

В 2025 году Минским зональным центром гигиены и эпидемиологии в рамках профилактического проекта «Здоровые города и поселки» (далее – Проект) проведено анкетирование с целью изучения распространенности основных поведенческих факторов риска развития неинфекционных заболеваний среди взрослого населения аг.Хатежино, а также оценки эффективности проводимых в рамках Проекта мероприятий и определения приоритетных направлений дальнейшей работы по реализации Проекта.

В анкетировании приняли участие 35 человек – работники предприятий и организаций аг.Хатежино (жители аг.Хатежино) от 18 и старше.

В анкете респондентам было предложено дать оценку своему образу жизни и состоянию здоровья.

Большинство жителей аг.Хатежино (82,9%) оценили состояние своего здоровья как «удовлетворительное», 17,1% считают, что их здоровье «хорошее».

68,6% считают здоровый образ жизни (далее – ЗОЖ) престижным, но не могут назвать свой образ жизни «здоровым». Удельный вес опрошенных, ведущих ЗОЖ составил – 28,6% (рисунок 1).



Рисунок 1 – «Как Вы относитесь к здоровому образу жизни?», 2025 г. (в абсолютных цифрах)

74,3% респондентов независимо от пола заинтересованы в получении знаний о том, как укрепить и сохранить свое здоровье.

По мнению участников анкетирования, (независимо от возраста и пола) основной вклад в ухудшение состояния их здоровья вносит «чрезмерное нервное напряжение, стресс» (указали 65,7% респондентов), «недостаточная физическая активность» (62,9% ответов), «экологические условия» (45,7%), «материально положение» (37,1%), «курение» (28,6%). Наименьший вклад в ухудшение состояния здоровья жителей аг.Хатежино вносят «жилищные условия» (14,3% ответов) и «взаимоотношения в семье» (8,6%). (рисунок 2).



Рисунок 2 – «Какие факторы, по Вашему мнению, ухудшают Ваше здоровье?», 2025 гг. (в % к числу опрошенных)

В 2025 году курят 25,7% респондентов, курили, но бросили 17,1% респондентов и подвержены пассивному курению 5,7% респондентов (рисунок 3).



Рисунок 3 – «Курите ли Вы?», 2025 г. (в % к числу опрошенных)

Никогда не употребляют алкоголь 22,9% опрошенных (8 человек). Больше половины участников анкетирования (60%) выпивают с частотой «несколько раз в год (по праздникам)». Несколько раз в месяц употребляют алкогольные напитки 14,3%. Несколько раз в неделю – 2,9% (рисунок 4).

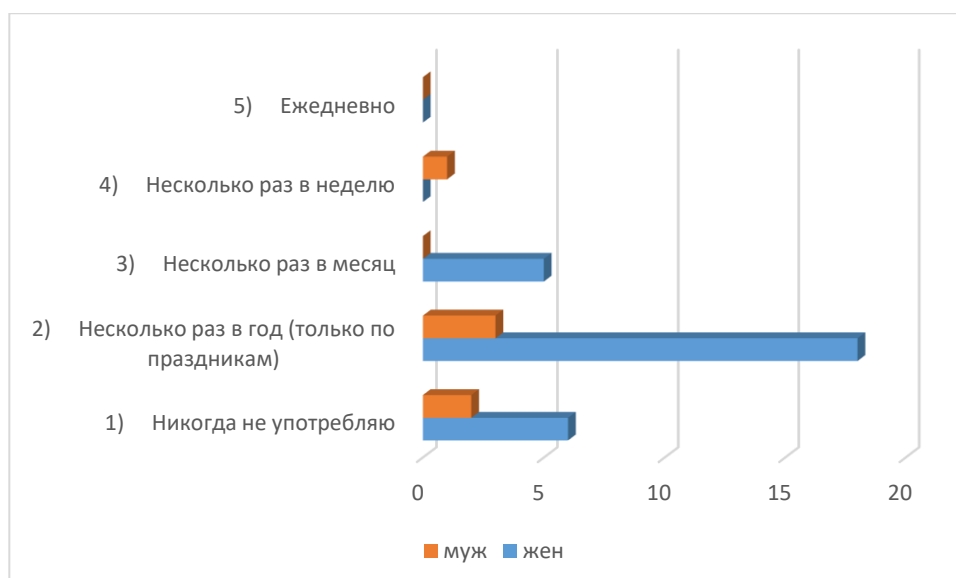


Рисунок 4 – «Как часто Вы употребляете алкогольные напитки?», 2025 г.
(в % к числу опрошенных)

100% респондентов указали, что не употребляли наркотические вещества.

Большее половины респондентов (80%) уделяют физической активности более 20 минут в день.

