

Национален център по обществено здраве и анализи

НАЦИОНАЛНО ПРОУЧВАНЕ НА ФАКТОРИТЕ НА РИСКА ЗА ЗДРАВЕТО

ДАННИ ЗА ЗДРАВЕТО

гл.експерт Анна Димитрова

Съгласно приетата от СЗО дефиниция, *здравето* е „състояние на пълно физическо, психическо и социално благополучие, а не само липса на болест или недъг“.

Опазването на здравето на гражданите като състояние на пълно физическо, психическо и социално благополучие е национален приоритет в България и се гарантира от държавата чрез прилагане на Закона за здравето.

Здравето е не само право на всеки гражданин, гарантирано от Конституцията на страната, но и задължение на всеки индивид, свързано с поддържането на здравословен начин на живот .

Практикуването на здравословен начин на живот от отделния индивид е свързано в голяма степен с нивото на здравна информираност.



Според СЗО здравната грамотност обхваща „когнитивните и социалните умения, определящи мотивацията и способността на индивидите да намират достъп, да разбират и да използват информацията, с цел осигуряване и запазване на доброто здраве”.

Определение на ЕС за Здравна грамотност (2012 г.)

Здравната грамотност като елемент на общата грамотност включва знанията, мотивацията и компетентността на индивида да придобива, разбира, оценява и използва здравна информация, за да преценява, взема решения и изпълнява препоръки относно лечението и профилактиката на заболяванията и здравната промоция с цел поддържане и подобряване качеството на живот през целия жизнен цикъл.

Ниската грамотност води до влошено здравно състояние на населението, до увеличаване на риска от пациентски и лекарски грешки, до увеличаване на хоспитализациите и до нарастване на публичните и личните разходи за здравеопазване. Инвестирането в здравна грамотност се отплаща в дългосрочен план и дава възможност на пациентите да играят по-активна роля в управлението на здравеопазването.



Данните от настоящия модул на националното проучване обхващат:

- Здравен статус - самооценка на здравето, наличие на дългогодишни заболявания, хронични заболявания, физически и сетивни ограничения
- Здравни грижи - ползване на медицински услуги, болнично лечение, посещения при личен лекар, специалист и стоматолог, употреба на медикаменти
- Здравна информираност – знания за здравословен начин на живот и поведение





**ДАНИИ ЗА ЗДРАВЕТО
СРЕД НАСЕЛЕНИЕ НА 20+ Г.**

ПРЕГЛЕД ПРИ ОПЛ ИЛИ СПЕЦИАЛИСТ

Брой посещения	Пол (%)		
	Мъже	Жени	Общо
0	27.5	18.4	22.7
1-2	37.6	38.8	38.2
3-4	16.6	19.1	17.9
5-6	7.2	9.2	8.2
7-8	2.1	2.7	2.4
9-10	3.7	5.0	4.4
>=11	5.2	6.9	6.1

Брой посещения	Населено място (%)	
	град	село
0	20.7	28.4
1-2	39.5	34.7
3-4	18.7	15.7
5-6	8.4	7.8
7-8	2.7	1.8
9-10	4.5	4.0
>=11	5.5	7.7

На преглед при ОПЛ или специалист през последната година са били 77.3% от анкетираните. **Не са потърсили** нито веднъж медицинска помощ от ОПЛ 22.7% от анкетираните, като сред тях преобладават мъжете от по-младите възрастови групи, по-често в селата.

Живеещите в градовете посещават лекар по-често от живеещите в селата. Всеки четвърти, живеещ на село, не е бил на преглед при ОПЛ или специалист през последната година. Това може да се дължи както на занижена грижа за личното здраве, така и на ограничен достъп до здравни услуги в по-малките населени места.

