



KLAIPĖDOS MIESTO SAVIVALDYBĖS SUAUGUSIŲJŲ GYVENSENOS TYRIMO ANALIZĖ

Parengė:

Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuro
Visuomenės sveikatos specialistė Laura Kubiliūtė

Klaipėda, 2019

TURINYS

TYRIMO APRAŠYMAS IR METODIKA.....	2
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. Bendravimas su šeimos nariais, giminaičiais ir draugais.....	9
2.2.2. Suaugusiųjų fizinis aktyvumas.....	9
2.2.3. Suaugusiųjų mitybos įpročiai.....	10
2.3. Rizikingas elgesys.....	11
IŠVADOS.....	13

TYRIMO APRAŠYMAS IR METODIKA

Klaipėdos miesto savivaldybėje suaugusiųjų gyvenimo tyrimas buvo atliktas 2018 m. kovo – gegužės mėn. Dalyvavo 422 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“ įsakymą. Tyrimas atliktas vadovaujantis Higienos instituto parengta gyvenimo tyrimų organizavimo ir vykdymo metodika. Tyrimui naudotas su Sveikatos apsaugos ministerija suderintas klausimynas, kurį sudarė klausimai apie gyvenimą, visuomenės sveikatos priežiūros paslaugas, sveikatos raštingumą ir sociodemografiniai klausimai.

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

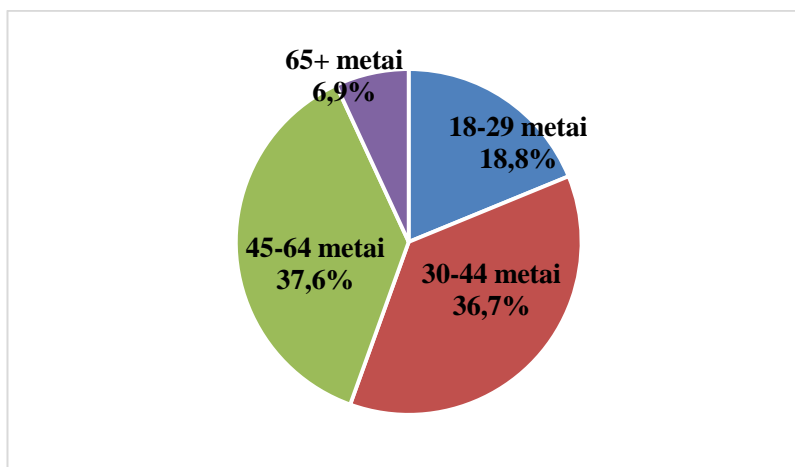
Tyrimo rezultatai pristatomi pagal 16 suaugusiųjų gyvenimo stebėsenos rodiklių, patvirtintų Sveikatos apsaugos ministro įsakymu. Rodikliai suskirstyti į tris grupes:

- 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 422 asmenys: 187 vyrai (44,3 proc.) ir 235 moterys (55,7 proc.). Tyrimo dalyvavusių asmenų amžius svyravo nuo 18 iki 87 metų. Amžiaus vidurkis – 43,3 metai (vyrų – 40,9 metai, moterų – 45,2 metai). Pagal amžių tiriamieji pasiskirstė taip: 18-29 metų amžiaus buvo 76 (18,8 proc.), 30-44 metų – 148 (36,7 proc.), 45-64 metų – 152 (37,6 proc.) ir 65 metų ir vyresnio amžiaus – 28 (6,9 proc.) respondentai (1 pav.).



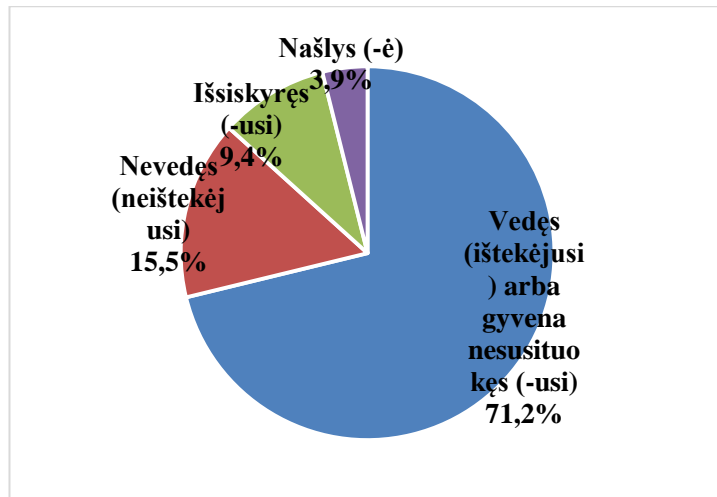
Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

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

Tiriamųjų buvo klausiama, koks jų ūgis ir svoris. Apklaustųjų, kurie atsakė į šiuos klausimus, ūgio vidurkis buvo 172,6 cm (vyrų – 179,6 cm, moterų – 167,2 cm), svorio vidurkis – 75,5 kg (vyrų – 83,5 kg, moterų – 71,6 kg).

