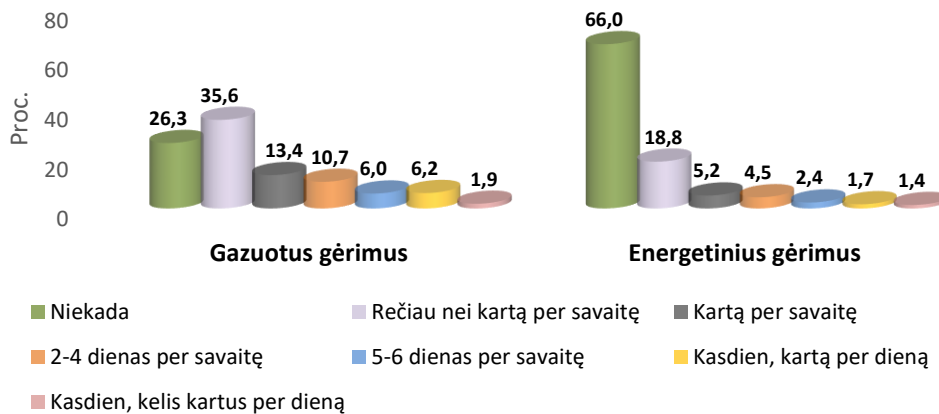
6 lentelė. Užsiėmimas fizine veikla ir mitybos įpročiai pagal lytį (proc.) Alytaus m. (pagal lytį) ir Lietuvoje

	Dalis (proc.)	Vyrai (proc.)	Moterys (proc.)	Dalis (proc.)
	ALYTUS			LIETUVA
Suaugusiųjų, kurie užsiima energinga fizine veikla bent po 30 min. 5 dienas ir daugiau per savaitę, dalis (proc.)	24,8	23,6	25,9	28,3
Suaugusiųjų, kurie bent kartą per dieną valgo vaisius (neskaitant sulčių), dalis (proc.)	34,0	24,5	41,9	36,6
Suaugusiųjų, kurie bent kartą per dieną valgo daržoves (neskaitant bulvių), dalis (proc.)	43,8	31,3	54,4	46,1
Suaugusiųjų, kurie bent kartą per dieną valgo saldumynus , dalis (proc.)	18,9	18,2	19,5	18,6
Suaugusiųjų, kurie bent kartą per dieną geria gazuotus saldžiuosius gėrimus , dalis (proc.)	8,1	11,5	6,1	5,4
Suaugusiųjų, kurie bent kartą per dieną geria energinius gėrimus , dalis (proc.)	3,1	5,7	0,9	1,8
Suaugusiųjų, kurie papildomai nededa druskos į paruoštą maistą , dalis (proc.)	42,1	38,4	45,1	39,9



5 pav. Kaip dažnai valgo vaisius daržoves ir saldumynus (proc.) Alytaus m.

Respondentų buvo klausiama apie gazuotų gėrimų ir energetinių gėrimų vartojimą. Iš gautų duomenų matyti, kad gazuotų gėrimų niekada negeria 26,3 proc. apklaustųjų, o energetinių gėrimų 66,0 proc. (6 pav.). Stebint vartojimo dažnumą bent kartą per dieną gazuotus gėrimus geria 8,1 proc. respondentų iš kurių 1,9 proc. – kelis kartus per dieną. Energetinius gėrimus bent kartą per dieną geria 3,1 proc. iš kurių 1,4 proc. ir dažniau. Abu rodikliai yra didesni už Lietuvos vidurkį, daugumą vartojančių yra vyrai.



6 pav. Gazuotų gėrimų ir energetinių gėrimų vartojimo dažnumas (proc.) Alytaus m.

