



NERINGOS 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.....	8
2.2.1. Bendravimas su šeimos nariais, giminaičiais ir draugais.....	8
2.2.2. Suaugusiųjų fizinis aktyvumas.....	9
2.2.3. Suaugusiųjų mitybos įpročiai.....	9
2.3. Rizikingas elgesys.....	10
IŠVADOS.....	13

TYRIMO APRAŠYMAS IR METODIKA

Neringos savivaldybėje suaugusiųjų gyvenimo tyrimas buvo atliktas 2018 m. kovo – gegužės mėn. Dalyvavo 366 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 Neringos savivaldybės suaugusiųjų gyvenimo, elgsenos ir sveikatos ypatumus.

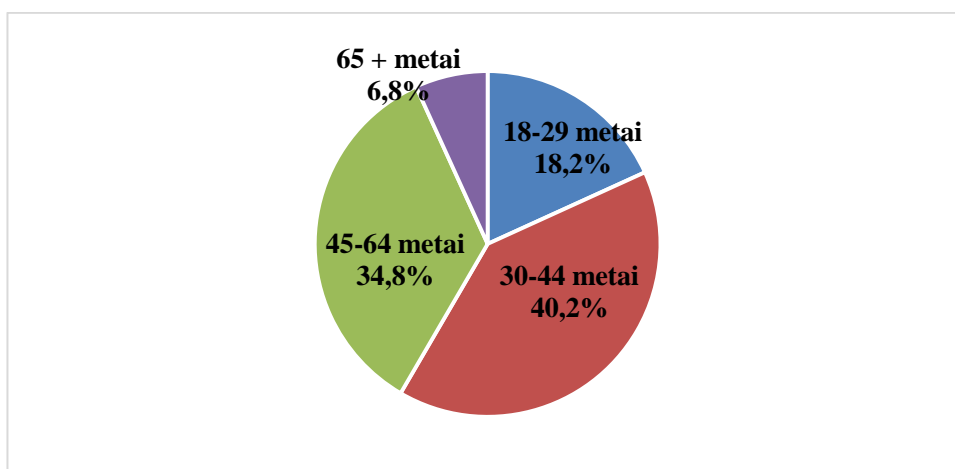
Tyrimo rezultatai pristatomi pagal 16 suaugusiųjų gyvenimo stebėsenos rodiklių, patvirtintų Sveikatos apsaugos ministro įsakymu. Rodikliai suskirstyti į tris grupes:

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

TYRIMO REZULTATAI IR JŲ APTARIMAS

1. Sociodemografiniai respondentų duomenys

Neringos savivaldybėje suaugusiųjų gyvenimos tyrimo dalyvavo 366 asmenys: 178 vyrai (49,3 proc.) ir 183 moterys (50,7 proc.). Tyrimo dalyvavusių asmenų amžius svyravo nuo 18 iki 89 metų. Amžiaus vidurkis – 42,4 metai (vyrų – 41,8 metai, moterų – 43 metai). Pagal amžių tiriamieji pasiskirstė taip: 18-29 metų amžiaus buvo 64 (18,2 proc.), 30-44 metų – 141 (40,2 proc.), 45-64 metų – 122 (34,8 proc.) ir 65 metų ir vyresnio amžiaus – 24 (6,8 proc.) respondentai (1 pav.).



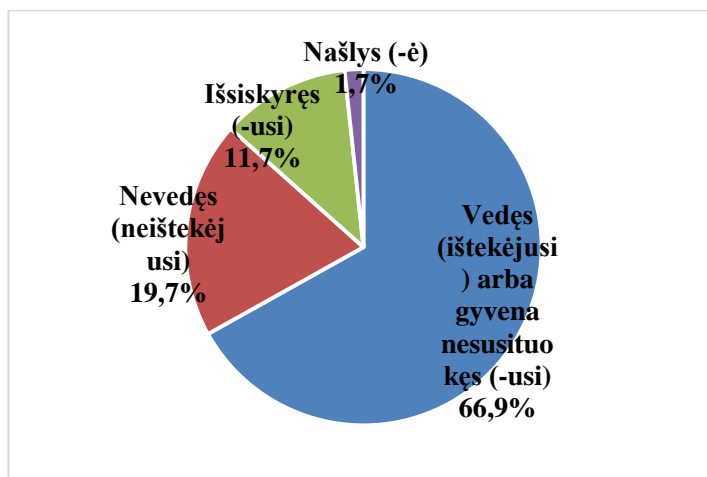
Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

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 172,4 cm (vyrų – 178 cm, moterų – 166,9 cm), svorio vidurkis – 76,8 kg (vyrų – 86,1 kg, moterų – 67,6 kg).