Suaugusieji turėjo nurodyti savo tautybę. Didžioji dalis apklaustųjų nurodė, kad yra lietuviai (95,7 proc.), 2,7 proc. – rusai, 1,4 proc. – lenkai, 0,2 proc. – kitų tautybių.

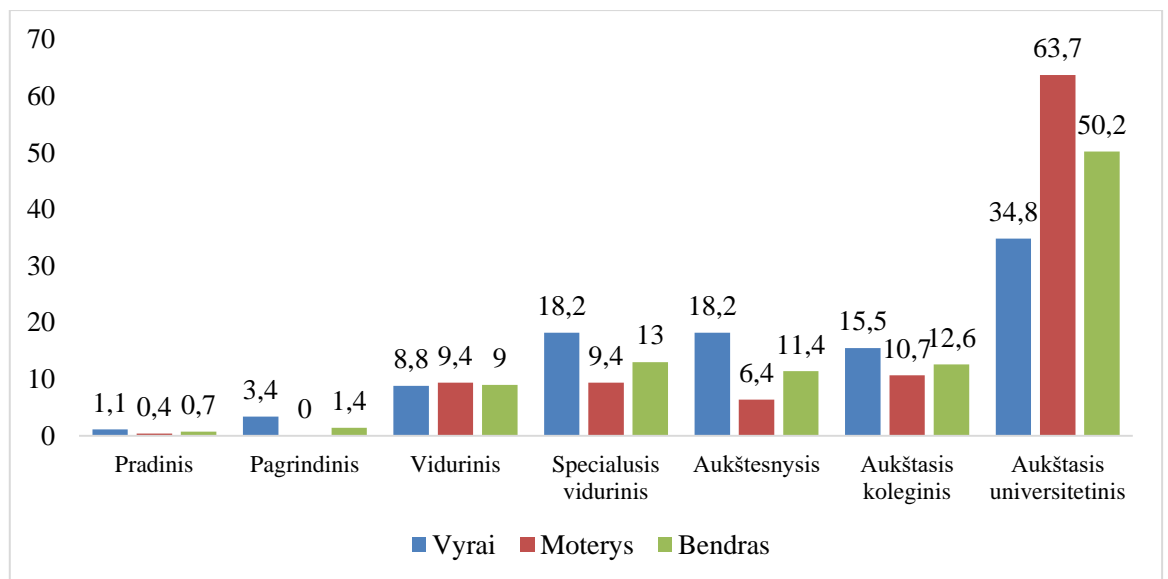
Respondentai buvo klausiami apie šeimines padėtis. Didžioji dalis asmenų (71,2 proc.) nurodė, kad yra vedę arba gyvena nesusituokę, 15,5 proc. – nevedę, 9,4 proc. – išsiskyrę, 3,9 proc. – našliai (2 pav.).



Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

2 pav. Tiriamųjų pasiskirstymas pagal šeiminių padėtį (proc.)

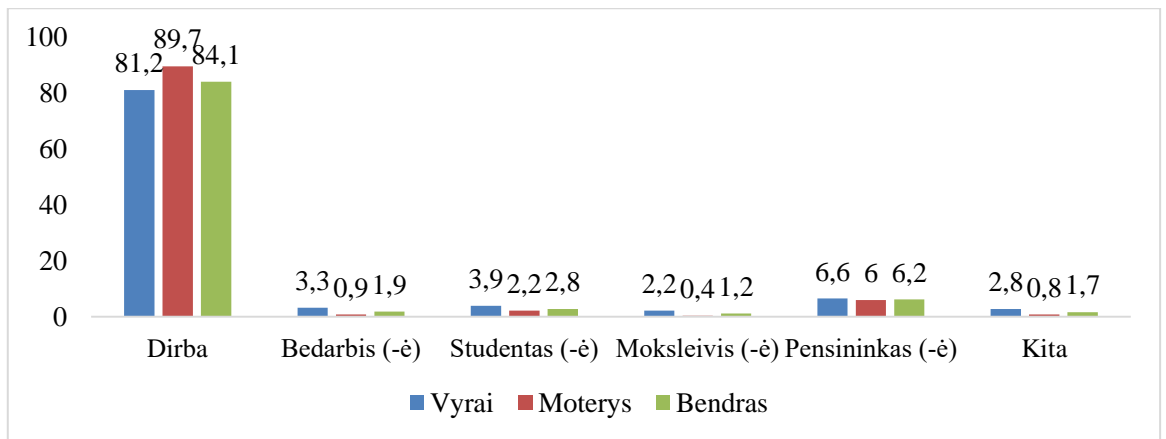
Suskirsčius respondentus pagal išsilavinimą paaiškėjo, kad pusė (50,2 proc.) iš jų turi aukštąjį universitetinį išsilavinimą, daugiau moterų nei vyrų (atitinkamai 63,7 proc. ir 34,8 proc.) (3 pav.).



Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

3 pav. Tiriamųjų pasiskirstymas pagal išsilavinimą (proc.)

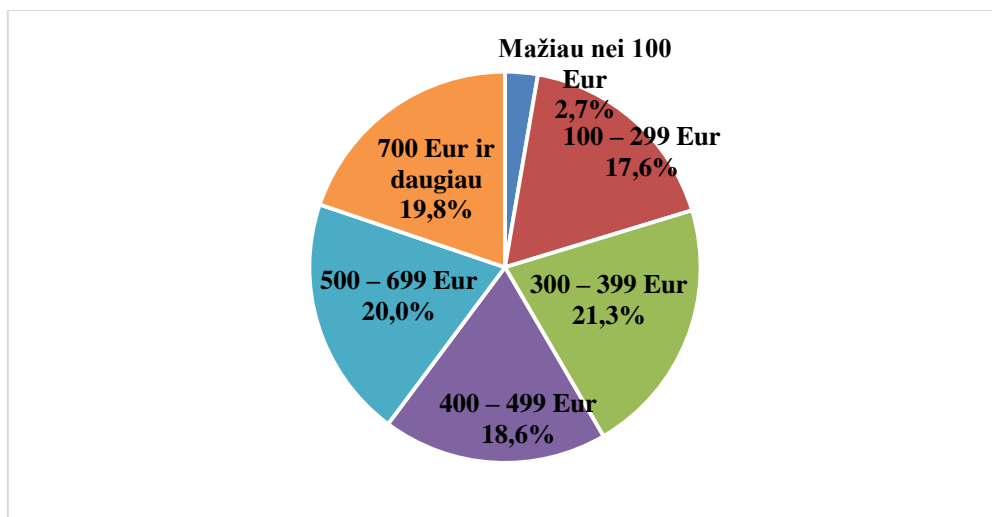
Respondentai turėjo nurodyti pagrindinį savo užsiėmimą. Didžioji dalis apklaustųjų nurodė, kad dirba (84,1 proc.), iš jų 81,2 proc. vyrų ir 89,7 proc. moterų (4 pav.).



Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

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 2,7 proc. respondentai. Didžiausiai respondentų daliai (21,3 proc.) teko 300-399 Eur vienam asmeniui (5 pav.).



Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

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

2. Suaugusiųjų gyvenimos rodikliai

2.1. Sveikatos ir gyvenimo kokybės vertinimas ir laimingumas

Suaugusiųjų buvo klausiama apie savo sveikatos vertinimą. Klaipėdos mieste 69,3 proc. suaugusiųjų (daugiau vyrų nei moterų) nurodė, kad savo sveikatos būklę vertina kaip labai gerą ir gerą, o Lietuvoje – tik 58,1 proc. Klaipėdos mieste labai laimingi ir laimingi jautėsi 64,3 proc. tiriamųjų (daugiau vyrų nei moterų), o Lietuvoje – 58,1 proc. Teigiančių, kad gyvenimo kokybė

