



KLAIPĖDOS MIESTO
**VISUOMENĖS
SVEIKATOS BIURAS**

KLAIPĖDOS MIESTO SAVIVALDYBĖS
SUAUGUSIŲJŲ GYVENSENOS TYRIMO
ANALIZĖ

Parengė:

Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuro
Visuomenės sveikatos specialistė Laura Kubiliūtė

Klaipėda, 2022

TURINYS

| | |
|---|----|
| TYRIMO APRAŠYMAS IR METODIKA..... | 3 |
| TYRIMO REZULTATAI IR JŲ APTARIMAS..... | 4 |
| 1. Sociodemografiniai respondentų duomenys..... | 4 |
| 2. Suaugusiųjų gyvenimo rodikliai..... | 6 |
| 2.1. Sveikatos ir gyvenimo kokybės vertinimas ir laimingumas..... | 6 |
| 2.2. Sveikatos elgsena..... | 9 |
| 2.2.1. Suaugusiųjų fizinis aktyvumas..... | 9 |
| 2.2.2. Suaugusiųjų mitybos įpročiai..... | 10 |
| 2.3. Rizikingas elgesys..... | 11 |
| IŠVADOS..... | 14 |

TYRIMO APRAŠYMAS IR METODIKA

Klaipėdos miesto savivaldybėje suaugusiųjų gyvenimo tyrimas buvo atliktas 2022m. balandžio – birželio mėn. Dalyvavo 423 asmenys. Tyrimo imtį sudarė atsitiktiniu būdu atrinkti 18 metų amžiaus ir vyresni gyventojai, atsižvelgiant į savivaldybės gyventojų pasiskirstymą pagal lytį. Respondentai buvo apklausiami jų namuose. Tyrimą organizavo ir vykdė Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras.

Tyrimas atliktas vykdant 2003 m. rugpjūčio 11 d. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro įsakymą Nr. V-488 „Dėl Bendrųjų savivaldybių visuomenės sveikatos stebėsenos nuostatų patvirtinimo“. Tyrimas atliktas vadovaujantis Higienos instituto parengta gyvenimo tyrimų organizavimo ir vykdymo metodika. Tyrimui naudotas su Sveikatos apsaugos ministerija suderintas klausimynas, kurį sudarė klausimai apie mitybos įpročius, psichoaktyviųjų medžiagų vartojimą, fizinį aktyvumą ir sociodemografiniai klausimai.

Tyrimo tikslas – įvertinti Klaipėdos miesto savivaldybės suaugusiųjų gyvenimo, elgsenos ir sveikatos ypatumus.

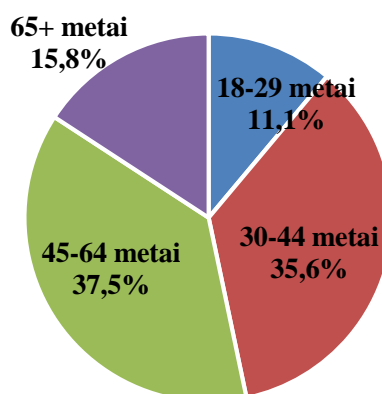
Tyrimo rezultatai pristatomi pagal 16 suaugusiųjų gyvenimo stebėsenos rodiklių, patvirtintų Sveikatos apsaugos ministro įsakymu. Rodikliai suskirstyti į tris grupes:

- Gyvenimo kokybės, sveikatos, laimingumo vertinimas, prislėgta nuotaika, bendravimas;
- Sveikatos elgsena (fizinis aktyvumas ir mitybos įpročiai);
- Rizikingas elgsens (tabako, elektroninių cigarečių rūkymas, alkoholio vartojimas, narkotinių medžiagų vartojimas).

TYRIMO REZULTATAI IR JŲ APTARIMAS

1. Sociodemografiniai respondentų duomenys

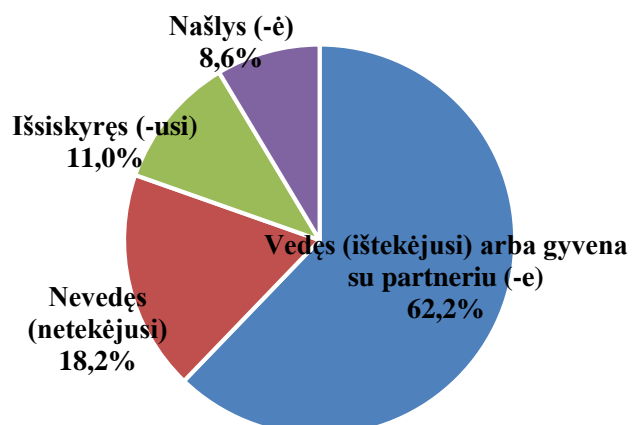
Klaipėdos miesto savivaldybėje suaugusiųjų gyvenimo tyrimo dalyvavo 423 asmenys: 191 vyras (45,2 proc.) ir 232 moterys (54,8 proc.). Tyrimo dalyvavusių asmenų amžius svyravo nuo 18 iki 85 metų. Pagal amžių tiriamieji pasiskirstė taip: 18-29 metų amžiaus buvo 46 (11,1proc.), 30-44 metų – 148 (35,6 proc.), 45-64 metų – 156 (37,5 proc.) ir 65 metų ir vyresnio amžiaus – 66 (15,8 proc.) respondentai (1 pav.).



Šaltinis: Visuomenės sveikatos stebėsenos informacinė sistema (VISS IS)

1 pav. Tiriamųjų pasiskirstymas pagal amžiaus grupes (proc.)