Suaugusieji turėjo nurodyti savo tautybę. Didžioji dalis apklaustųjų nurodė, kad yra lietuviai (96,1 proc.), rusai – 2,5 proc., lenkai – 1,1 proc., kitų tautybių – 0,3 proc.

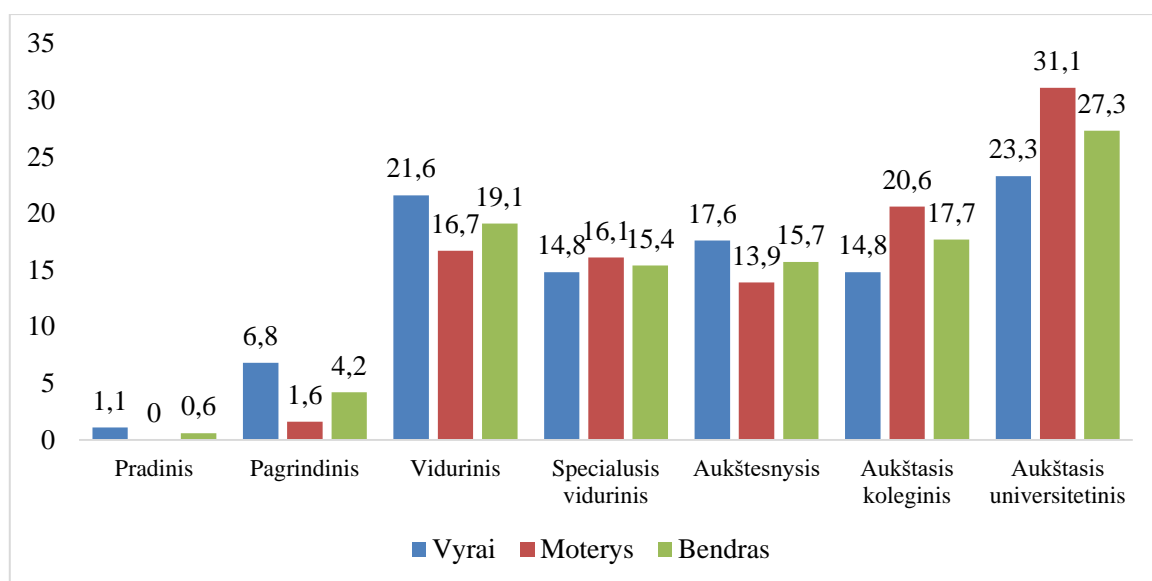
Respondentai buvo klausiami apie šeimines padėtis. Didžioji dalis asmenų (66,9 proc.) nurodė, kad yra vedę arba gyvena nesusituokę, nevedę – 19,7 proc., išsiskyrę – 11,7 proc., našliai – 1,7 proc. (2 pav.).



Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

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

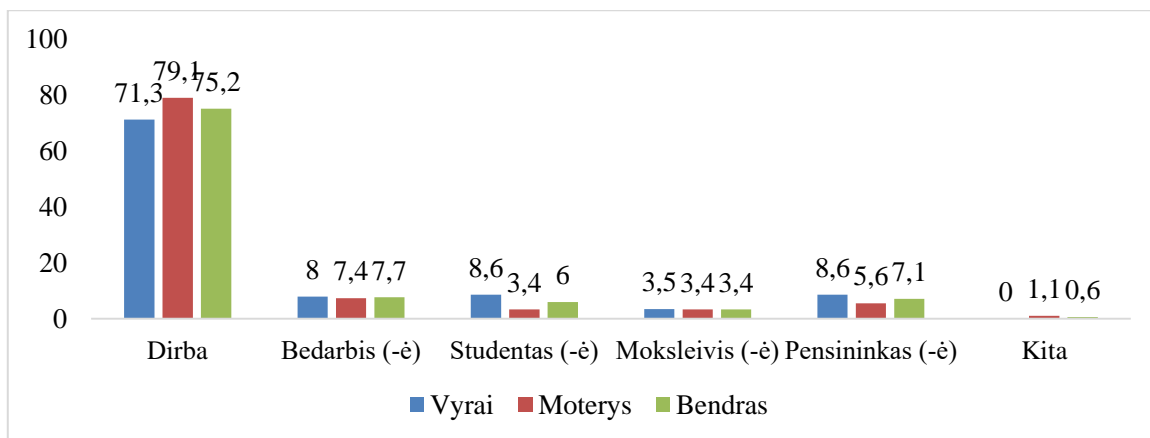
Suskirsčius respondentus pagal išsilavinimą paaiškėjo, kad kas ketvirtas (27,3 proc.) iš jų turi aukštąjį universitetinį išsilavinimą, daugiau moterų nei vyrų (atitinkamai 31,1 proc. ir 23,3 proc.) (3 pav.).



Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

3 pav. Tiriamųjų pasiskirstymas pagal išsilavinimą (proc.)

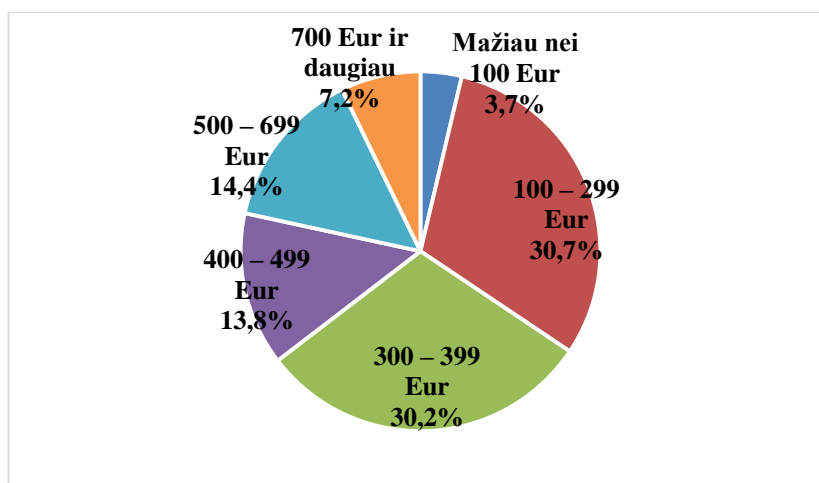
Respondentai turėjo nurodyti pagrindinį savo užsiėmimą. Didžioji dalis apklaustųjų nurodė, kad dirba (75,2 proc.), iš jų 71,3 proc. vyrų ir 79,1 proc. moterų (4 pav.).



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 3,7 proc. respondentai. Didžiausiai respondentų daliai (30,7 proc.) teko 100-299 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 gyvenimo rodikliai

2.1. Sveikatos ir gyvenimo kokybės vertinimas ir laimingumas

Suaugusiųjų buvo klausama apie savo sveikatos vertinimą. Neringoje 74,6 proc. suaugusiųjų (daugiau vyrų nei moterų) nurodė, kad savo sveikatos būklę vertina kaip labai gerą ir gerą, o Lietuvoje – tik 58,1 proc. Neringoje labai laimingi ir laimingi jaučiasi 73,2 proc. tiriamųjų (daugiau vyrų nei moterų), o Lietuvoje – 58,1 proc. Teigiančių, kad gyvenimo kokybė yra labai gera ir gera, Neringoje buvo 75,6 proc. (daugiau vyrų nei moterų), o Lietuvoje – 61,8