ЛЕЧЕНИЕ В БОЛНИЦА

(%)

Брой проведени лечения в болница	Пол		Общо
	мъже	жени	
0	83.7	80.8	82.2
1-2	13.5	15.7	14.7
3-4	1.6	2.1	1.9
5-6	0.4	0.6	0.5
7-8	0.1	0.1	0.1
9-10	0.2	0.2	0.2
11 и повече	0.4	0.5	0.5

Всеки шести е постъпвал на лечение в болница през изтеклата година (16.3% от мъжете и 19.2% от жените).

От 1 до 2 пъти са били хоспитализирани 14.7% от анкетираните, по-често жените.

3 и повече пъти са лекувани в болница 3.1% от респондентите.



ОТСЪСТВИЕ ОТ РАБОТА ПОРАДИ БОЛЕСТ

(%)

Отсъствия от работа по болест	Пол		Общо
	мъже	жени	
0 дни	70.9	66.1	68.4
1-10 дни	18.8	19.6	19.2
11-20 дни	4.7	6.7	5.8
21-30 дни	2.4	2.8	2.6
31 дни и повече	3.1	4.8	4.0

Около $\frac{1}{3}$ от респондентите са отсъствали от работа или не са могли да изпълняват ежедневните си задължения поради болест (29% от мъжете и 33,9% от жените).

- ✓ до 10 дни - всеки пети, предимно по-младите
- ✓ 20 и повече дни – 6.6% (по-често жените)

С нарастване на възрастта се увеличават случаите на нетрудоспособност – 10 и повече дни.



ДИАГНОСТИЦИРАНИ ЗАБОЛЯВАНИЯ

(%)

Диагноза	Мъже	Жени	Общо
Повишено кръвно налягане	36.0	37.1	36.6
Повишен кръвен холестерол	13.3	14.9	14.1
Повишена кръвна захар	8.8	10.0	9.4
Инфаркт на миокарда	4.2	2.0	3.0
Стенокардия	2.5	4.6	3.6
Сърдечна недостатъчност	4.3	6.7	5.6
Ревматизъм /артрит	4.8	10.8	7.9
Хроничен бронхит /емфизем	5.0	7.7	6.4
Бронхиална астма	2.4	3.7	3.1
Гастрит /язва	14.1	13.5	13.8
Без горните диагнози	49.4	47.6	48.5

Над половината от анкетираните (51.5%) съобщават за диагностицирани заболявания/състояния от лекар (50.3% в градовете и 54.9% в селата), делът на жените е малко по-висок от този на мъжете – съответно 52,4% и 50.6%.

Всеки трети от анкетираните съобщава за установена от лекар артериална хипертония, всеки седми за повишен холестерол в серума и гастрит/язва.



ДИАГНОСТИЦИРАНИ ЗАБОЛЯВАНИЯ

(%)

Диагноза	Мъже							Жени							Общо
	20-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65+	общо	20-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65+	общо	
Повишено кръвно налягане/хипертония/	4.5	10.0	22.1	40.8	58.4	63.1	36.0	2.0	4.9	11.1	31.7	56.0	71.3	37.1	36.6

Водещо място сред съобщените заболявания заема *артериалната хипертония* - 36.6%. В селата 40.7% от анкетираните съобщават за хипертония, а в градовете – 35.1%. И при двата пола процентът на хипертониците нараства с възрастта, най-висок е във възрастовата група след 65 години, по-подчертано при жените. При всеки пети от тях заболяването е установено през последните 1-2 години, при всеки четвърти - преди 3-6 години, а при всеки втори – преди седем и повече години.



ДИАГНОСТИЦИРАНИ ЗАБОЛЯВАНИЯ

(%)

Диагноза	Мъже							Жени							Общо
	20-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65+	общо	20-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65+	общо	
Повишен кръвен холестерол	1.8	3.1	11.8	18.0	20.5	18.5	13.3	1.0	0.8	3.8	9.9	26.9	28.5	14.9	14.1

За *повишен холестерол в серума* съобщават 14.1% от анкетираните. С това заболяване са диагностицирани малко по-често жените, с почти еднакъв дял в градовете и селата. През последните 1-2 години повишен холестерол е установен при всеки трети, преди 3-4 години – при всеки шести, преди 5-6 години – при всеки пети, преди 7 и повече години – при 35.4%.