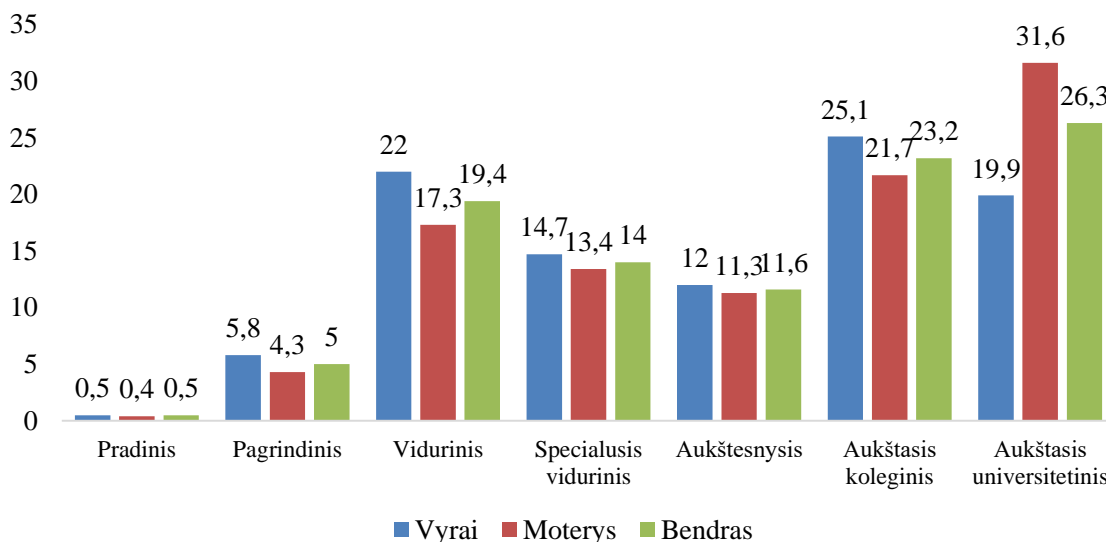
Respondentai buvo klausiami apie šeimines padėtis. Didžioji dalis asmenų (62,2 proc.) nurodė, kad yra vedę arba gyvena su partneriu, 18,2 proc. – nevedę, 11 proc. – išsiskyrę, 8,6proc.– našliai (2 pav.).



Šaltinis: Visuomenės sveikatos stebėsenos informacinė sistema (VISS IS)

2 pav. Tiriamųjų pasiskirstymas pagal šeimines padėtis (proc.)

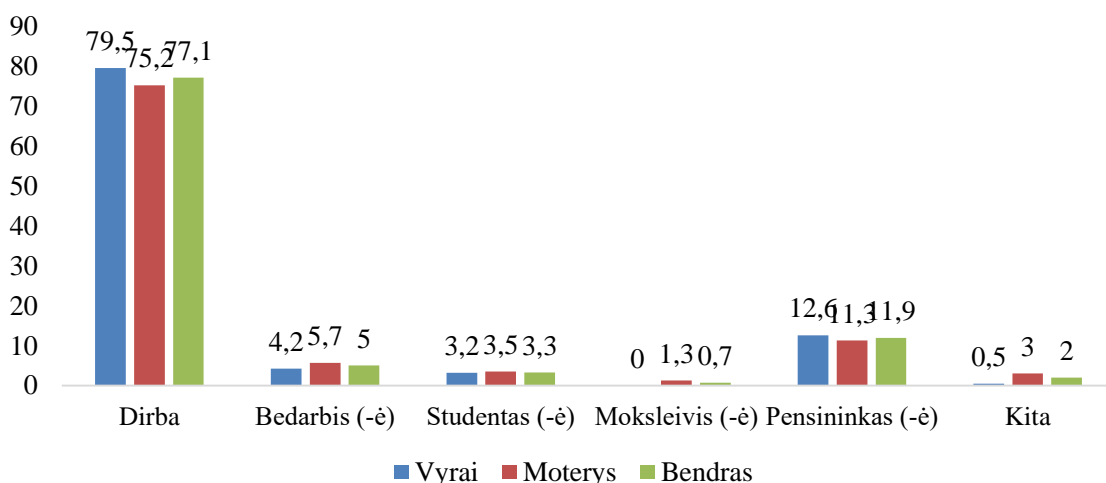
Suskirsčius respondentus pagal išsilavinimą paaiškėjo, kad ketvirtadalis (26,3 proc.) iš jų turi aukštąjį universitetinį išsilavinimą, daugiau moterų nei vyrų (atitinkamai 31,6 proc. ir 19,9proc.) (3 pav.).



Šaltinis: Visuomenės sveikatos stebėsenos informacinė sistema (VISS IS)

3 pav. Tiriamųjų pasiskirstymas pagal išsilavinimą (proc.)

Respondentai turėjo nurodyti pagrindinį savo užsiėmimą. Didžioji dalis apklaustųjų nurodė, kad dirba (77,1 proc.), iš jų 79,5 proc. vyrų ir 75,2 proc. moterų (4 pav.).

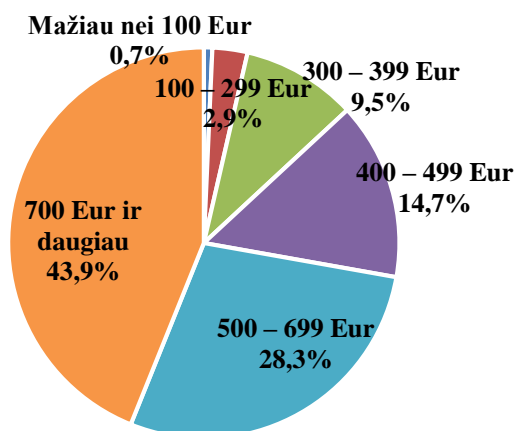


Šaltinis: Visuomenės sveikatos stebėsenos informacinė sistema (VISS IS)

4 pav. Tiriamųjų pasiskirstymas pagal užsiėmimą (proc.)