3. Rizikingas elgesys

3.1. Tabako gaminių bei elektroninių cigarečių vartojimas

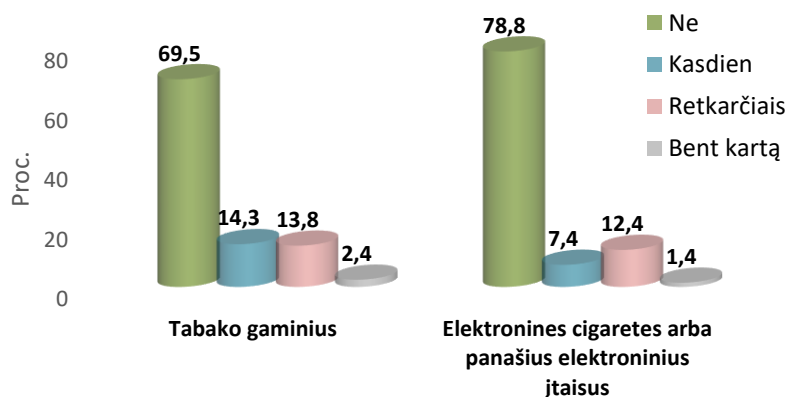
Apklausoje respondentų buvo prašoma pažymėti kaip dažnai vartoja tabako gaminius (rūkė), per paskutines 30 dienų ir 12 mėnesių (7 lentelė). Per paskutines 30 dienų kasdien tabako gaminius rūkė 14,3 proc. Alytaus m. gyventojų, o elektronines cigaretes 7,4 proc. gyventojų. Alytaus m. gyventojų, kurie per paskutines 30 d. kasdien rūkė tabako gaminius, rodiklis yra mažesnis nei Lietuvos vidurkis, o elektroninių cigarečių rodiklis viršino šalies vidurkį (5,2 proc.). Stebint duomenis lyties aspektu, dažniau rūko vyrai nei moterys.

7 lentelė. Tabako gaminių ir elektroninių cigarečių vartojimas (proc.) Alytaus m. (pagal lytį) ir Lietuvoje

	Dalis (proc.)	Vyrai (proc.)	Moterys (proc.)	Dalis (proc.)
	ALYTUS			LIETUVA
Suaugusiųjų, kurie per paskutines 30 dienų kasdien vartojo tabako gaminius , dalis (proc.)	14,3	22,4	7,5	16,3
Suaugusiųjų, kurie per paskutinius 12 mėnesių kasdien vartojo tabako gaminius , dalis (proc.)	14,1	22,0	7,5	15,9
Suaugusiųjų, kurie per paskutines 30 dienų kasdien rūkė elektronines cigaretes arba naudojo panašius elektroninius įtaisus rūkymui, dalis (proc.)	7,4	11,5	3,9	5,2
Suaugusiųjų, kurie per paskutinius 12 mėnesių kasdien rūkė elektronines cigaretes arba naudojo panašius elektroninius įtaisus rūkymui, dalis (proc.)	6,7	9,9	3,9	4,9

Taip pat tyrimo rezultatai rodo, kad gyventojai daugiau rūko tabako gaminius, nei elektronines cigaretes, tačiau yra atvejų, kad rūko abiejų rūšių cigaretes. Elektronines cigaretes rūko, bet nerūko tabako gaminių – 6 proc. Alytaus miesto apklausoje dalyvavusių gyventojų.

Tabako gaminius per paskutines 30 dienų retkarčiais arba bent kartą buvo parūkę 16,2 proc. respondentų, o elektronines cigaretes – 13,8 proc. respondentų (7 pav.).



7 pav. Respondentų, kurie per paskutines 30 d. rūkė tabako gaminius ar/ir elektronines cigaretes, dalis (proc.) Alytaus m.

3.2. Alkoholio ir narkotinių ar psichotropinių medžiagų vartojimas

Anketoje buvo klausimų apie alkoholio ir narkotinių medžiagų vartojimą. Tyrimo rezultatai rodo, kad per paskutines 30 dienų kasdien alkoholinius gėrimus vartojo 2,1 proc. tyrime dalyvavusių Alytaus miesto gyventojų (8 lentelė). Stebint visos šalies rezultatus daugiausiai kasdien vartojančių alkoholių buvo Elektrėnų r. sav. (5 proc.), visiškai nevartojančių užfiksuota tik Biržų r.

27,3 proc. apklaustųjų pasisakė, kad per paskutines 30 dienų, vartojo alkoholinius gėrimus kartą per savaitę ir dažniau.

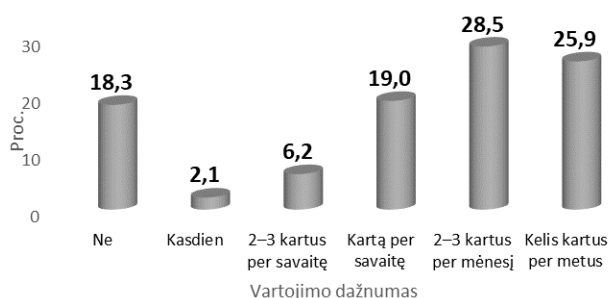
Alytaus m. gyventojų alkoholinių gėrimų vartojimo dalis viršina Lietuvos vidurkį.