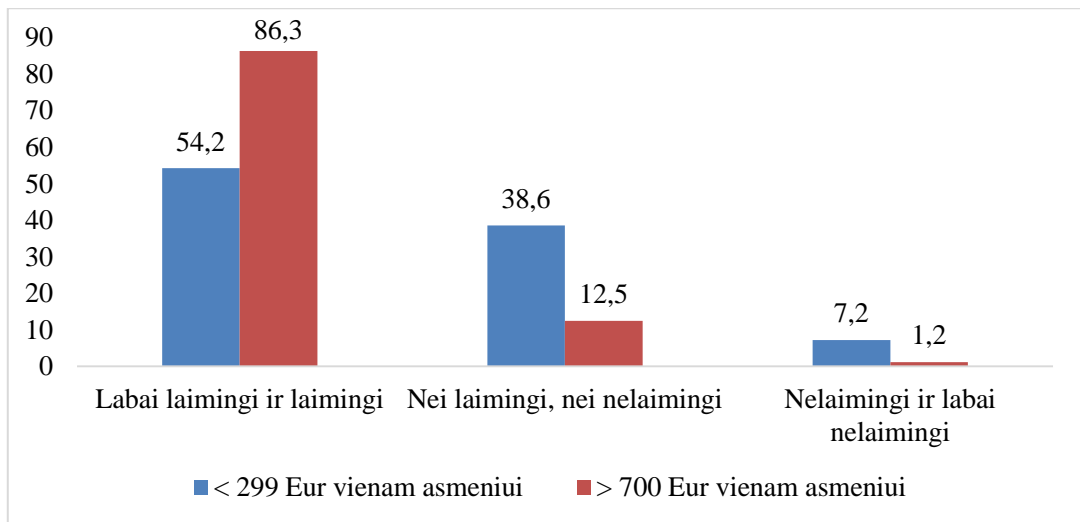
yra labai gera ir gera, Klaipėdoje buvo 68 proc. (daugiau vyrų nei moterų), o Lietuvoje – 61,8 proc. Per praėjusį mėnesį prislėgta nuotaika, nerimas buvo apėmę šiek tiek labiau ir daug labiau nei anksčiau 22,5 proc. Klaipėdos miesto (daugiau moterų nei vyrų) ir 16,6 proc. visos Lietuvos tiriamųjų (1 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 buvo apėmusi prislėgta nuotaika, nerimas (proc.)
Klaipėdos m. (bendras)	69,3	64,3	68	22,5
Klaipėdos m. (vyrai)	72	68,8	69,9	19,9
Klaipėdos m. (moterys)	67,1	60,7	65,5	24,6
Lietuva (bendras)	58,1	58,1	61,8	16,6

Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

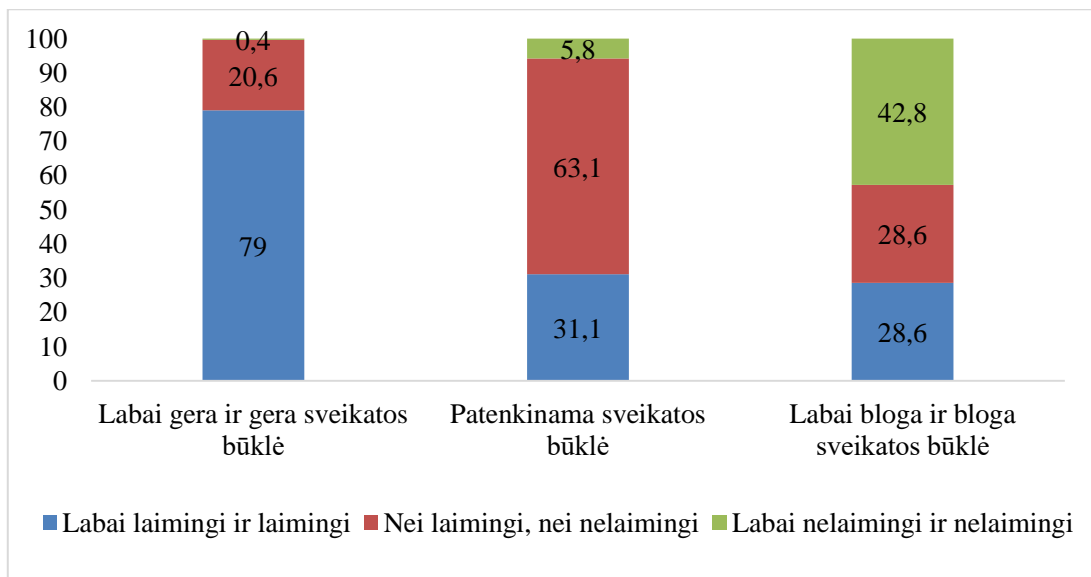
Analizuotos pajamų dydžio ir laimingumo sąsajos. Klaipėdos mieste mažiausias pajamas vienam gyventojui (iki 299 Eur) per mėnesį gaunantys respondentai sudarė 20,3 proc., o didžiausias (700 Eur ir daugiau) – 19,8 proc. Lietuvos statistikos departamento apskaičiuota skurdo rizikos riba 2017 m. siekė 307 Eur per mėnesį vienam gyvenančiam asmeniui (skurdo rizikos riba – sąlyginis pajamų dydis, už kurį mažesnes disponuojamąsias pajamas gaunantys namų ūkiai priskiriami prie skurstančiųjų). Nustatyta, kad labai laimingų ir laimingų asmenų dalis tarp aukštesnes pajamas gaunančiųjų buvo 1,6 karto didesnė už mažas pajamas gaunančius respondentes, o nelaimingų ir labai nelaimingų asmenų daugiau buvo tarp mažas pajamas gaunančiųjų – 6 kartus daugiau nei gaunančių aukštesnes pajamas (6 pav.).



Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

6 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 (79 proc.), kurie savo sveikatą vertina kaip labai gerą ir gerą, teigia, kad yra laimingi. Tarp respondentų, kurių sveikatos būklė patenkinama, laimingų 2,5 karto mažiau (31,1 proc.), o tarp labai blogai ir blogai savo sveikatą vertinančių – 2,8 karto mažiau (28,6 proc.) (7 pav.).



Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

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

2.2. Sveikatos elgsena

2.2.1. Bendravimas su šeimos nariais, giminaičiais ir draugais

Suaugusiųjų buvo klausama, kaip dažnai ir su kuo bendravo per paskutinius 12 mėnesių („gyvai“, elektroniniu paštu, telefonu, socialiniuose tinkluose ir pan.). Bent kelis kartus per mėnesį Klaipėdos mieste 96,4 proc. tiriamųjų bendravo su savo šeimos nariais, 78,3 proc. – su giminaičiais ir 86,3 proc. – su draugais. Tai atitinka ir Lietuvos vidurkį (2 lentelė).

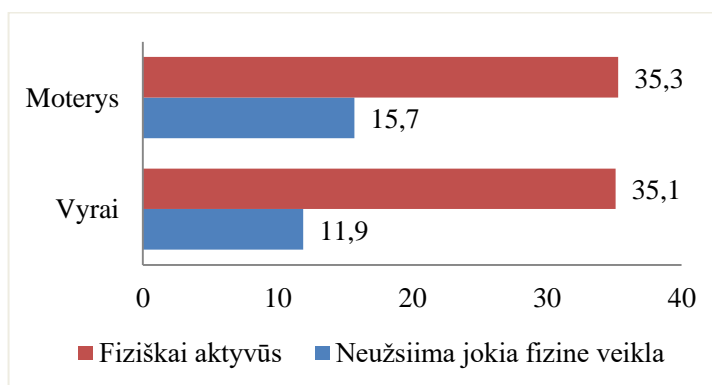
2 lentelė. Tiriamųjų dalis, kurie bent kelis kartus per mėnesį bendrauja su šeimos nariais, giminaičiais ir draugais (proc.)

	Šeimos nariais	Giminaičiais	Draugais
Klaipėdos m.	96,4	78,3	86,3
Lietuva	94,2	77,2	83,5

Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

2.2.2. 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 35,2 proc., o Lietuvoje – daugiau (40,5 proc.). Nustatyta, kad pagal lytį fiziškai aktyvūs asmenys Klaipėdoje pasiskirstė po lygiai (35,3 proc. moterų ir 35,1 proc. vyrų). Klaipėdoje jokia fizine veikla neužsiima daugiau moterų nei vyrų (atitinkamai 15,7 proc. ir 11,9 proc.) (8 pav.).