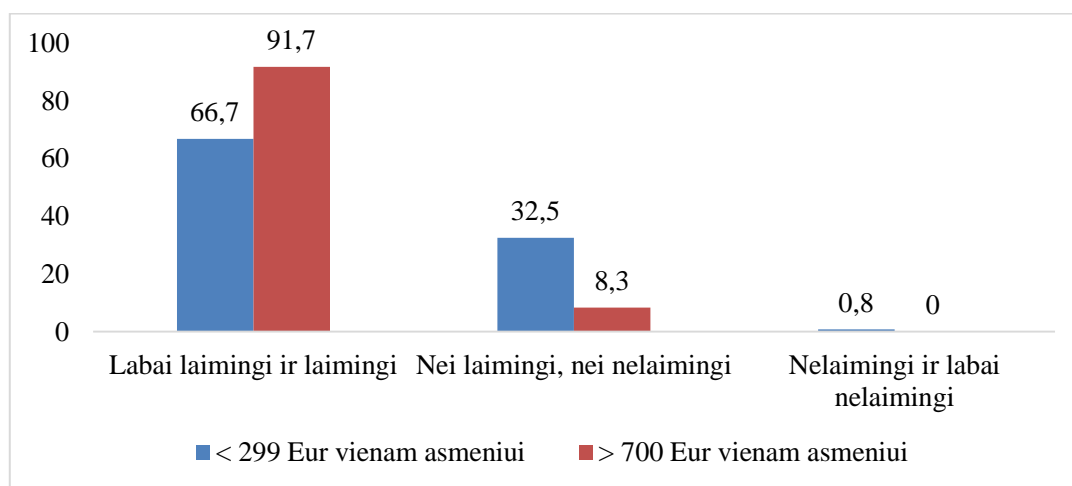
proc. Per praėjusį mėnesį prislėgta nuotaika, nerimas buvo apėmę šiek tiek labiau ir daug labiau nei anksčiau 13,3 proc. Neringos (daugiau moterų nei vyrų) ir 16,6 proc. visos Lietuvos tiriamųjų (1 lentelė).

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.)
Neringa (bendras)	74,6	73,2	75,6	13,3
Neringa (vyrų)	78,5	76,8	79,1	11,4
Neringa (moterų)	70,6	69,4	72,1	15,6
Lietuva (bendras)	58,1	58,1	61,8	16,6

Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

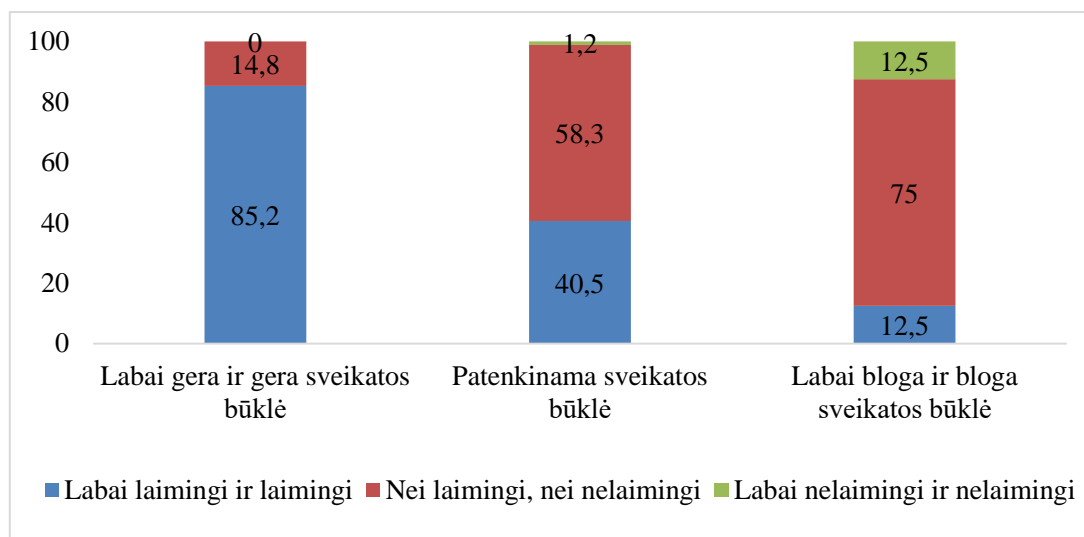
Analizuotos pajamų dydžio ir laimingumo sąsajos. Neringoje mažiausias pajamas vienam gyventojui (iki 299 Eur) per mėnesį gaunantys respondentai sudarė 34,5 proc., o didžiausias (700 Eur ir daugiau) – 7,2 proc. Lietuvos statistikos departamento apskaičiuota skurdo rizikos riba 2017 m. siekė 307 Eur per 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 1,4 karto didesnė už mažas pajamas gaunančius respondentus, o nelaimingų ir labai nelaimingų asmenų tarp aukštesnes pajamas gaunančiųjų nebuvo (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 Neringos tiriamųjų (85,2 proc.), kurie savo sveikatą vertino kaip labai gerą ir gerą, teigė, kad yra laimingi. Tarp respondentų, kurių sveikatos būklė patenkinama, laimingų asmenų buvo 2,1 karto mažiau (40,5 proc.), o tarp labai blogai ir blogai savo sveikatą vertinančių laimingų 6,8 karto mažiau (12,5 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