ДИАГНОСТИЦИРАНИ ЗАБОЛЯВАНИЯ

(%)

Диагноза	Мъже							Жени						Общо	
	20-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65+	общо	20-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65+		общо
Гастрит/язва	2,7	6,2	11,1	15,3	18,4	24,5	14,1	5,9	8,2	13,1	12,3	15,8	17,9	13,5	13,8

С диагноза *гастрит/язва* е всеки седми от анкетираните (равен дял в градовете и селата), като при 17.9% от тях тя е поставена в последните 1-2 години, при 18,9% - преди 3-6 години, а при 63.2% - преди 7 и повече години.



ПРИЕМ НА ЛЕКАРСТВА /ПРЕЗ ПОСЛЕДНАТА СЕДМИЦА/

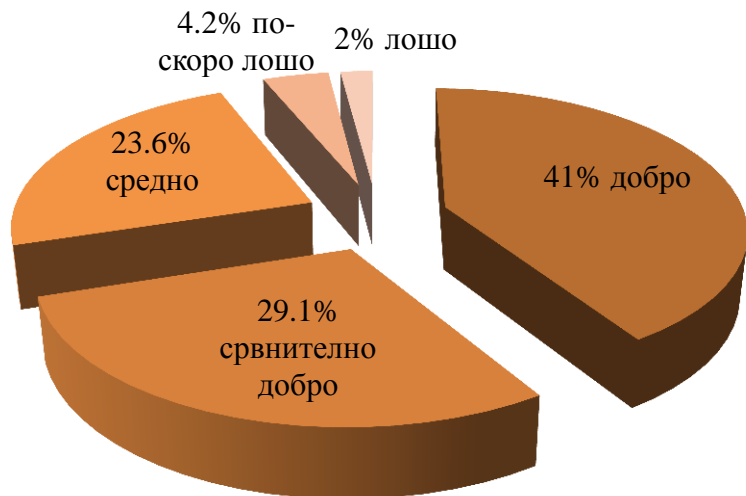
Прием на медикаменти	Пол		Общо (%)
	Мъже	Жени	
За високо кръвно налягане	33.6	36.6	35.1
За висок холестерол	7.7	7.8	7.8
За главоболие	21.4	34.7	28.3
За други болки	21.7	28.1	25.0
За кашлица	10.8	14.6	12.8
Успокоител ни	4.7	11.8	8.4
Витамини/ минерали	15.4	22.6	19.1
Противозачатъчни	0.0	1.4	0.8

Голям е делът на анкетираните, приемали лекарства през последната седмица – 64.8% от мъжете и 74.7% от жените.

Доминира употребата на медикаменти за лечение на хипертония. Следва приемането на болкоуспокояващи лекарства, като жените ги приемат 1.5 пъти по-често от мъжете. Всеки пети от изследваните е употребявал витамини, минерали и други, всеки осми - лекарства за кашлица. Жените са приемали 2.5 пъти по-често успокоителни от мъжете.



САМООЦЕНКА НА ЗДРАВНОТО СЪСТОЯНИЕ



По-голяма част от анкетираниите (70.1%) оценяват своето здравно състояние като „добро“ и „сравнително добро“. С нарастване на възрастта намалява относителният дял на направилите позитивна самооценка и при двата пола.