Важнейшим аспектом здорового образа жизни является соблюдение правил и принципов рационального питания. Каждое утро завтракают 40% опрошенных, стараются сделать свой рацион питания максимально разнообразным – 51,4%, соблюдают режим питания (едят в одно и то же время) 22,9% респондентов, следят за маркировкой, сроком годности употребляемых продуктов – 37,1%, ужинают не позднее 2-3 часов до сна – 48,6% (рисунок 5).



Рисунок 5 – «Какими правилами Вы руководствуетесь при организации своего питания?», 2025 г. (в % к числу опрошенных)

Самоконтроль артериального давления и индекса массы тела является одной из основных составляющих профилактики болезней системы кровообращения. Большинство респондентов контролируют уровень своего артериального давления только при плохом самочувствии (60%), ежедневно – 8,6%, иногда – 25,7%. Не измеряют, соответственно не знают свое давление 5,7% опрошенных (рисунок 6).

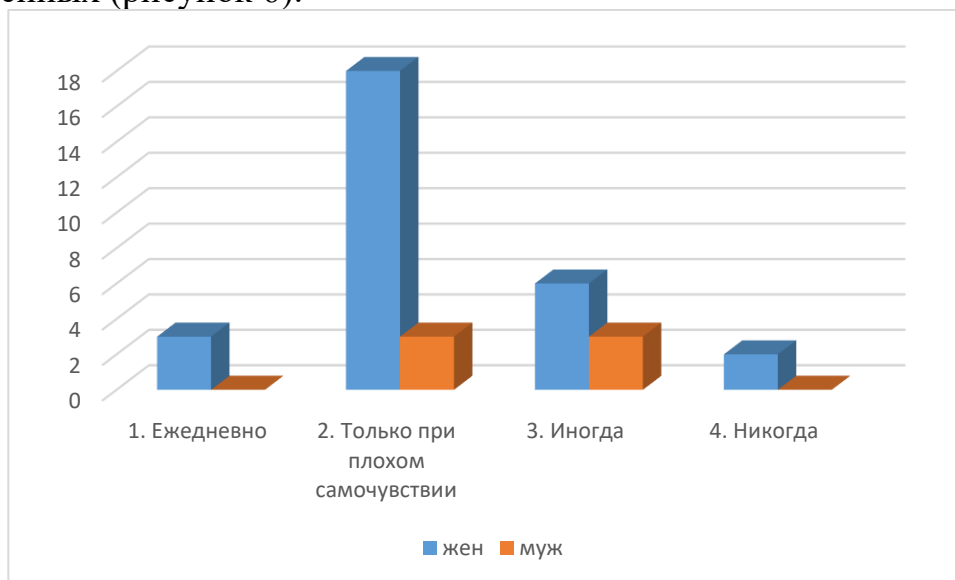


Рисунок 6 – «Как часто Вы контролируете уровень своего артериального давления?», 2025 г. (в % к числу опрошенных)

57,1% участников анкетирования указали, что их вес в пределах нормы, 42,9% считают свой вес избыточным (рисунок 7).

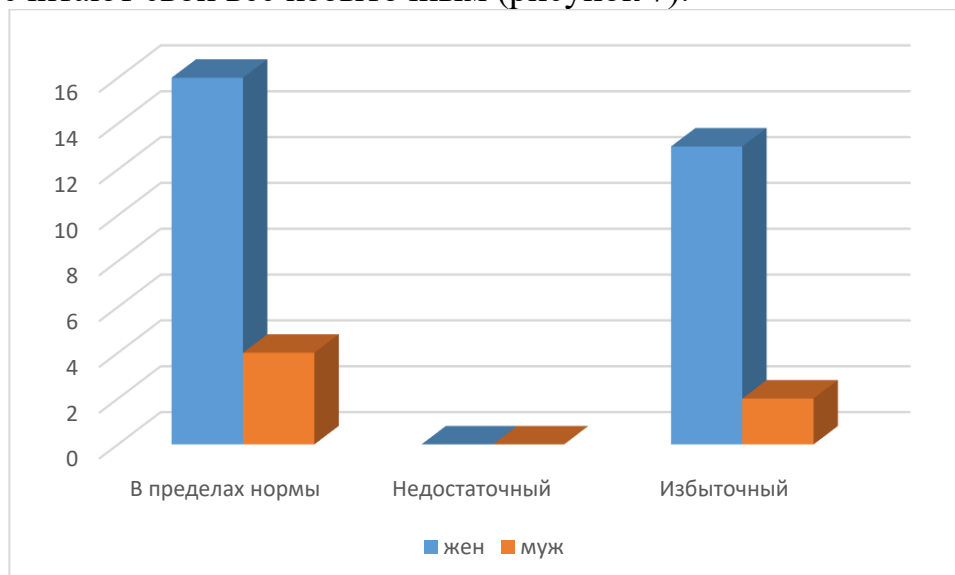


Рисунок 7 – «Как вы оцениваете свой вес?», 2025 г. (в % к числу опрошенных)