Tyrimo dalyviai turėjo nurodyti vidutines mėnesio pajamas, tenkančias vienam šeimos nariui. Mažiausias pajamas (mažiau nei 100 Eur vienam asmeniui) gavo 0,7 proc. respondentai.

Didžiausiai respondentų daliai (43,9 proc.) teko 700 Eur ir daugiau vienam šeimos nariui (5 pav.).



Šaltinis: Visuomenės sveikatos stebėsenos informacinė sistema (VISS IS)

5 pav. Vidutinės mėnesio pajamos, tenkančios vienam šeimos nariui į rankas (proc.)

2. Suaugusiųjų gyvenimosi rodikliai

2.1. Sveikatos ir gyvenimo kokybės vertinimas ir laimingumas

Suaugusiųjų buvo klausama apie savo sveikatos vertinimą. Klaipėdos mieste 68,2 proc. suaugusiųjų (daugiau vyrų nei moterų) nurodė, kad savo sveikatos būklę vertina kaip labai gerą ir gerą, o Lietuvoje – 62,4 proc. Klaipėdos mieste labai laimingi ir laimingi jautėsi 64,9 proc. tiriamųjų (daugiau moterų nei vyrų), o Lietuvoje – 59,9 proc. Teigiančių, kad gyvenimo kokybė yra labai gera ir gera, Klaipėdoje buvo 75 proc. (apylygiai vyrų bei moterų), o Lietuvoje – 69,5proc. respondentų. Per praėjusį mėnesį prislėgta nuotaika, nerimas buvo apėmę šiek tiek labiau ir daug labiau nei anksčiau 20,3 proc. Klaipėdos miesto (daugiau moterų nei vyrų) ir 23,5proc. visos Lietuvos tiriamųjų (1 lentelė).

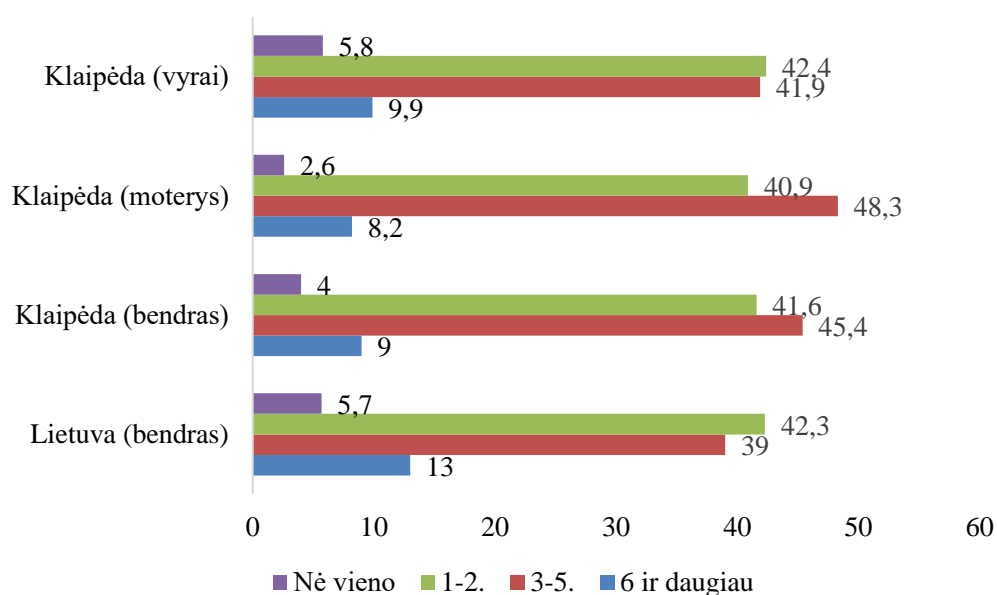
1 lentelė. *Tiriamųjų dalis, kurie savo sveikatą, gyvenimo kokybę ir laimingumą vertina labai gerai ir gerai ir kuriuos buvo apėmusi prislėgta nuotaika (proc.)*

| | Respondentai, kurių labai gera ir gera sveikata (proc.) | Labai laimingi ir laimingi respondentai (proc.) | Respondentai, kurių labai gera ir gera gyvenimo kokybė (proc.) | Respondentai, kuriuos apėmusi prislėgta nuotaika, nerimas buvo prislėgta (proc.) |
|-------------------------------|--|--|---|---|
| Klaipėdos m. (bendras) | 68,2 | 64,9 | 75 | 20,3 |
| Klaipėdos m. (vyrai) | 70,6 | 62,3 | 74,3 | 18,9 |
| Klaipėdos m. (moterys) | 66,2 | 67,1 | 75,4 | 21,5 |
| Lietuva (bendras) | 62,4 | 59,9 | 69,5 | 23,5 |

Šaltinis: Visuomenės sveikatos stebėsenos informacinė sistema (VISS IS)

Lyginant su 2018 m. tyrimu, suaugusiųjų, kurie vertina savo sveikatą kaip gerą ir labai gerą, dalis išliko nepatikusi (2018 m. – 69,3 proc., 2022 m. – 68,2 proc.), suaugusiųjų, kurie savo gyvenimo kokybę vertina kaip gerą ir labai gerą, dalis padidėjo (2018 m. – 68 proc., 2022 m. – 75 proc.), suaugusiųjų, kurie jaučiasi laimingi ir labai laimingi, dalis išliko nepatikusi (2018 m. – 64,3 proc., 2022 m. – 64,9 proc.), o suaugusiųjų, kuriuos per praėjusį mėnesį buvo apėmusi prislėgta nuotaika, nerimas šiek tiek labiau ir daug labiau nei anksčiau, dalis nežymiai sumažėjo (2018 m. – 22,5, proc., 2022 m. – 20,3 proc.).