Разпределение на самооценката по пол:

	мъже	жени
Добро	45.0%	37.3%
Сравнително добро	29.3%	28.9%
Средно	20.5%	26.5%
По-скоро лошо/лошо	5.2%	7.2%



ЧУВСТВО НА ТРЕВОЖНОСТ

През последния месец (преди изследването) повече от половината анкетирани (57.4%) са изпитвали чувство на напрежение, притеснение или тревога, което обаче не е било повече от обичайното. При всеки шести тези оплаквания са били над обичайното ниво, малко по-изразено при живеещите в селата, по-често при жените в сравнение с мъжете (20.5% срещу 13.1%) и при лицата над 45 годишна възраст. С такива оплаквания са предимно лицата със средно образование (44.2%), служителите (54.2%) и пенсионерите (32.4%).



ПРОФИЛАКТИЧНИ ПРЕГЛЕДИ

Важни фактори за по-добро здраве на населението са редовните профилактични прегледи, дефинирането на факторите на риска от лекар, прилагането на интервенции срещу тях.

Различната честота на профилактичните прегледи при отделните групи анкетирани се дължи на редица фактори:

- ✓ формираното отношение на всеки индивид към собственото здраве
- ✓ нивото на здравна информираност
- ✓ недостатъчната ангажираност от страна на ОПЛ към профилактиката на заболяванията
- ✓ недостатъчната отговорност, както на отделните лица, така и на медицинските специалисти
- ✓ степента на достъпност на населението до профилактични услуги



ПРОФИЛАКТИЧНИ ПРЕГЛЕДИ

(%)

Кога измерихте за последен път кръвното си налягане	мъже	жени	общо
преди 1-6 месеца	70.9	79.6	75.4
преди 7-12 месеца	9.6	8.2	8.9
преди 1-5 години	5.4	3.5	4.4
преди повече от 5 години	2.2	0.8	1.5
никога	4.2	1.8	2.9
не помня	7.8	6.0	6.9

Сред респондентите, проверили артериалното си налягане през годината, преобладават лицата с по-висока степен на образование.

Никога не са правили такова измерване/или не помнят, по-често живеещите в селата, мъжете и лицата в по-млада възраст.

(%)

Кога измерихте за последен път холестерола си	мъже	жени	общо
преди 1-6 месеца	34.3	35.3	34.8
преди 7-12 месеца	12.8	15.5	14.2
преди 1-5 години	11.5	12.4	12.0
преди повече от 5 години	1.7	2.8	2.3
никога	25.8	21.4	23.5
не помня	13.9	12.6	13.2

Изследвалите холестерол в серума са предимно лица с по-висока степен на образование, служители и пенсионери.

Никога не са измервали холестерола си около **1/4** от респондентите, по-често живеещите в селата, всеки седми участник в проучването не си спомня.

ПРОФИЛАКТИЧНИ ПРЕГЛЕДИ / МЪЖЕ

Профилактичен преглед на *простатната жлеза* през последните 12 месеца е извършен едва на 14.7% от мъжете, най-често във възрастта над 55 години.

15.1% от мъжете, участвали в изследването, са изследвали простата си преди една и повече години.

Обезпокоителен е резултатът, че **70.2%** от мъжете **никога** не са се подлагали на такова изследване, като делът на живеещите в селата е по-висок.



ПРОФИЛАКТИЧНИ ПРЕГЛЕДИ / ЖЕНИ

На *гинекологичен преглед* през последните шест месеца е била всяка четвърта жена. **Никога** не са преглеждани от гинеколог **5%** от жените, по-често в селата, предимно по-младите.

На всяка трета жена е правена *цитонамазка* през последните 12 месеца, а преди една и повече години – на 46.4% от тях. **Никога** не са правили такова изследване **21.1%** от жените, по-често в селата и предимно най-младите (20-24 години).

Преглед на гърдите си през последната година е извършила всяка четвърта жена. Тревожен е фактът, че **32.9%** от жените **никога** не са преглеждали гърдите си при специалист - предимно живеещите в селата и по-младите дами (20-35г.).