8 lentelė. Alkoholinių gėrimų ir narkotinių medžiagų vartojimas (proc.) Alytaus m. (pagal lytį) ir Lietuvoje

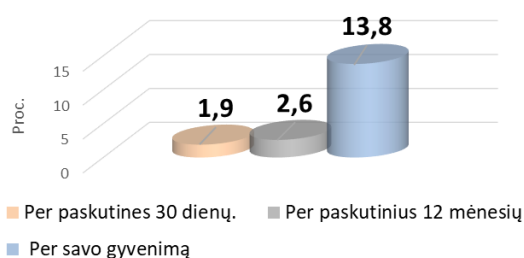
	Dalis (proc.)	Vyrai (proc.)	Moterys (proc.)	Dalis (proc.)
	ALYTUS			LIETUVA
Suaugusiųjų, kurie per paskutines 30 dienų kasdien vartojo alkoholinius gėrimus, dalis (proc.)	2,1	2,6	1,7	1,4
Suaugusiųjų, kurie per paskutines 30 dienų vartojo alkoholinius gėrimus kartą per savaitę ir dažniau, dalis (proc.)	27,3	42,2	14,8	21,8
Suaugusiųjų, kurie per paskutinius 12 mėnesių vartojo alkoholinius gėrimus kartą per savaitę ir dažniau, dalis (proc.)	22,1	37,0	9,6	18,3
Suaugusiųjų, kurie bent kartą per savo gyvenimą vartojo narkotinių ar psichotropinių medžiagų (narkotikų) be gydytojo paskyrimo, dalis (proc.)	13,8	20,8	7,9	12,0

Tyrimo duomenimis narkotines ar psichotropines medžiagas vartojo be gydytojo paskyrimo daugiau Alytaus m. gyventojai lyginant su Lietuvos vidurkiu, dauguma jų buvo vyrai.

Per paskutines 30 dienų bent kartą vartojo narkotinių ar psichotropinių medžiagų be gydytojo paskyrimo 1,9 proc. respondentų (visi vyrai). Per paskutinius 12 mėn. bent kartą vartojo narkotinių ar psichotropinių medžiagų 2,6 proc. apklaustųjų ir 13,8 proc. Alytaus m. gyventojų per savo gyvenimą bent kartą vartojo narkotikų ir psichotropines medžiagas (9 pav.).



8 pav. Alkoholinių gėrimų vartojimo dažnumas per paskutines 30 dienų (proc.) Alytaus m.



9 pav. Bent kartą vartojusių narkotines ar psichoaktyvias medžiagas be gydytojo paskyrimo dalis (proc.) Alytaus m.

4. Saugumas kelyje

Respondentų buvo klausiama apie saugumą kelyje. Stebint gautus duomenis 26,2 proc. suaugusiųjų tamsiu paros metu būdami lauke, eidami gatve visada nešioja atšvaitus (Lietuvos vidurkis – 32,8 proc.), dažniausiai tai daro moterys (9 lentelė). Atšvaitą nešioja kartais – 36,1 proc., o visiškai nesideda – 37,7 proc. visų tyrime dalyvavusių Alytaus m. gyventojų (Lietuvos vidurkis – 29,0 proc.).

Važiuodami automobiliu 84,9 proc. visada segasi saugos diržą (Lietuvos vidurkis – 91,2 proc.), dažniausiai – moterys. 3,8 proc. tiriamųjų prisipažino, kad saugos diržo niekada nesisega iš jų didžioji dalis vyrai.

Tyrimas parodė, kad tik maža dalis suaugusiųjų važiuodami dviračiu visada dėvi šalną (14 proc.). Tiek Alytaus m., tiek Lietuvos mastu šalną dažniau dedasi vyrai, nei moterys, o visiškai nesideda šalmo – 39,0 proc. apklaustųjų, taip pat nemaža dalis respondentų, 48,6 proc. prisipažino, kad visiškai nevažinėja dviračiu.