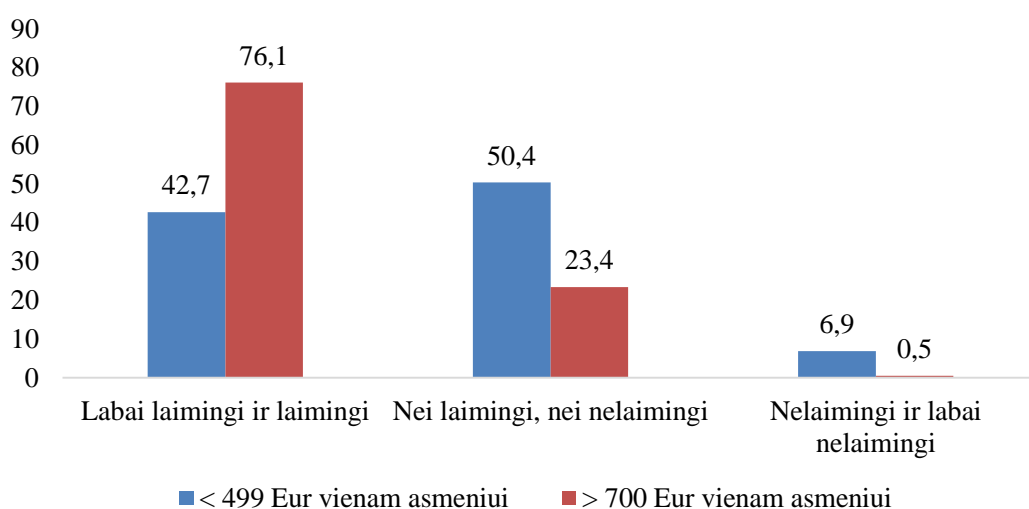
Tiriamieji nurodė, kiek turi artimų žmonių, kuriais gali pasitikėti susidūrę su sunkiomis asmeninėmis problemomis. Beveik pusė (45,4 proc.) Klaipėdos miesto tiriamųjų turi 3-5 artimus asmenis. 4 proc. Klaipėdos miesto (daugiau vyrų nei moterų) ir 5,7 proc. Lietuvos tiriamųjų atsakė, kad neturi nė vieno artimo žmogaus (6 pav.).



Šaltinis: Visuomenės sveikatos stebėsenos informacinė sistema (VISS IS)

6 pav. *Tiriamųjų, turinčių tam tikrą artimų žmonių skaičių, dalis Klaipėdos m. ir Lietuvoje (proc.)*

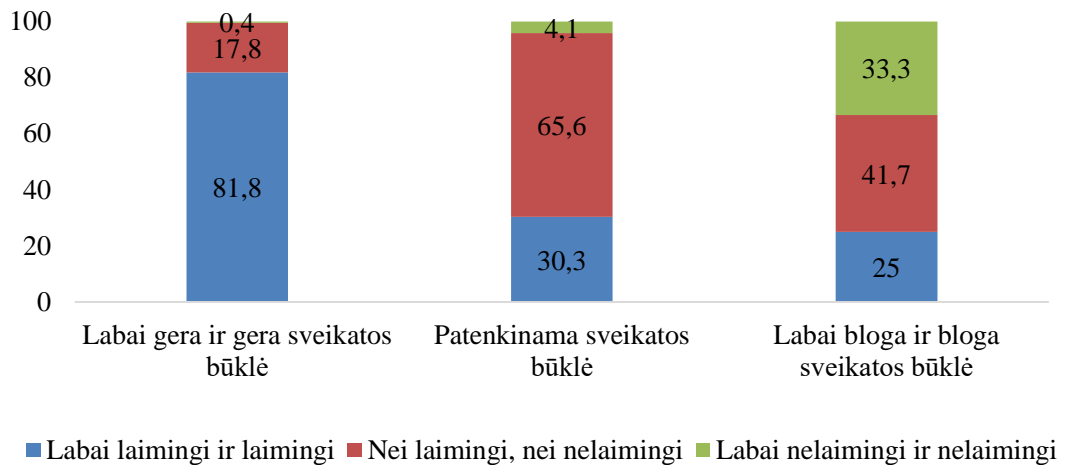
Analizuotos pajamų dydžio ir laimingumo sąsajos. Lietuvos statistikos departamento apskaičiuota skurdo rizikos riba 2021 m. buvo 483 Eur per mėnesį vienam gyvenančiam asmeniui (skurdo rizikos riba – sąlyginis pajamų dydis, už kurį mažesnes disponuojamas pajamas gaunantys namų ūkiai priskiriami prie skurstančiųjų). Klaipėdos mieste mažiausias pajamas vienam gyventojui (iki 499 Eur) per mėnesį gaunantys respondentai sudarė 27,8 proc., o didžiausias (700 Eur ir daugiau) – 43,9 proc. Nustatyta, kad labai laimingų ir laimingų asmenų dalis tarp aukštesnes pajamas gaunančiųjų buvo 1,8 karto didesnė už mažas pajamas gaunančius respondentus, o nelaimingų ir labai nelaimingų asmenų daugiau buvo tarp mažas pajamas gaunančiųjų – 13,8 karto daugiau nei gaunančių aukštesnes pajamas (7 pav.).



