

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.Ждановичи, а также оценки эффективности проводимых в рамках Проекта мероприятий и определения приоритетных направлений дальнейшей работы по реализации Проекта.

В анкетировании приняли участие 154 человек – работники предприятий и организаций аг.Ждановичи (жители аг.Ждановичи) от 18 и старше.

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

Большинство жителей аг. Ждановичи (73,4%) оценили состояние своего здоровья как «удовлетворительное», 41,6% считают, что их здоровье «хорошее». В сравнении с 2024 годом процент «удовлетворительного» состояния здоровья увеличился (59,47%).

49,4% считают здоровый образ жизни (далее – ЗОЖ) престижным, но не могут назвать свой образ жизни «здоровым». Удельный вес опрошенных, ведущих ЗОЖ среди женщин на 10,2% больше, чем среди мужчин (рисунок 1).

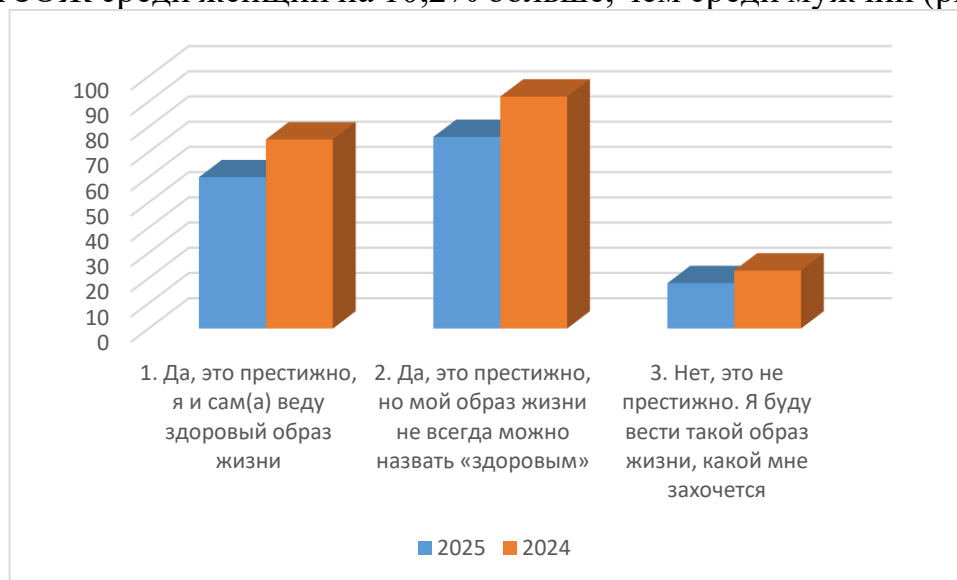


Рисунок 1 – «Как Вы относитесь к здоровому образу жизни?», 2024-2025 гг.
(в абсолютных цифрах)

67,5% респондентов независимо от пола заинтересованы в получении знаний о том, как укрепить и сохранить свое здоровье. В сравнении с 2024 г. снизился процент заинтересованных в получении знаний респондентов (75,3%).

По мнению участников анкетирования, (независимо от возраста и пола) основной вклад в ухудшение состояния их здоровья вносит «чрезмерное нервное напряжение, стресс» (указали 47,4% респондентов), «курение» (40,9% ответов), «недостаточная физическая активность» (37,7%), «качество питания» (33,8%), «экологические условия» (28,6%). Наименьший вклад в ухудшение состояния

здоровья жителей аг.Ждановичи вносят «жилищные условия» (11% ответов) и «взаимоотношения в семье» (5,2%).

По сравнению с результатами анкетирования 2024 года вырос вклад в ухудшение состояния здоровья жителей деревни и агрогородка таких факторов как чрезмерное нервное напряжение (+15,9%), качество питания (+13,3%), курение (+5,1%), взаимоотношения в семье (+3,1%) (рисунок 2).



Рисунок 2 – «Какие факторы, по Вашему мнению, ухудшают Ваше здоровье?», 2024-2025 гг. (в % к числу опрошенных)

Курят 25,97% респондентов (40 человек). Среди женщин процент курящих составил 14,1%, среди мужчин – 40,6%. Курили, но бросили 14,9% опрошенных (23 человека), при этом среди мужчин – 17,4%, среди женщин – 12,9%. Не курят – 77,9% опрошенных (среди мужчин – 66,7%, среди женщин – 48,1%). Подвергаются пассивному курению 8,4% респондентов (13 человек). В сравнении с 2024 годом удельный вес курящих увеличился на 4,4%, так же время снизился удельный вес бросивших курить (+4,1%) (рисунок 3).