ГЕНЕТИЧНА ОБУСЛОВЕНОСТ ПРИ НЯКОИ ЗАБОЛЯВАНИЯ

Повече от половината анкетирани имат близък роднина, боледувал от **хипертония** – при 62.1% е майка, при 51.6% - баща, при 50.7% - брат, при 57.9% - сестра.

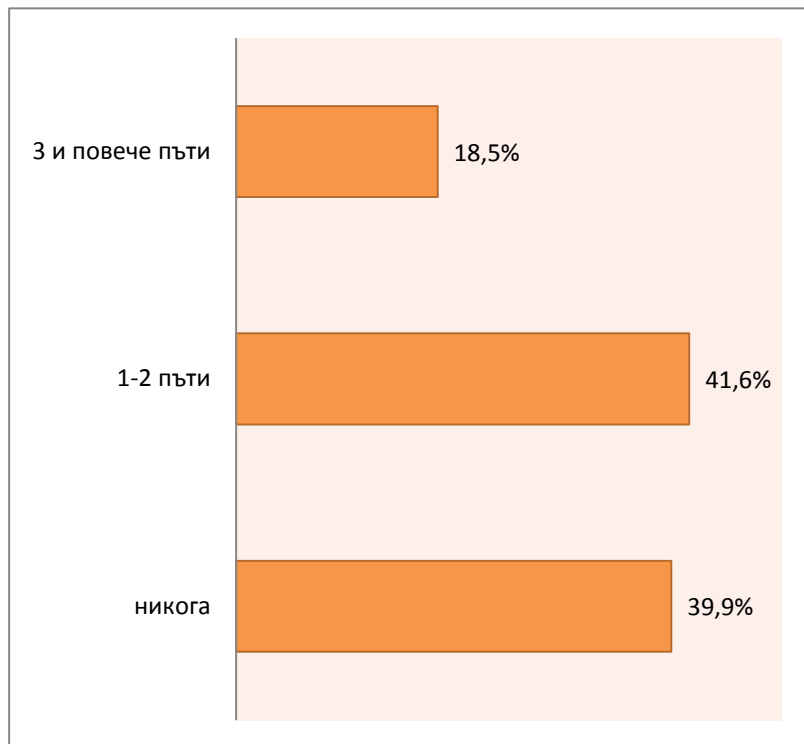
Всеки пети има родител/брат или сестра, боледували от **диабет**, като най-често мъжете съобщават за сестра с такова заболяване (35,8%).

Всеки шести споделя, че има роднина, боледувал от **мозъчен инсулт**, при 22% това е бащата.

Със заболяване **сърдечен инфаркт** са по-често бащите (20%), а със **стенокардия** – по-често майките (17.5%) на респондентите.



ПОСЕЩЕНИЕ ПРИ СТОМАТОЛОГ



На преглед при зъболекар през последната година са били 60.1% от анкетираните.

41.6% от тях са направили 1-2 посещения, предимно лицата на възраст от 45 до 55 години и по-младите.

18,5% имат три и повече посещения.

39.9% не са посетили зъболекар през последните 12 месеца, по-често живеещите в селата и лицата над 65 години.





**ЗДРАВНИ ЗНАНИЯ И НАГЛАСИ
СРЕД НАСЕЛЕНИЕ 20+ Г.**

Високата информираност и лична здравна култура, съчетани с добра организация на здравеопазването, са най-надеждната гаранция за добър здравен статус на населението в дадена страна.

Здравните знания са подходящ инструмент за повишаване контрола върху собственото здраве и повлияване на рисковите фактори.

Практикуването на здравословен начин на живот е свързано с познаването и спазването на определени правила за рационално хранене, физическа активност, въздържане от тютюнопушене, злоупотреба с алкохол и други.



ЗНАНИЯ ЗА ЗДРАВΟΣЛОВЕН НАЧИН НА ЖИВОТ

По-голяма част от анкетираниите осъзнават вредата от тютюнопушенето, но 7.9% от тях не са убедени в това - предимно мъжете в по-млада възраст.