Šaltinis: Visuomenės sveikatos stebėsenos informacinė sistema (VISS IS)

7 pav. Tiriamųjų laimingumo vertinimas pagal gaunamas pajamas vienam asmeniui per mėnesį (proc.)

Buvo vertinama, kaip sveikata siejasi su laimingumu. Nustatyta, kad didžioji dalis Klaipėdos miesto tiriamųjų (81,8 proc.), kurie savo sveikatą vertina kaip labai gerą ir gerą, teigia, kad yra laimingi. Tarp respondentų, kurių sveikatos būklė yra patenkinama, laimingų yra 2,7 karto mažiau (30,3 proc.), o tarp labai blogai ir blogai savo sveikatą vertinančių – 3,3 karto mažiau (25 proc.) (8 pav.).



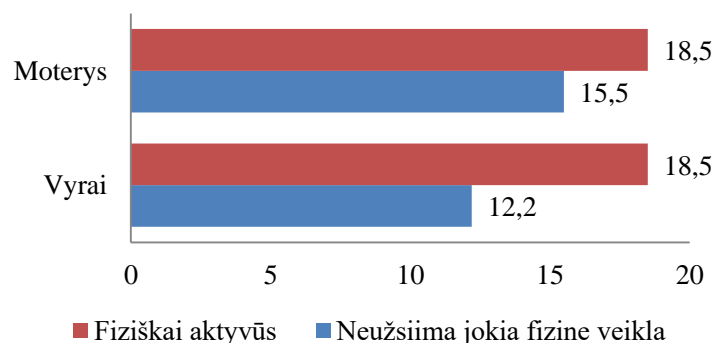
Šaltinis: Visuomenės sveikatos stebėsenos informacinė sistema (VISS IS)

8 pav. Tiriamųjų savo sveikatos būklės vertinimo ir laimingumo sąsajos (proc.)

2.2. Sveikatos elgsena

2.2.1. Suaugusiųjų fizinis aktyvumas

Pagal Pasaulio sveikatos organizacijos (PSO) rekomendacijas, suaugusieji turi užsiimti energinga fizine veikla bent 30 min 5 dienas per savaitę ar dažniau. Gyvensenos tyrimas atskleidė, kad fiziškai aktyvių suaugusiųjų Klaipėdos mieste buvo 18,5 proc., o Lietuvoje – daugiau (28,3 proc.). Nustatyta, kad pagal lytį fiziškai aktyvūs asmenys Klaipėdoje pasiskirstė po lygiai – po 18,5 proc. moterų ir vyrų. Klaipėdoje jokia fizine veikla neužsiima daugiau moterų nei vyrų (atitinkamai 15,5 proc. ir 12,2 proc.) (9 pav.).



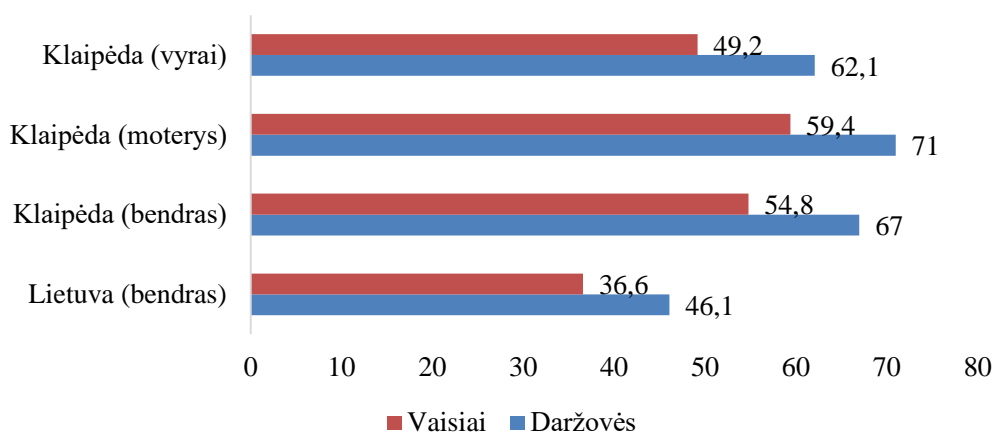
Šaltinis: Visuomenės sveikatos stebėsenos informacinė sistema (VISS IS)

9 pav. Fiziškai aktyvūs ir neužsiimantys jokia fizine veikla tiriamieji Klaipėdos mieste (proc.)

Lyginant su 2018 m. tyrimu, fiziškai aktyvių suaugusiųjų dalis sumažėjo (2018 m. – 35,2 proc., 2022 m. – 18,5 proc.).

2.2.2. Suaugusiųjų mitybos įpročiai

Pagal PSO rekomendacijas, per dieną reikia suvartoti ne mažiau kaip 400 g šviežių daržovių, žalumynų, vaisių, uogų arba 5 porcijas vaisių ir daržovių (neįskaičiuojant bulvių ir kitų krakmolingų augalų). Gyvensenos tyrimas atskleidė, kad Klaipėdoje bent kartą per dieną vaisių ir daržovių vartoja didesnė suaugusiųjų dalis nei visoje Lietuvoje, daugiau moterų nei vyrų (10pav.).