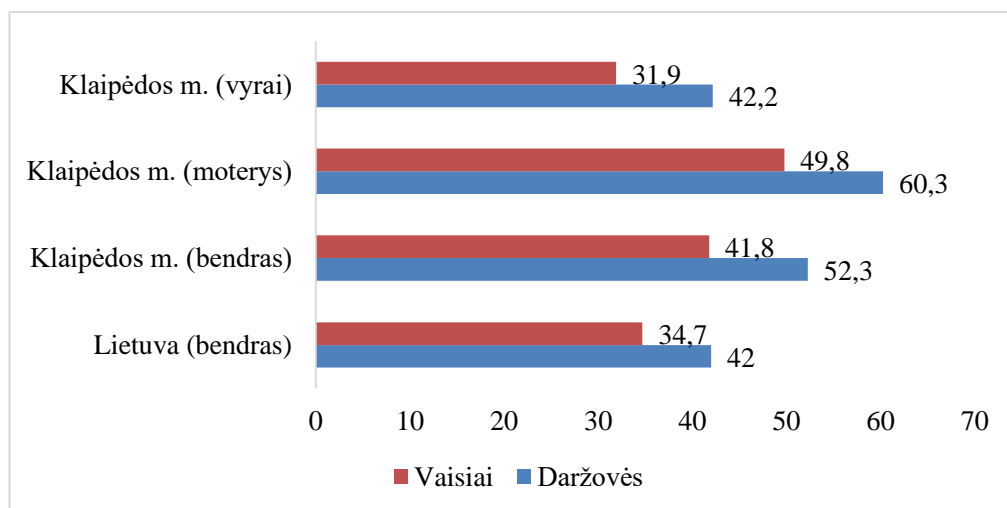


Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

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

2.2.3. Suaugusiųjų mitybos įpročiai

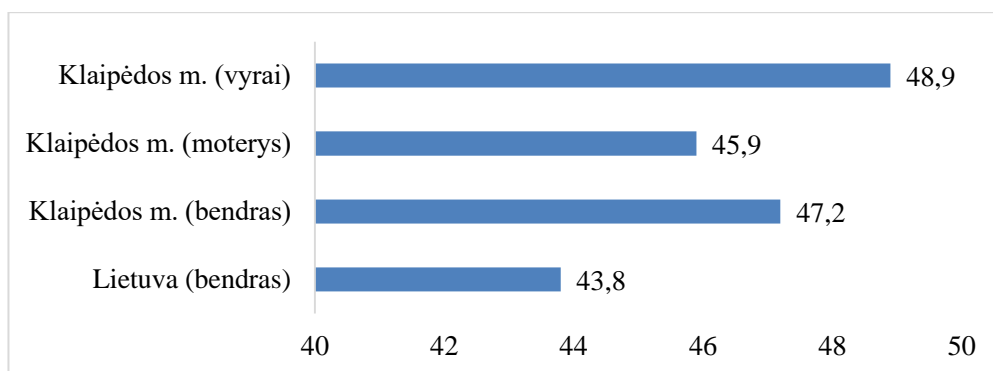
Pagal PSO rekomendacijas, per dieną reikia suvartoti ne mažiau kaip 400 g šviežių daržovių, žalumynų, vaisių, uogų arba 5 porcijas vaisių ir daržovių (neįskaičiuojant bulvių ir kitų krakmolingų augalų). Gyvensenos tyrimas atskleidė, kad Klaipėdoje bent kartą per dieną vaisių ir daržovių vartoja didesnė suaugusiųjų dalis nei visoje Lietuvoje, daugiau moterų nei vyrų (9 pav.).



Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

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

Tiriamųjų buvo klausiama, ar jie papildomai deda druskos į paruoštą maistą. Druskos papildomai nededančių asmenų dalis didesnė Klaipėdos mieste nei Lietuvoje (atitinkamai 47,2 proc. ir 43,8 proc.). Klaipėdoje daugiau vyrų nei moterų papildomai nededa druskos į paruoštą maistą (10 pav.).



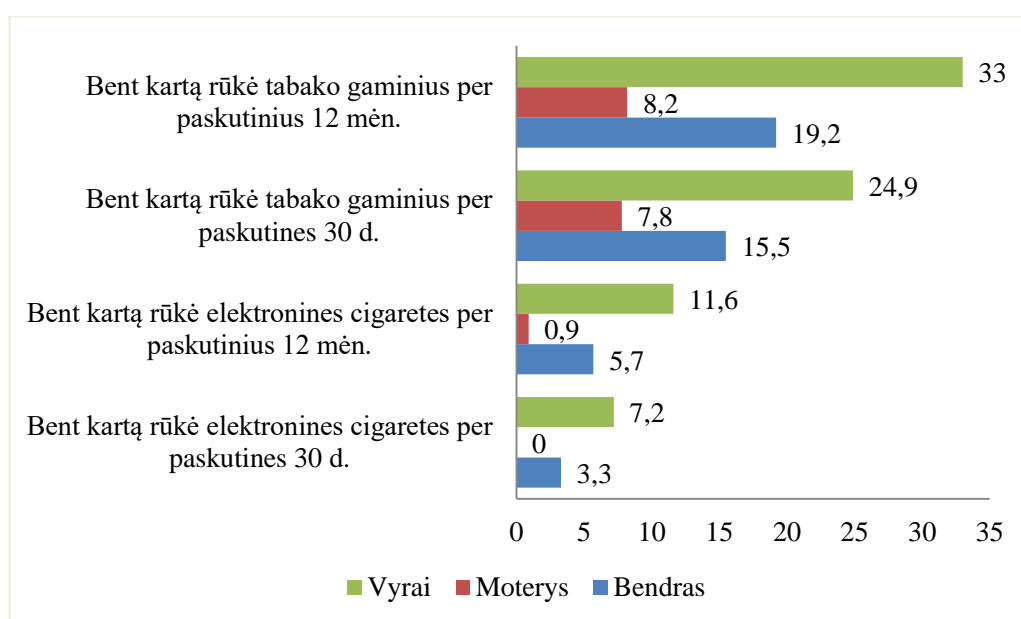
Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

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

2.3. Rizikingas elgesys

Tyrimo metu nustatyta, kad per paskutines 30 dienų kasdien tabako gaminius rūkė 9 proc. Klaipėdos m. ir 17,3 proc. Lietuvos, o elektronines cigaretetes kasdien rūkė 1 proc. Klaipėdos m. ir 1,1 proc. Lietuvos tiriamųjų.