Като количество алкохол, което би могъл да изпива човек седмично, без да вреди на здравето си, анкетираниите посочват:

333 мл концентрат 905 мл вино 1837 мл бира

Мъжете посочват по-високи стойности от жените, както и живеещите в селата спрямо живеещите в градовете.

(мл)

Какво количество алкохол би могъл да изпива човек седмично, без да навреди на здравето си?	Мъже	Жени	Общо
Концентрат	418	251	333
Вино	1110	714	905
Бира	2242	1449	1837

Посочените стойности надвишават допустимите нива на умерената консумация.



ЗНАНИЯ ЗА ЗДРАВΟΣЛОВЕН НАЧИН НА ЖИВОТ

Над 80.0% от изследваните имат вярна представа за значението на ежедневната сутрешна закуска.

За честотата на физическите упражнения правилно са информирани 28.3% от анкетираниите, предимно жените от 45 до 65 години.

Полезната продължителност на едно физическо упражнение (над 30 минути) се знае едва от 20.8% от анкетираниите, предимно от мъжете в по-млада възраст.

Не са достатъчни знанията на анкетираниите по отношение на факторите на риска за здравето и причините за тежките заболявания.



НАВИЦИ, СВЪРЗАНИ СЪС ЗДРАВЕТО

Данните от изследването показват наличие на промени в поведението за здраве на изследваните лица през последната година:

- ✓ всеки седми е увеличил физическата си активност и спазва диета за намаляване на теглото
- ✓ над 40.0% от анкетираните са увеличили консумацията на зеленчуци
- ✓ всеки втори е намалил консумацията на мазнини
- ✓ всеки трети е намалил консумацията на захар и сол
- ✓ всеки шести е намалил употребата на алкохол
- ✓ всеки 10-ти е намалил количеството изпушени цигари

Установените промени са по-изразени сред живеещите в градовете, най-вероятно поради по-широката достъпност до източници за информация.

Всичко това показва, че населението е започнало да прави повече за своето здраве.



ИЗТОЧНИЦИ НА ЗДРАВНА ИНФОРМАЦИЯ

За да се постигне промяна в поведението за здраве, са необходими надеждни и достъпни източници на здравни знания.

Най-предпочитани източници на здравна информация от респондентите са:

- ✓ разговор с лекар - 50.5%
- ✓ телевизия – всеки трети (по-често живеещите в селата)
- ✓ интернет – всеки четвърти (по-често живеещите в градовете)

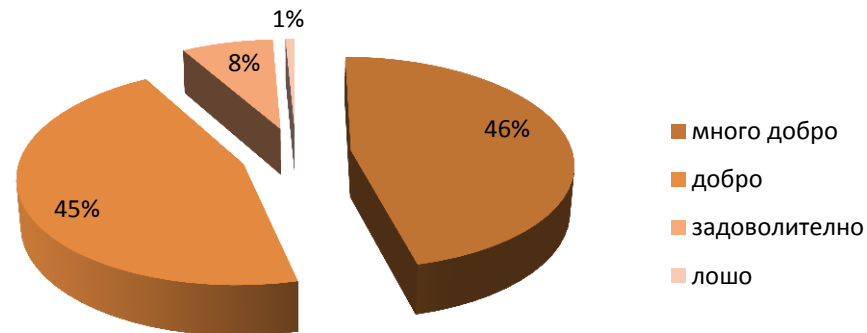
Над 90.0% от изследваните считат, че здравето е грижа и отговорност на самия човек, но има респонденти, които смятат, че отговорни за здравето им са държавата, лекарите или др.





**ДАНИИ ЗА ЗДРАВЕТО
СРЕД УЧЕНИЦИ НА 10-19 Г.**

САМООЦЕНКА НА ЗДРАВЕТО



Над 90.0% от учениците оценяват здравето си като добро или много добро.