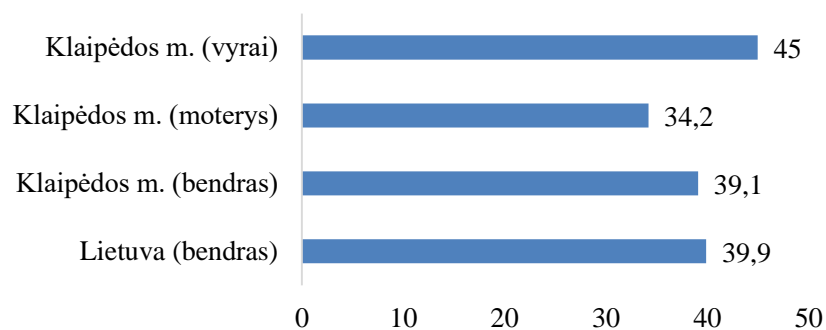


Šaltinis: Visuomenės sveikatos stebėsenos informacinė sistema (VISS IS)

10 pav. Tiriamieji bent kartą per dieną vartojantys vaisius ir daržoves Klaipėdos m. ir Lietuvoje (proc.)

Lyginant su 2018 m. tyrimu, suaugusiųjų, kurie bent kartą per dieną valgo daržoves ir vaisius, dalis padidėjo (2018 m. daržoves valgė 52,3 proc., 2022 m. – 67 proc., 2018 m. vaisius valgė 41,8 proc., 2022 m. – 54,8 proc.).

Tiriamųjų buvo klausama, ar jie papildomai deda druskos į paruoštą maistą. Druskos papildomai nededančių asmenų dalis Klaipėdos mieste atitinka Lietuvos vidurkį. Klaipėdoje daugiau vyrų nei moterų papildomai nededa druskos į paruoštą maistą (11 pav.).

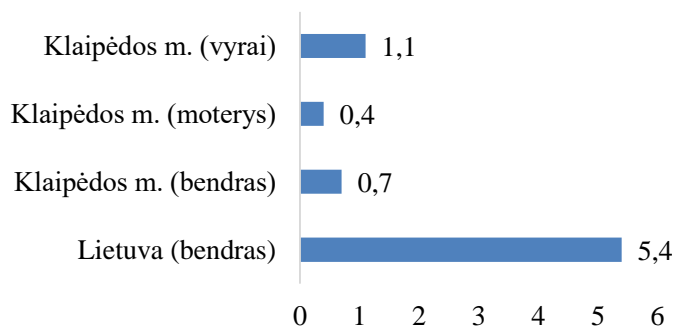


Šaltinis: Visuomenės sveikatos stebėsenos informacinė sistema (VISS IS)

11 pav. Tiramųjų, kurie papildomai nededa druskos į paruoštą maistą, dalis Klaipėdos m. ir Lietuvoje (proc.)

Lyginant su 2018 m. tyrimu, suaugusiųjų, kurie papildomai nededa druskos į paruoštą maistą, dalis sumažėjo (2018 m. – 47,2 proc., 2022 m. – 39,1 proc.).

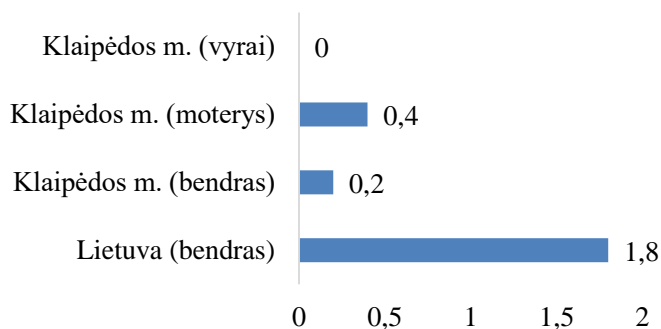
Tiriamųjų buvo klausiami apie gazuotų saldžiųjų gėrimų vartojimą. Bent kartą per dieną gazuotus saldžiuosius gėrimus geria 0,7 proc. Klaipėdos (daugiau vyrų nei moterų) ir 5,4 proc. Lietuvos tiriamųjų (12 pav.).



Šaltinis: Visuomenės sveikatos stebėsenos informacinė sistema (VISS IS)

12 pav. *Tiriamųjų, kurie bent kartą per dieną geria gazuotus saldžiuosius gėrimus, dalis Klaipėdos m. ir Lietuvoje (proc.)*

Tiriamųjų buvo klausiami apie energinių gėrimų vartojimą. Bent kartą per dieną energinius gėrimus geria 0,2 proc. Klaipėdos (vartojo tik moterų) ir 1,8 proc. Lietuvos tiriamųjų (13 pav.).



Šaltinis: Visuomenės sveikatos stebėsenos informacinė sistema (VISS IS)

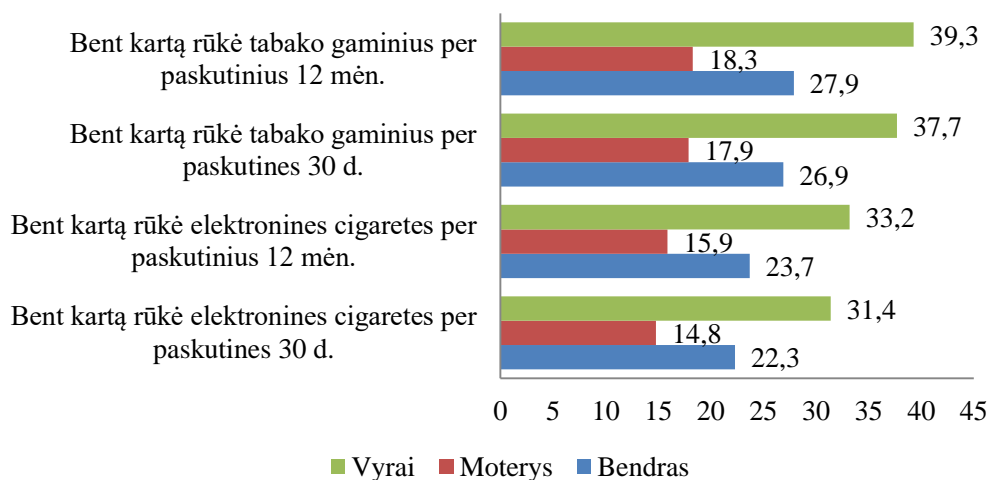
13 pav. *Tiriamųjų, kurie bent kartą per dieną geria energinius gėrimus, dalis Klaipėdos m. ir Lietuvoje (proc.)*