Важнейшим фактором для здоровья человека является не только интенсивность и частота стрессовых нагрузок, но и способность управлять ими. В отношении способов снятия стресса и напряженности, респонденты – как мужчины, так и женщины – отдают предпочтение прежде всего сну (54,3%), прогулкам на природе (51,4%), ТВ, музыка, интернет (48,6%), физическому труду (34,3%).

Также в число наиболее распространенных антистрессовых средств вошли у мужчин: сон и ТВ, музыка, интернет (66,7%, соответственно), спорт и прогулки на природе (50%, соответственно); среди женщин популярны: сон и прогулки на природе (51,7%, соответственно), ТВ, музыка, интернет (44,8%) (рисунок 8).

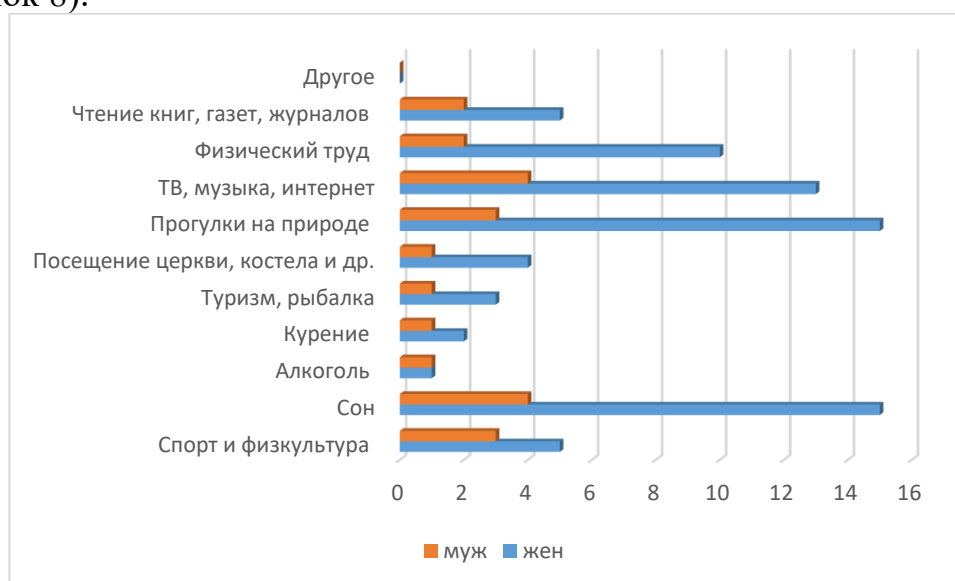


Рисунок 8 – «Какие средства снятия стресса, напряженности Вы используете?», 2025 г. (в % к числу опрошенных)

В рамках анкетирования проведена оценка удовлетворенности жителей аг. Острошицкий Городок имеющимися в городе условиями для ведения ЗОЖ.

34,3% из числа опрошенных удовлетворены имеющимися в городе условиями для занятия физкультурой и спортом. Предложено: открыть ФОК или спортивный зал.

Имеющимися условиями для проведения досуга удовлетворены 48,6% респондентов. Предложено: построить спортивное сооружение.

Более половины опрошенных (40%) удовлетворены качеством и доступностью медицинской помощи.

Условия для безопасного дорожного движения (наличие тротуаров, велосипедных дорожек, регулируемых и нерегулируемых пешеходных переходов и т.п.) считают удовлетворительными 42,9% участников анкетирования.

Экологическими условиями в городе удовлетворены 40% респондентов.

Большее половины респондентов (51,4%) удовлетворены наличием безбарьерной среды на улицах в городе для доступа в жилые дома, административные и общественные организации, учреждения соцкультбыта.

Качество продуктов питания и воды в городе устраивает 51,4% опрошенных.

40% участников анкетирования на вопрос «На сколько Вы удовлетворены санитарным состоянием улиц, подъездов в вашем городе?» ответили положительно. Освещение улиц, дворов, подъездов в городе считают удовлетворительным 37,1%.

По результатам анкетирования 11,4% опрошенных участвовали в мероприятиях, проводимых в рамках Проекта. 22,9% о проекте слышали, но о том, что проводятся какие-то мероприятия в этой связи, не знают.

Возраст большинства опрошенных как среди женщин, так и среди мужчин составил 41-50 лет (40%).