Момчетата по-често оценяват здравето си като много добро - 50% от тях срещу 42.5% за момичетата.

Много добра оценка на здравето си дават по-често и живеещите в селата – с 10% повече отколкото живеещите в градовете.



САМООЦЕНКА НА ЗДРАВЕТО

Едва 16.1% от анкетираните смятат, че винаги *се хранят здравословно*, по-често живеещите в селата, предимно момчетата. По-голямата част от учениците (64.7%) споделят, че се хранят здравословно само понякога.

Всеки втори ученик определя *двигателната си активност* като средна, като висока - всеки трети (по-често момчетата). Живеещите в селата определят по-често физическата си активност като висока, а живеещите в градовете като средна.

Над 70.0% от анкетираните смятат, че *теглото* им е нормално, по-често живеещите в селата; всеки осми го оценява над нормата, всеки петнадесети под нормата.

По-голямата част от децата (65.9%) определят стойностите на *артериалното си налягане* като нормални, по-често момчетата; като ниски - 9.1% от тях, предимно момичетата; като високи - 2.3%.



УПОТРЕБА НА МЕДИКАМЕНТИ

Оплаквания	Момчета	Момичета	Общо (%)
1. Кашлица	32.7	37.8	35.5
2. Настинка	45.9	52.4	49.4
3. Главоболие	29.3	36.6	33.3
4. Болки в корема	11.7	38.6	26.4
5. Безсъние	1.5	2.0	1.8
6. Нервност	2.4	3.3	2.9
7. Хронично заболяване	4.9	1.6	3.1
7. Витамини	29.8	29.3	29.5

Употребата на лекарства при учениците е предимно по повод на оплаквания от настинка, кашлица, главоболие и болки в корема. Момчетата са приемали медикаменти по-често от момчетата.

Около 30% от анкетираните са приемали различни витамини/минерали, предимно живеещите в градовете.



ЕЖЕДНЕВНИ ОПЛАКВАНИЯ

Оплаквания	Момчета	Момичета	Общо (%)
1. Главоболие	2.4	4.4	3.4
2. Болки в корема	1.6	1.5	1.5
3. Болки в гърба	2.0	4.1	3.1
4. Раздразнителност	7.6	15.0	11.5
5. Безсъние	1.2	7.0	4.2
6. Световъртеж	1.6	1.1	1.3
7. Сърцебиене	0.4	1.8	1.1
8. Недостиг на въздух	0.8	1.1	1.0
9. Лесна умора	2.0	7.0	4.6
10. Изпотяване на ръцете	9.3	8.8	9.0

Най-често през последните 6 месеца децата се оплакват от:

- ✓ чувство на раздразнителност и лошо настроение
- ✓ изпотяване на ръцете
- ✓ лесна умора

По-често с такива оплаквания са живеещите в градовете.





**ЗДРАВНИ ЗНАНИЯ И НАГЛАСИ
СРЕД УЧЕНИЦИ НА 10 - 19 Г.**

ПРИЧИНИ ЗА ЗАБОЛЯВАНИЯ

(%)

Причина	Момчета	Момичета	Общо
1. Незадоволително медицинско обслужване	5.1	3.6	4.4
2. Нездравословен начин на живот	66.4	70.2	68.4
3. Замърсяване на околната среда	11.1	13.8	12.5
4. Наследственост	0.8	1.8	1.3
5. Не мога да преценя	16.6	10.5	13.4



ФАКТОРИ, УКРЕПВАЩИ ЗДРАВЕТО

(%)

Фактори	Момчета	Момичета	Общо
1. Здравословно хранене	84.6	85.0	84.8
2. Добра медицинска помощ	17.4	21.2	19.4
3. Създаване на навици за здравословен начин на живот	69.2	75.9	72.7
4. Физическа активност и спорт	84.2	79.9	82.0
5. Добър психичен климат в семейството	20.2	21.2	20.7
6. Добър психичен климат в училището	4.3	3.6	4.0
7. Добро финансово състояние на семейството	10.3	6.2	8.2



НАВИЦИ, СВЪРЗАНИ СЪС ЗДРАВЕТО

✓ Миене на ръцете

93.4% мият редовно ръцете си преди хранене.