2.3. Rizikingas elgesys

Tyrimo metu nustatyta, kad per paskutines 30 dienų kasdien tabako gaminius rūkė 14,8proc. Klaipėdos m. ir 16,3 proc. Lietuvos, o elektronines cigaretes kasdien rūkė 7,4 proc. Klaipėdos m. ir 5,2 proc. Lietuvos tiriamųjų.

Klaipėdoje bent kartą per paskutinius 12 mėnesių tabako gaminius rūkė 27,9 proc. respondentų (39,3 proc. vyrų ir 18,3 proc. moterų), bent kartą elektronines cigaretes – 23,7 proc.

respondentų (33,2 proc. vyrų ir 15,9 proc. moterų). Bent kartą per paskutines 30 dienų tabako gaminius rūkė 26,9 proc. tiriamųjų (37,7 proc. vyrų ir 17,9 proc. moterų), bent kartą elektronines cigaretes – 22,3 proc. tiriamųjų (31,4 proc. vyrų ir 14,8 proc. moterų) (14 pav.).



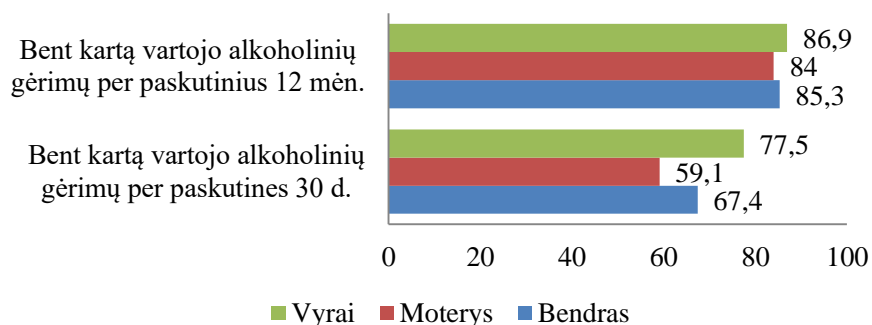
Šaltinis: Visuomenės sveikatos stebėsenos informacinė sistema (VISS IS)

14 pav. Klaipėdos miesto tiriamųjų, rūkusių tabako gaminius, elektronines cigaretes, dalis (proc.)

Lyginant su 2018 m. tyrimu, suaugusiųjų, kurie per paskutines 30 dienų kasdien rūkė tabako gaminius ir elektronines cigaretes, dalis padidėjo (2018 m. tabako gaminius kasdien rūkė 9 proc., 2022 m. – 14,8 proc., 2018 m. elektronines cigaretes kasdien rūkė 1 proc., 2022 m. – 7,4proc.).

Paklausus suaugusiųjų apie alkoholio vartojimą, per paskutines 30 dienų kartą per savaitę ir dažniau alkoholinius gėrimus vartojo kas penktas apklausos dalyvis Klaipėdoje (20,3proc.) ir Lietuvoje (21,8 proc.), o per paskutinius 12 mėnesių kartą per savaitę ir dažniau – 17,1proc. Klaipėdos ir 18,3 proc. Lietuvos respondentų.

Klaipėdoje bent kartą alkoholinių gėrimų per paskutinius 12 mėnesių vartojo didžioji dalis apklaustųjų (85,3 proc.), daugiau vyrų nei moterų. Bent kartą alkoholinių gėrimų per paskutines 30 dienų vartojo pusė tiriamųjų (67,4 proc.), daugiau vyrų nei moterų (15 pav.).

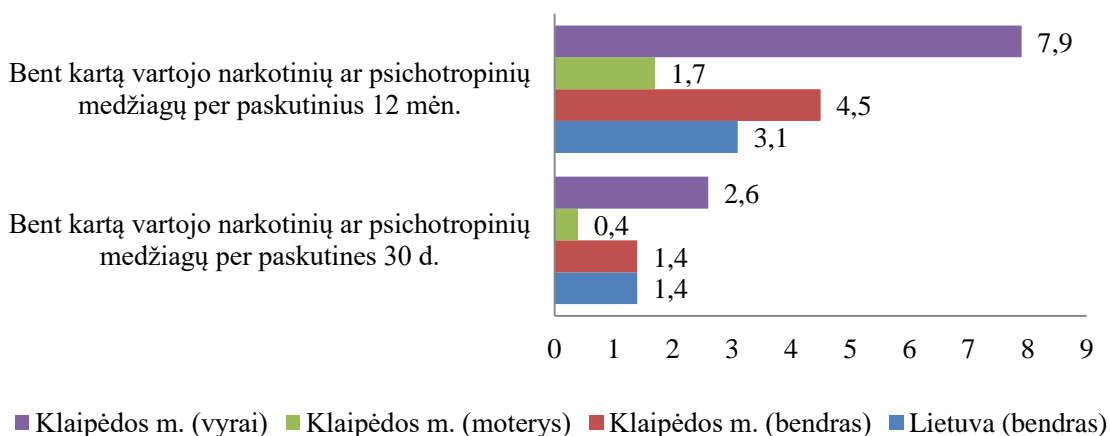


Šaltinis: Visuomenės sveikatos stebėsenos informacinė sistema (VISS IS)

15 pav. Klaipėdos miesto tiriamųjų, kurie bent kartą vartojo alkoholinius gėrimus, dalis (proc.)