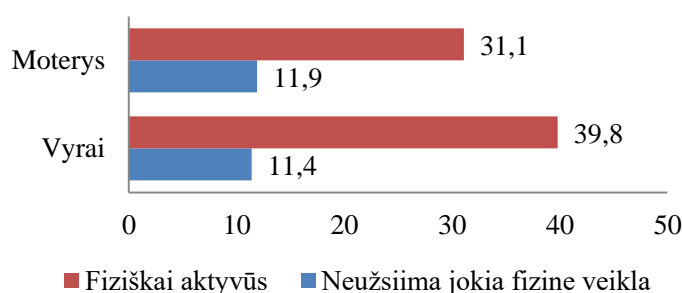
Suaugusiųjų buvo klausama, kaip dažnai ir su kuo bendravo per paskutinius 12 mėnesių („gyvai“, elektroniniu paštu, telefonu, socialiniuose tinkluose ir pan.). Bent kelis kartus per mėnesį Neringoje 97,2 proc. tiriamųjų bendravo su savo šeimos nariais, 68,4 proc. – su giminaičiais ir 82,8 proc. – su draugais. Tai atitinka ir Lietuvos vidurkį, Neringoje su giminaičiais bendraujančių tiriamųjų procentinė dalis buvo nežymiai mažesnė (2 lentelė).

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

	Šeimos nariais	Giminaičiais	Draugais
Neringa	97,2	68,4	82,8
Lietuva	94,2	77,2	83,5

2.2.2. Suaugusiųjų fizinis aktyvumas

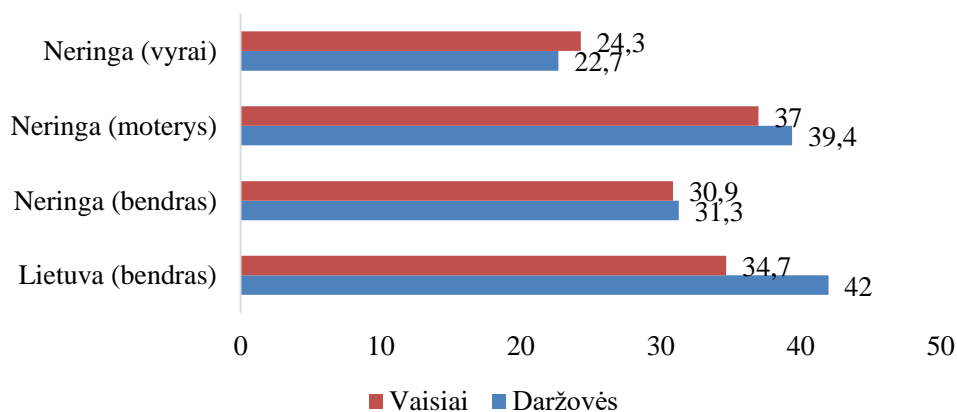
Pagal Pasaulio sveikatos organizacijos (PSO) rekomendacijas, suaugusieji turi užsiimti energinga fizine veikla bent 30 min 5 dienas per savaitę ar dažniau. Gyvensenos tyrimas atskleidė, kad fiziškai aktyvių suaugusiųjų Neringoje buvo 35,8 proc., o Lietuvoje – daugiau (40,5 proc.). Nustatyta, kad pagal lytį fiziškai aktyvūs asmenys Neringoje pasiskirstė netolygiai (31,1 proc. moterų ir 39,8 proc. vyrų). Klaipėdoje jokia fizine veikla neužsiima daugiau moterų nei vyrų (atitinkamai 15,7 proc. ir 11,9 proc.) (8 pav.).