✓ Миене на зъбите

Единични са случаите, в които учениците не мият редовно зъбите си, нито едно дете не е посочило отговор „никога не ги мия“.

✓ Използване на предпазен колан в автомобила

68.1% винаги поставят предпазен колан в автомобила, понякога – всеки четвърти от тях, никога – 3.6%.

✓ Използване на компютър

53.8% прекарват 3 и повече часа на ден пред компютъра вкъщи през почивните дни, а една четвърт и през учебните дни, по-често момчетата.

✓ Гледане на телевизия

40.3% гледат телевизия 3 и повече часа през почивните дни, всеки шести и през учебно време, предимно момичетата. Никога не гледат телевизия около 10% от учениците.



ЗДРАВНИ ЗНАНИЯ И НАГЛАСИ

- ✓ Около 1/3 от учениците отричат вредата на алкохола върху здравето в млада възраст.
- ✓ Всеки пети ученик счита, че пълномасленото мляко е по-здравословно от нискомасленото, а всеки девети, че вкусът на храната е по-важен от последиците ѝ върху здравето.
- ✓ Над 80.0% от анкетираните са съгласни с факта, че нашият народ консумира твърде много мазнини, тестени и захарни храни, но всеки десети посочва наследствеността като причина за затлъстяването.
- ✓ Над 70.0% от учениците смятат, че в училището трябва да се предлага информация за здравословен начин на живот, като предпочитат да им се предоставя от лекар, психолог или под формата на информационни материали.
- ✓ Повече от половината ученици подкрепят идеята да има час, посветен на здравето.



ИЗВОДИ:

НАСЕЛЕНИЕ 20+ Г.

- ✓ Не са били на преглед при ОПЛ или специалист през последната година 22.7% от респондентите .
- ✓ Не са били на преглед при зъболекар през последната година 40% от анкетираните, предимно старите хора (над 65 години).
- ✓ Всеки шести е бил на лечение в болница през последните 12 месеца.
- ✓ Отсъствали са от работа или не са могли да изпълняват ежедневните си задължения през годината поради болест около $\frac{1}{3}$ от участниците в изследването, по-често жените.
- ✓ Всеки трети от анкетираните съобщава за установена от лекар артериална хипертония, всеки седми за повишен холестерол в серума и гастрит/язва.
- ✓ Ниска е честота на проведените профилактични прегледи.
- ✓ Не са достатъчни знанията на анкетираните по отношение на факторите на риска за здравето и причините за тежките заболявания.



ИЗВОДИ:

УЧЕНИЦИ 10 – 19 Г.

- ✓ Ежедневните оплаквания през последните 6 месеца са свързани основно с раздразнителност/лошо настроение, изпотяване на ръцете и лесна умора. Приеманите лекарства от учениците са предимно за настинка, кашлица, главоболие и болки в корема.
- ✓ Над половината ученици, участвали в изследването, прекарват 3 и повече часа дневно пред компютъра през почивните дни, а над 40% - пред телевизора.
- ✓ Всеки пети счита, че пълномасленото мляко е по-здравословно от нискомасленото, а всеки девети, че вкусът на храната е по-важен от последиците ѝ върху здравето.
- ✓ Всеки десети смята, че не се храни здравословно, по-често момичетата.
- ✓ Всеки трети ученик не отчита факта, че нездравословният начин на живот (тютюнопушене, ниска двигателна активност, нездравословно хранене и др.) е най-важната причина за заболяванията.

Установените резултати са тревожни и налагат предприемането на адекватни мерки за коригирането им.



БЛАГОДАРЯ

ЗА ВНИМАНИЕТО!