9 lentelė. Saugumas kelyje (proc.) Alytaus m. (pagal lytį) ir Lietuvoje

	Dalis (proc.)	Vyrai (proc.)	Moterys (proc.)	Dalis (proc.)
	ALYTUS			LIETUVA
Suaugusiųjų, kurie visada tamsiu paros metu būdami lauke nešioja atšvaitus , dalis (proc.)	26,2	23,6	28,4	32,8
Suaugusiųjų, kurie visada segi saugos diržą važiuodami automobiliu, dalis (proc.)	84,9	77,4	91,2	91,2
Suaugusiųjų, kurie visada dėvi šalną važiuodami dviračiu, dalis (proc.)	14,0	15,0	12,7	10,2

SUAGUSIŲJŲ GYVENSENOS STEBĖSENOS RODIKLIŲ PROFILIS

→ nekinta ↑ teigiamas didėjantis pokytis ↓ teigiamas mažėjantis pokytis ↑ neigiamas didėjantis pokytis ↓ neigiamas mažėjantis pokytis.

10 lentelė. Alytaus miesto savivaldybės (2018 m., 2022 m.) ir Lietuvos suaugusiųjų gyvenimo rodiklių profilis

Rodiklis	Savivaldybės rodiklis 2018 m.	Savivaldybės rodiklis 2022 m.	Lietuvos rodiklis 2022 m.
GYVENIMO KOKYBĖS, SVEIKATOS VERTINIMAS, LAIMINGUMAS			
Suaugusiųjų, kurie savo gyvenimo kokybę vertina kaip gerą ir labai gerą, dalis (proc.)	64,1	71,1↑	69,5
Suaugusiųjų, kurie savo dabartinę sveikatos būklę vertina kaip gerą ir labai gerą, dalis (proc.)	63,7	65,4↑	62,4
Suaugusiųjų, kurie jaučiasi laimingi ir labai laimingi, dalis (proc.)	57,8	62,5↑	59,9
PRISLĖGTA NUOTAIKA, ARTIMI ŽMONĖS, ILGALAIKĖS SVEIKATOS PROBLEMOS IR GYVENSENOS KEITIMAS			
Suaugusiųjų, kurie neturi nė vieno artimo žmogaus, kuriuo galėtų pasitikėti susidūrus su sunkiomis asmeninėmis problemomis, dalis (proc.)	-	7,2	5,8
Suaugusiųjų, kuriuos per praėjusį mėnesį buvo apėmusi prislėgta nuotaika, nerimas šiek tiek labiau ir daug labiau nei anksčiau, dalis (proc.)	16,7	22,5↑	23,5
Suaugusiųjų, kurie turi ilgalaikių sveikatos problemų, dalis (proc.)	-	33,8	36,9
Suaugusiųjų, kurie per paskutinius 12 mėnesių bandė keisti savo gyvenimą, bet nepakeitė, dalis (proc.)	-	61,4	64,8
SVEIKATOS ELGSENA (FIZINIS AKTYVUMAS IR MITYBOS ĮPROČIAI)			
Suaugusiųjų, kurie užsiima energinga fizine veikla bent po 30 minučių 5 dienas per savaitę ar dažniau, dalis (proc.)	36,2	24,8↓	28,3
Suaugusiųjų, kurie bent kartą per dieną valgo vaisius (neskaitant sulčių), dalis (proc.)	33,6	34,0↑	36,6
Suaugusiųjų, kurie bent kartą per dieną valgo daržoves (neįskaitant bulvių), dalis (proc.)	45,5	43,8↓	46,1
Suaugusiųjų, kurie bent kartą per dieną valgo saldumynus, dalis (proc.)	-	18,9	18,6
Suaugusiųjų, kurie bent kartą per dieną geria gazuotus saldžiuosius gėrimus, dalis (proc.)	-	8,1	5,4
Suaugusiųjų, kurie bent kartą per dieną geria energinius gėrimus, dalis (proc.)	-	3,1	1,8
Suaugusiųjų, kurie papildomai nededa druskos į paruoštą maistą, dalis (proc.)	45,7	42,1↓	39,9
RIZIKINGAS ELGESYS (TABAKO GAMINIŲ, ELEKTRONINIŲ CIGAREČIŲ VARTOJIMAS)			
Suaugusiųjų, kurie per paskutines 30 dienų kasdien vartojo tabako gaminius, dalis (proc.)	15,9	14,3↓	16,3
Suaugusiųjų, kurie per paskutinius 12 mėn. kasdien vartojo tabako gaminius, dalis (proc.)	-	14,1	15,9
Suaugusiųjų, kurie per paskutines 30 dienų kasdien rūkė elektronines cigaretes arba naudojo panašius elektroninius įtaisus rūkymui, dalis (proc.)	0,7	7,4↑	5,2
Suaugusiųjų, kurie per paskutinius 12 mėn. kasdien rūkė elektronines cigaretes arba naudojo panašius elektroninius	-	6,7	4,9