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

2.2.3. Suaugusiųjų mitybos įpročiai

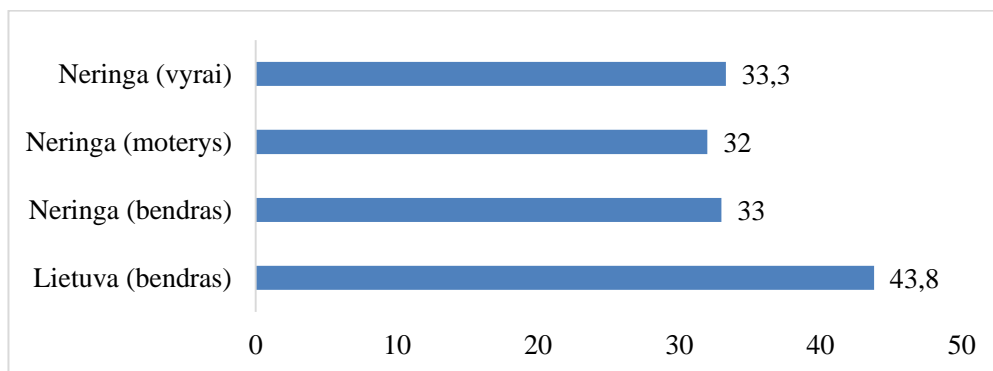
Pagal PSO rekomendacijas, per dieną reikia suvartoti ne mažiau kaip 400 g šviežių daržovių, žalumynų, vaisių, uogų arba 5 porcijas vaisių ir daržovių (neįskaičiuojant bulvių ir kitų krakmolingų augalų). Gyvensenos tyrimas atskleidė, kad Neringoje bent kartą per dieną vaisių ir daržovių vartojo mažesnė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



Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

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

Tiriamųjų buvo klausiama, ar jie papildomai deda druskos į paruoštą maistą. Druskos papildomai nededančių asmenų dalis Neringoje buvo mažesnė nei Lietuvoje (atitinkamai 33 proc. ir 43,8 proc.). Neringoje papildomai nededančių druskos į paruoštą maistą vyrų ir moterų dalis nesiskyrė (10 pav.).



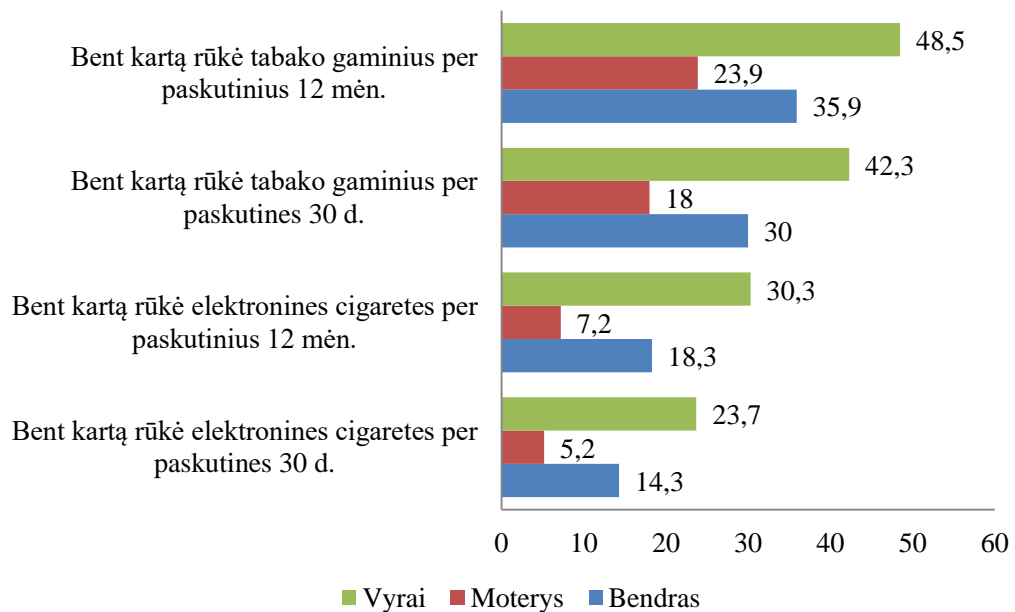
Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

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

2.3. Rizikingas elgesys

Tyrimo metu nustatyta, kad per paskutines 30 dienų kasdien tabako gaminius rūkė 11 proc. Neringos ir 17,3 proc. Lietuvos, o elektronines cigaretes kasdien rūkė 2 proc. Neringos ir 1,1 proc. Lietuvos tiriamųjų.