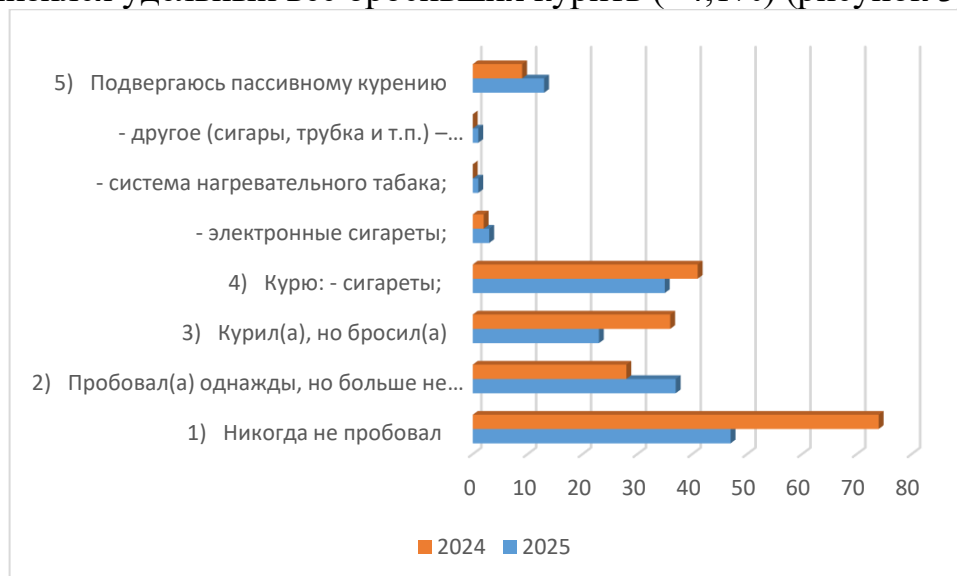


Рисунок 3 – «Курите ли Вы?», 2024-2025 гг. (в % к числу опрошенных)

Никогда не употребляют алкоголь 18,8% опрошенных (29 человек), среди мужчин – 20,3%, среди женщин – 17,6%. Около половины участников анкетирования (47,4%) выпивают с частотой «несколько раз в год (по праздникам)». Несколько раз в месяц употребляют алкогольные напитки 29,2%. Несколько раз в неделю – 3,2%, ежедневно – 1,9%. По сравнению с данными анкетирования 2024 года снизился удельный вес лиц, употребляющих алкоголь несколько раз в год (-5,2%) и несколько раз в месяц (-4,99%) (рисунок 4).

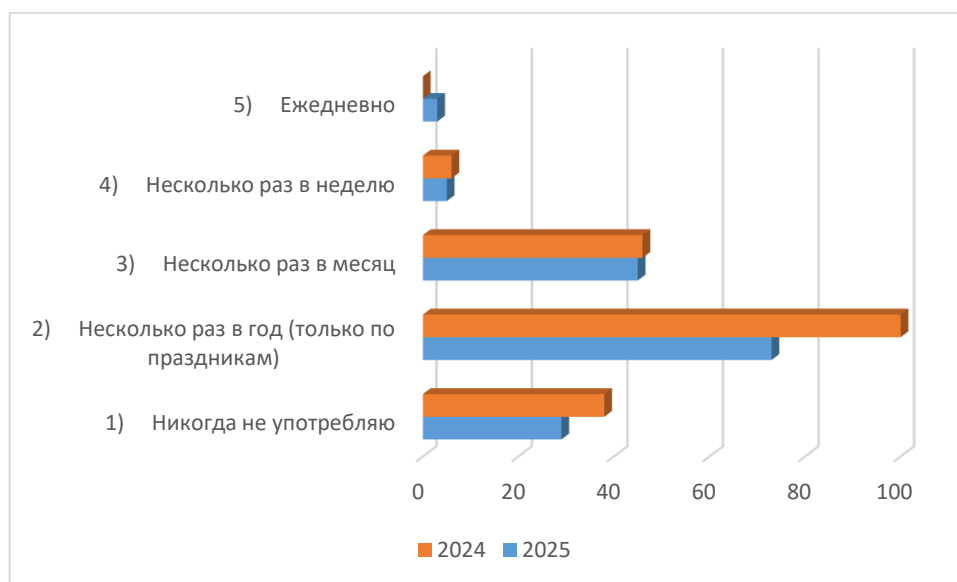


Рисунок 4 – «Как часто Вы употребляете алкогольные напитки?», 2024-2025 гг. (в % к числу опрошенных)

99,4% респондентов указали, что не употребляли наркотические вещества.