įtaisus rūkymui, dalis (proc.)			
ALKOHOLIO IR NARKOTINIŲ AR PSICHOTROPINIŲ MEDŽIAGŲ VARTOJIMAS			
Suaugusiųjų, kurie per paskutines 30 dienų kasdien vartojo alkoholinius gėrimus, dalis (proc.)	0,8	2,1↑	1,4
Suaugusiųjų, kurie per paskutines 30 dienų vartojo alkoholinius gėrimus kartą per savaitę ir dažniau, dalis (proc.)	26,0	27,3↑	21,8
Suaugusiųjų, kurie per paskutinius 12 mėnesių vartojo alkoholinius gėrimus kartą per savaitę ir dažniau, dalis (proc.)	19,4	22,1↑	18,3
Suaugusiųjų, kurie bent kartą per savo gyvenimą vartojo narkotinių ar psichotropinių medžiagų (narkotikų) be gydytojo paskyrimo, dalis (proc.)	10,3	13,8↑	12,0
SAUGUMAS KELYJE			
Suaugusiųjų, kurie visada tamsiu paros metu būdami lauke nešioja atšvaitus, dalis (proc.)	-	26,2	32,8
Suaugusiųjų, kurie visada segi saugos diržą važiuodami automobiliu, dalis (proc.)	-	84,9	91,2
Suaugusiųjų, kurie visada dėvi šalną važiuodami dviračiu, dalis (proc.)	-	14,0	10,2

APIBENDRINIMAS

Gyvensenos rodikliai:

- Iš 2022 metų Lietuvoje atlikto suaugusių gyventojų gyvensenos tyrimo duomenų matyti, kad daugiau nei pusė Alytaus miesto respondentų savo gyvenimo kokybę ir dabartinę sveikatos būklę vertina gerai ir labai gerai. Taip pat 62,5 proc. Alytaus m. gyventojų jaučiasi laimingi ir labai laimingi, rodiklis didesnis už šalies vidurkį (59,9 proc.).
- 7,2 proc. suaugusiųjų, neturi nė vieno artimo žmogaus, kuriuo galėtų pasitikėti susidūrus su sunkiomis asmeninėmis problemomis, dauguma – vyrai.
- 33,8 proc. suaugusiųjų, turi ilgalaikių sveikatos problemų, rodiklis mažesnis už šalies vidurkį (36,9 proc.).
- 61,4 proc. suaugusiųjų, per paskutinius 12 mėnesių bandė keisti savo gyvenimą, bet nepakeitė, rodiklis mažesnis už šalies vidurkį (64,8 proc.). Iš gautų rezultatų, sveikiau maitintis bandė ir pavyko 32,1 proc. respondentų, būti fiziškai aktyvesniems pavyko 38,8 proc., mažiau rūkyti arba visiškai mesti rūkyti – 11,4 proc. ir 13,3 proc. respondentų pavyko mažiau vartoti alkoholio arba visiškai jo nevartoti.

Sveikatos elgsena:

- 2022 m. tyrimo duomenimis, Alytaus m. gyventojai (24,8 proc.) lyginant su Lietuvos vidurkiu (28,3 proc.), mažesnę dalis respondentų užsiima energinga fizine veikla, bent po 30 min. 5 dienas per savaitę.
- Tyrimo duomenys parodė, kad sveikatos elgsena Alytaus mieste nėra labai gera. Bent kartą per dieną valgo daržoves 43,8 proc. gyventojų, vaisius kasdien vartoja trečdalis respondentų, o papildomai nededa druskos į paruoštą maistą 42,1 proc. gyventojų.

Rizikinga elgsena:

- Alytaus m. tabako gaminių rūkymo paplitimas tarp gyventojų yra mažesnis, nei Lietuvoje, tačiau stebint elektroninių cigarečių vartojimą, rodiklis viršija Lietuvos vidurkį. Alytaus m. kasdien rūkė tabako gaminius, per paskutines 30 dienų, prisipažino 14,3 proc. gyventojų, elektronines cigaretes – 7,4 proc.
- Alkoholinius gėrimus kasdien vartojo per pastarąsias 30 dienų 2,1 proc. Alytaus m. gyventojų, tai yra daugiau nei Lietuvos vidurkis (1,4 proc.). Narkotines medžiagas per savo visą gyvenimą bent kartą vartojo 13,8 proc. Alytaus m. respondentų.