Neringoje bent kartą per paskutinius 12 mėnesių tabako gaminius rūkė 35,9 proc. respondentų (48,5 proc. vyrų ir 23,9 proc. moterų), bent kartą elektronines cigaretes – 18,3 proc. respondentų (30,3 proc. vyrų ir 7,2 proc. moterų). Bent kartą per paskutines 30 dienų tabako gaminius rūkė 30 proc. tiriamųjų (42,3 proc. vyrų ir 18 proc. moterų), bent kartą elektronines cigaretes – 14,3 proc. tiriamųjų (23,7 proc. vyrų ir 5,2 proc. moterų) (11 pav.).

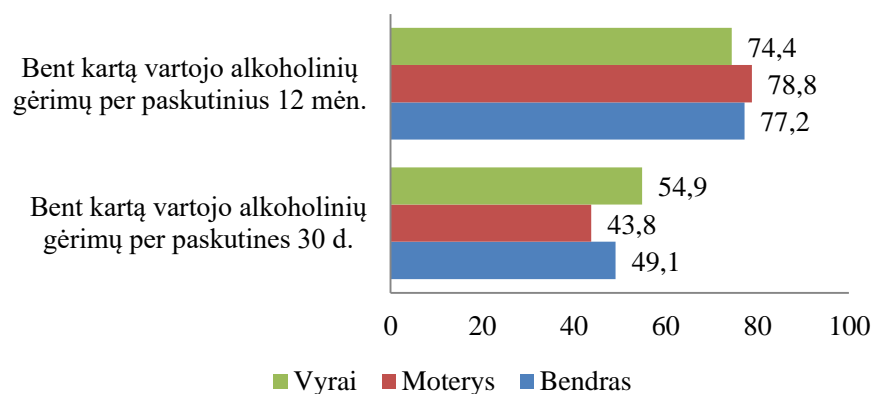


Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

11 pav. Neringos tiriamųjų, rūkusių tabako gaminius, elektronines cigaretes, dalis (proc.)

Paklausus suaugusiųjų apie alkoholio vartojimą, per paskutines 30 dienų kartą per savaitę ir dažniau alkoholinius gėrimus vartojo kas septintas apklausos dalyvis Neringoje (13,7 proc.) ir kas penktas Lietuvoje (22 proc.), o per paskutinius 12 mėnesių kartą per savaitę ir dažniau – kas devintas Neringoje (11,7 proc.) ir kas šeštas Lietuvoje (15,7 proc.).

Neringoje bent kartą alkoholinių gėrimų per paskutinius 12 mėnesių vartojo didžioji dalis apklaustųjų (77,2 proc.), daugiau moterų nei vyrų. Bent kartą alkoholinių gėrimų per paskutines 30 dienų vartojo pusė tiriamųjų (49,1 proc.), daugiau vyrų nei moterų (12 pav.).