Больше половины респондентов (55,2%) уделяют физической активности более 20 минут в день.

Важнейшим аспектом здорового образа жизни является соблюдение правил и принципов рационального питания. Каждое утро завтракают 38,3% опрошенных, стараются сделать свой рацион питания максимально разнообразным – 39,6%, соблюдают режим питания (едят в одно и то же время) 24% респондентов, следят за маркировкой, сроком годности употребляемых продуктов – 34,4%, ужинают не позднее 2-3 часов до сна – 29,9% (рисунок 5).



Рисунок 5 – «Какими правилами Вы руководствуетесь при организации своего питания?», 2024-2025 гг. (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 (38,96%), ежедневно – 11,7%, иногда – 33,1%. Не измеряют, соответственно не знают свое давление 15,6% опрошенных. В сравнении с результатами анкетного опроса 2024 года увеличился % респондентов, которые меряют своё давление иногда (+6,3%), никогда (+5,6%), однако снизился % респондентов меряющих своё давление ежедневно (-0,9%) и только при плохом самочувствии (-11,54%) (рисунок 6).

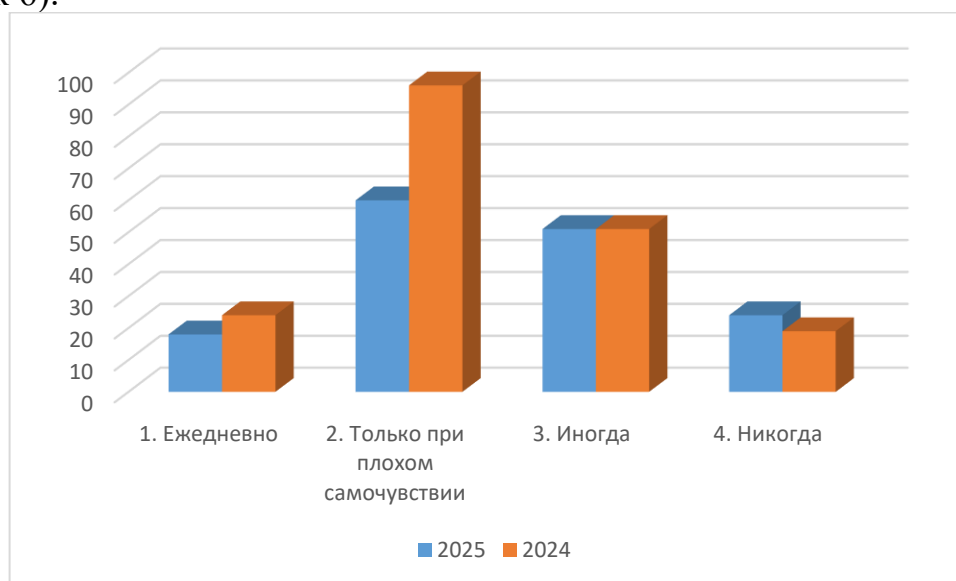


Рисунок 6 – «Как часто Вы контролируете уровень своего артериального давления?», 2024-2025 гг. (в % к числу опрошенных)

62,3% участников анкетирования указали, что их вес в пределах нормы, 30,5% считают свой вес избыточным, 7,1% – недостаточным. С 2024 года удельный вес лиц с избыточной массой тела снизился на 5,3% (рисунок 7).