Klaipėdoje bent kartą per paskutinius 12 mėnesių tabako gaminius rūkė 19,2 proc. respondentų (33 proc. vyrų ir 8,2 proc. moterų), bent kartą elektronines cigaretetes – 5,7 proc. respondentų (11,6 proc. vyrų ir 0,9 proc. moterų). Bent kartą per paskutines 30 dienų tabako gaminius rūkė 15,5 proc. tiriamųjų (24,9 proc. vyrų ir 7,8 proc. moterų), bent kartą elektronines cigaretetes – 3,3 proc. tiriamųjų (rūkė tik vyrai – 7,2 proc.) (11 pav.).

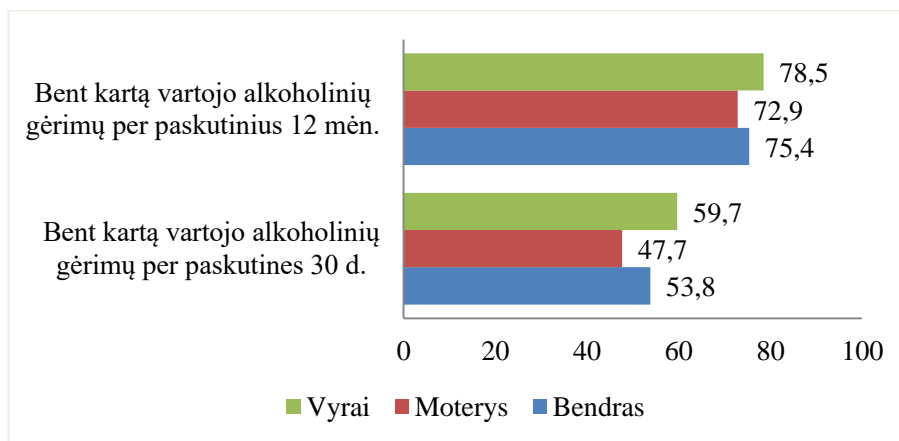


Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

11 pav. Klaipėdos miesto tiriamųjų, rūkusių tabako gaminius, elektronines cigaretetes, dalis (proc.)

Paklausus suaugusiųjų apie alkoholio vartojimą, per paskutines 30 dienų kartą per savaitę ir dažniau alkoholinius gėrimus vartojo kas penktas apklausos dalyvis Klaipėdoje (20,6 proc.) ir Lietuvoje (22 proc.), o per paskutinius 12 mėnesių kartą per savaitę ir dažniau – kas šeštas tiek Klaipėdoje (16,8 proc.), tiek Lietuvoje (15,7 proc.).

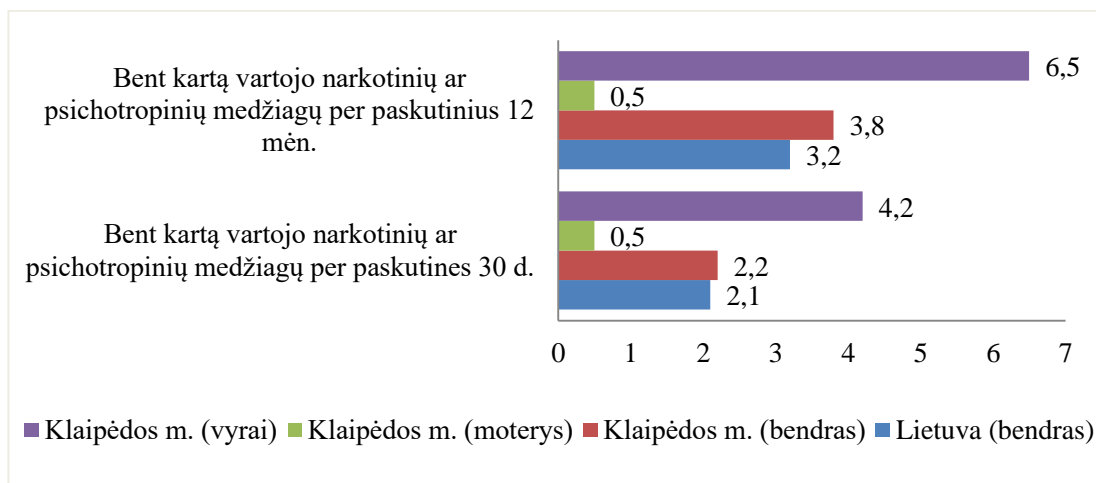
Klaipėdoje bent kartą alkoholinių gėrimų per paskutinius 12 mėnesių vartojo didžioji dalis apklaustųjų (75,4 proc.), daugiau vyrų nei moterų. Bent kartą alkoholinių gėrimų per paskutines 30 dienų vartojo pusė tiriamųjų (53,8 proc.), daugiau vyrų nei moterų (12 pav.).



Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

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

Per paskutines 30 dienų bent kartą narkotinių ar psichotropinių medžiagų be gydytojo paskyrimo vartojo 2,2 proc. respondentų Klaipėdoje (daugiau vyrų nei moterų) ir 2,1 proc. Lietuvoje, per paskutinius 12 mėnesių – 3,8 proc. respondentų Klaipėdoje (daugiau vyrų nei moterų) ir 3,2 proc. Lietuvoje (13 pav.).



Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

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

IŠVADOS

Sveikatos ir gyvenimo kokybės vertinimas ir laimingumas

Savo sveikatos būklę kaip gerą ir labai gerą įvertino 69,3 proc. Klaipėdos miesto savivaldybės (72 proc. vyrų ir 67,1 proc. moterų), o Lietuvoje – tik 58,1 proc. suaugusių gyventojų. Gyvenimo kokybę kaip gerą ir labai gerą įvertino 68 proc. Klaipėdos miesto (69,9 proc. vyrų ir 65,5 proc. moterų) ir 61,8 proc. Lietuvos respondentų. Labai laimingi ir laimingi besijaunčiantys Klaipėdos mieste sudarė 64,3 proc. (68,8 proc. vyrų ir 60,7 proc. moterų), o Lietuvoje – tik 58,1 proc. Klaipėdoje daugiau laimingai besijaučiančių buvo tarp vyrų ir 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 22,5 proc. Klaipėdos miesto (19,9 proc. vyrų ir 24,6 proc. moterų) ir 16,6 proc. visos Lietuvos tiriamųjų.

Fizinis aktyvumas

Fiziškai aktyvūs buvo 35,2 proc. Klaipėdos miesto (35,1 proc. vyrų ir 35,3 proc. moterų), o Lietuvoje – 40,5 proc. tiriamųjų.

Mityba

Bent kartą per dieną vaisių vartojo 41,8 proc. Klaipėdos miesto (31,9 proc. vyrų ir 49,8 proc. moterų), o Lietuvoje – tik 34,7 proc. respondentų. Bent kartą per dieną daržoves vartojo 52,3 proc. Klaipėdos miesto (42,2 proc. vyrų ir 60,3 proc. moterų), o Lietuvoje – tik 42 proc. respondentų. Papildomai druskos į paruoštą maistą nedėjo beveik pusė (47,2 proc.) Klaipėdos miesto ir 43,8 proc. Lietuvos suaugusių gyventojų.

Rizikingas elgesys

Per paskutines 30 dienų kasdien tabako gaminius Klaipėdoje rūkė 9 proc., o Lietuvoje – net 17,3 proc. respondentų. Per paskutines 30 dienų kasdien elektronines cigaretes rūkė 1 proc. Klaipėdos ir 1,1 proc. Lietuvos suaugusių tiriamųjų. Per paskutines 30 dienų bent kartą per savaitę alkoholinius gėrimus Klaipėdoje vartojo 20,6 proc., o Lietuvoje – 22 proc. respondentų. Per paskutinius 12 mėnesių bent kartą per savaitę alkoholinius gėrimus Klaipėdoje vartojo 16,8 proc., o Lietuvoje – 15,7 proc. tiriamųjų. Per paskutines 30 dienų bent kartą narkotinių ar psichotropinių medžiagų be gydytojo paskyrimo vartojo 2,2 proc. Klaipėdos miesto (4,2 proc. vyrų ir 0,5 proc. moterų) ir 2,1 proc. Lietuvos, o per paskutinius 12 mėnesių – 3,8 proc. Klaipėdos miesto (6,5 proc. vyrų ir 0,5 proc. moterų) ir 3,2 proc. Lietuvos respondentų.