Lyginant su 2018 m. tyrimu, per paskutines 30 dienų kasdien vartojusių alkoholinius gėrimus suaugusiųjų dalis padidėjo (2018 m. – 0 proc., 2022 m. – 0,5 proc.), per paskutines 30 dienų alkoholinius gėrimus kartą per savaitę ir dažniau vartojusiųjų dalis sumažėjo (2018 m. – 20,6 proc., 2022 m. – 16,6 proc.), per paskutinius 12 mėnesių alkoholinius gėrimus vartojusiųjų kartą per savaitę ir dažniau dalis sumažėjo (2018 m. – 16,8 proc., 2022 m. – 13,8 proc.).

Per paskutines 30 dienų bent kartą narkotinių ar psichotropinių medžiagų be gydytojo paskyrimo vartojo 1,4 proc. respondentų Klaipėdoje (daugiau vyrų nei moterų) ir 1,4 proc. Lietuvoje, per paskutinius 12 mėnesių – 4,5 proc. respondentų Klaipėdoje (daugiau vyrų nei moterų) ir 3,1 proc. Lietuvoje (16 pav.).



Šaltinis: Visuomenės sveikatos stebėsenos informacinė sistema (VISS IS)

16 pav. Klaipėdos miesto tiriamųjų, kurie bent kartą vartojo narkotinių ar psichotropinių medžiagų be gydytojo paskyrimo, dalis (proc.)

Lyginant su 2018 m. tyrimu, suaugusiųjų, kurie per paskutines 30 dienų bent kartą vartojo narkotinių ar psichotropinių medžiagų be gydytojo paskyrimo, dalis sumažėjo (2018 m. – 2,2, proc., 2022 m. – 1,4 proc.), o jas vartojusiųjų per paskutinius 12 mėnesių dalis nežymiai padidėjo (2018 m. – 3,8 proc., 2022 m. – 4,5 proc.).

IŠVADOS

Sveikatos ir gyvenimo kokybės vertinimas ir laimingumas

Savo sveikatos būklę kaip gerą ir labai gerą įvertino 68,2 proc. Klaipėdos miesto savivaldybės (70,6 proc. vyrų ir 66,2 proc. moterų), o Lietuvoje – 62,4 proc. suaugusių gyventojų. Gyvenimo kokybę kaip gerą ir labai gerą įvertino 75 proc. Klaipėdos miesto (74,3 proc. vyrų ir 75,4 proc. moterų) ir 69,5 proc. Lietuvos respondentų. Labai laimingi ir laimingi besijaunčiantys Klaipėdos mieste sudarė 64,9 proc. (62,3 proc. vyrų ir 67,1 proc. moterų), o Lietuvoje – 59,9 proc. Klaipėdoje daugiau laimingai besijaučiančių buvo tarp aukštesnes pajamas gaunančių respondentų. Didžioji dalis Klaipėdos miesto tiriamųjų, kurie savo sveikatą vertino kaip labai gerą ir gerą, teigė, kad yra laimingi. Per praėjusį mėnesį prislėgta nuotaika, nerimas buvo apėmęs 20,3 proc. Klaipėdos miesto (18,9 proc. vyrų ir 21,5 proc. moterų) ir 23,5 proc. visos Lietuvos tiriamųjų.

Fizinis aktyvumas

Fiziškai aktyvūs buvo 18,5 proc. Klaipėdos miesto (tiek pat vyrų ir moterų), o Lietuvoje – 28,3proc. tiriamųjų.

Mityba

Bent kartą per dieną vaisių vartojo 54,8 proc. Klaipėdos miesto (49,2 proc. vyrų ir 59,4 proc. moterų), o Lietuvoje – 36,6 proc. respondentų. Bent kartą per dieną daržoves vartojo 67 proc. Klaipėdos miesto (62,1 proc. vyrų ir 71 proc. moterų), o Lietuvoje – 46,1 proc. respondentų. Papildomai druskos į paruoštą maistą nedėjo 39,1 proc. Klaipėdos miesto ir 39,9 proc. Lietuvos suaugusių gyventojų.

Rizikingas elgesys

Per paskutines 30 dienų kasdien tabako gaminius Klaipėdoje rūkė 14,8 proc., o Lietuvoje – 16,3proc. respondentų. Per paskutines 30 dienų kasdien elektronines cigaretes rūkė 7,4 proc. Klaipėdos ir 5,2 proc. Lietuvos tiriamųjų. Per paskutines 30 dienų bent kartą per savaitę alkoholinius gėrimus Klaipėdoje vartojo 20,3 proc., o Lietuvoje – 21,8 proc. respondentų. Per paskutinius 12 mėnesių bent kartą per savaitę alkoholinius gėrimus Klaipėdoje vartojo 17,1proc., o Lietuvoje – 18,3 proc. tiriamųjų. Per paskutines 30 dienų bent kartą narkotinių ar psichotropinių medžiagų be gydytojo paskyrimo vartojo 1,4 proc. Klaipėdos miesto (2,6 proc. vyrų ir 0,4 proc. moterų) ir 1,4 proc. Lietuvos, o per paskutinius 12 mėnesių – 4,5 proc. Klaipėdos miesto (7,9 proc. vyrų ir 1,7 proc. moterų) ir 3,1 proc. Lietuvos respondentų.