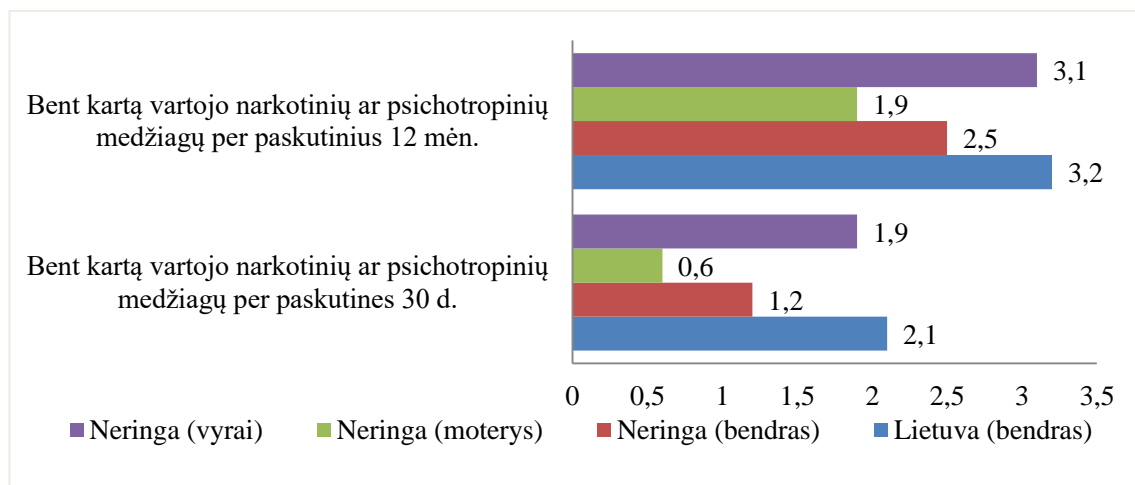


Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

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

Per paskutines 30 dienų bent kartą narkotinių ar psichotropinių medžiagų be gydytojo paskyrimo vartojo 1,2 proc. respondentų Neringoje (daugiau vyrų nei moterų) ir 2,1 proc.

Lietuvoje, per paskutinius 12 mėnesių – 2,5 proc. respondentų Neringoje (daugiau vyrų nei moterų) ir 3,2 proc. Lietuvoje (13 pav.).



Šaltinis: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuras

13 pav. Neringos 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 74,6 proc. Neringos savivaldybės (78,5 proc. vyrų ir 70,6 proc. moterų), o Lietuvoje – tik 58,1 proc. suaugusių gyventojų. Gyvenimo kokybę kaip gerą ir labai gerą įvertino 75,6 proc. Neringos (79,1 proc. vyrų ir 72,1 proc. moterų) ir 61,8 proc. Lietuvos respondentų. Labai laimingi ir laimingi besijaunčiantys Neringoje sudarė 73,2 proc. (76,8 proc. vyrų ir 69,4 proc. moterų), o Lietuvoje – tik 58,1 proc. Neringoje daugiau laimingai besijaučiančių buvo tarp vyrų ir aukštesnes pajamas gaunančių respondentų. Didžioji dalis Neringos tiriamųjų, kurie savo sveikatą vertino kaip labai gerą ir gerą, teigė, kad yra laimingi. Per praėjusį mėnesį prislėgta nuotaika, nerimas buvo apėmęs 13,3 proc. Neringos (11,4 proc. vyrų ir 15,6 proc. moterų) ir 16,6 proc. visos Lietuvos tiriamųjų.

Fizinis aktyvumas

Fiziškai aktyvūs buvo 35,8 proc. Neringos savivaldybės (39,8 proc. vyrų ir 31,1 proc. moterų), o Lietuvoje – 40,5 proc. tiriamųjų.

Mityba

Bent kartą per dieną vaisių vartojo tik 30,9 proc. Neringos savivaldybės (24,3 proc. vyrų ir 37 proc. moterų), o Lietuvoje – 34,7 proc. respondentų. Bent kartą per dieną daržoves vartojo tik 31,3 proc. Neringos (22,7 proc. vyrų ir 39,4 proc. moterų), o Lietuvoje – 42 proc. respondentų. Papildomai druskos į paruoštą maistą nedėjo tik trečdalis (33 proc.) Neringos ir 43,8 proc. Lietuvos suaugusių gyventojų.

Rizikingas elgesys

Per paskutines 30 dienų kasdien tabako gaminius Neringoje rūkė 11 proc., o Lietuvoje – net 17,3 proc. respondentų. Per paskutines 30 dienų kasdien elektronines cigaretes rūkė 2 proc. Neringos ir 1,1 proc. Lietuvos suaugusių tiriamųjų. Per paskutines 30 dienų bent kartą per savaitę alkoholinius gėrimus Neringoje vartojo 13,7 proc., o Lietuvoje – 22 proc. respondentų. Per paskutinius 12 mėnesių bent kartą per savaitę alkoholinius gėrimus Neringoje vartojo 11,7 proc., o Lietuvoje – 15,7 proc. tiriamųjų. Per paskutines 30 dienų bent kartą narkotinių ar psichotropinių medžiagų be gydytojo paskyrimo vartojo 1,2 proc. Neringos savivaldybės (1,9 proc. vyrų ir 0,6 proc. moterų) ir 2,1 proc. Lietuvos, o per paskutinius 12 mėnesių – 2,5 proc. Neringos (3,1 proc. vyrų ir 1,9 proc. moterų) ir 3,2 proc. Lietuvos respondentų.