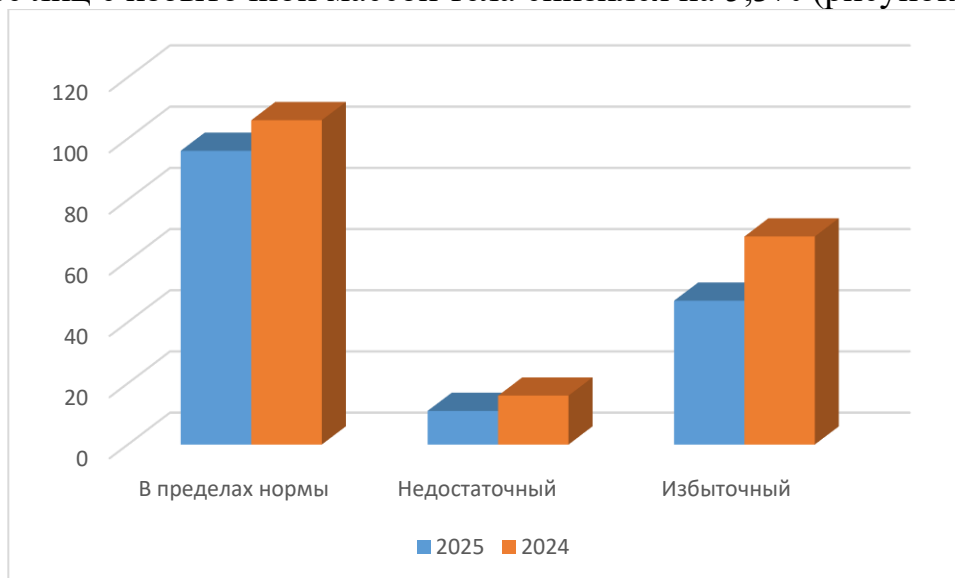


Рисунок 7 – «Как вы оцениваете свой вес?», 2024-2025 гг. (в % к числу опрошенных)

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 (48,1%), прогулкам на природе (37%), просмотру ТВ, прослушиванию музыки, а также пользованию информационными ресурсами Интернета (34,4%), физическому труду (27,9%), спорту и физкультуре, а также чтению газет, журналов, книг (25,3%, соответственно).

Также в число наиболее распространенных антистрессовых средств вошли у мужчин: сон (43,5%), ТВ, музыка, интернет (28,99%), спорт и физкультура (24,6%); среди женщин популярны: сон (51,8%), прогулки на природе (49,4%), ТВ, музыка, интернет (38,8%) (рисунок 8).

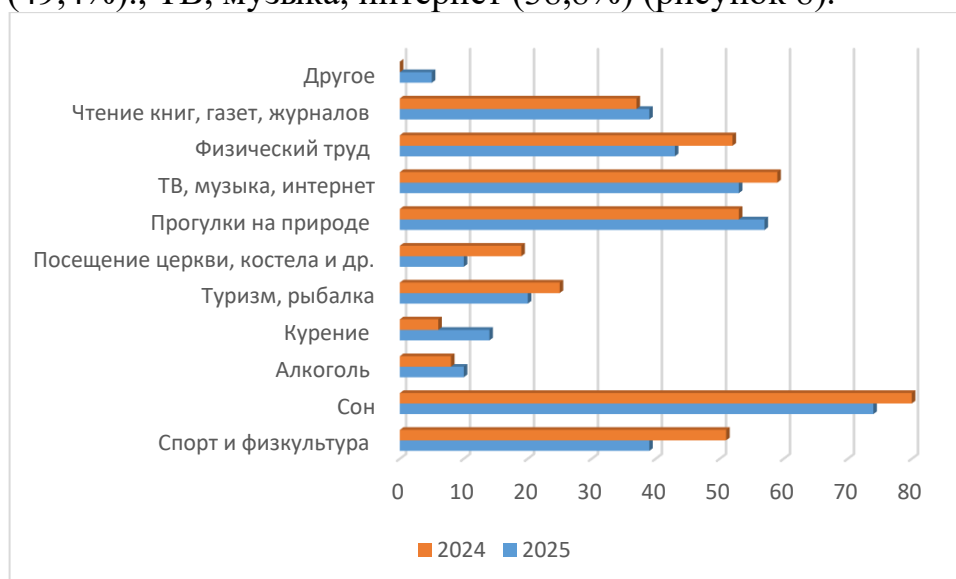


Рисунок 8 – «Какие средства снятия стресса, напряженности Вы используете?», 2024-2025 гг. (в % к числу опрошенных)

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

70,1% из числа опрошенных удовлетворены имеющимися в городе условиями для занятия физкультурой и спортом.

Имеющимися условиями для проведения досуга удовлетворены 68,2% респондентов. Предложено: построить клуб.

40,9% опрошенных удовлетворены качеством и доступностью медицинской помощи. Предложено: увеличить количество специалистов.

Условия для безопасного дорожного движения (наличие тротуаров, велосипедных дорожек, регулируемых и нерегулируемых пешеходных переходов и т.п.) считают удовлетворительными 70,8% участников анкетирования. Респонденты предложили: увеличить количество тротуаров и велодорожек.

Экологическими условиями в городе удовлетворены 65,6% респондентов.

Больше половины респондентов (60,4%) удовлетворены наличием безбарьерной среды на улицах в городе для доступа в жилые дома, административные и общественные организации, учреждения соцкультбыта. Предложено: посадка деревьев (хвойных пород), многолетних цветов, кустарников.

Качество продуктов питания и воды в городе устраивает 66,9% опрошенных.

65,6% 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 65,6%. Респонденты предложили улучшить освещение возле д/с №1, увеличить количество фонарей.

По результатам анкетирования 3,2% опрошенных участвовали в мероприятиях, проводимых в рамках Проекта. 18,2% 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 (32,5%).