

К такому выводу пришли сотрудники территориального отделения Роспотребнадзора в Турочакском районе по результатам анкетирования.

В опросе приняли участие жители района в возрасте от 24 до 70 лет. Основную часть выборки составили мужчины и женщины трудоспособного возраста. Всего опрошено 123 человека.

Анкета включала вопросы по субъективной оценке своего здоровья, образа жизни, питания, наличия или отсутствия вредных привычек, стресса и способов борьбы с ним.

Результаты анкетирования показали, что 63 % опрошенных считают свой образ жизни здоровым; частично здоровым свой образ жизни назвали 18,2% мужчин и 33,9% женщин. Нездоровым свой образ жизни посчитали 1,8% женщин и 9,1% мужчин.

Основными причинами, мешающими вести здоровый образ жизни для обоих полов, стали недостаток времени (42,0% женщин, 63,6% мужчин), материальные трудности (17,0% женщин, 9,1% мужчин) и отсутствие упорства, воли, настойчивости (25,9% женщин, 9,1% мужчин). У женщин к перечисленному добавляется фактор отсутствия условий для ведения здорового образа жизни.

Причинами стрессов чаще всего выступают финансовые трудности 45,5%, проблемы с работой 18,2%. Самыми распространёнными методами борьбы со стрессом являются прослушивание музыки и просмотр фильмов 36,4%, «заедание» стресса «вкусненьким» 18,2%. Среди других способов снятия стресса (9,1%) – курение, употребление алкоголя, поход в спортзал, на спортплощадку, стадион.

Данные по отношению к алкоголю и табаку распределились следующим образом.

83,9% опрошенных женщин не курят; курили, но бросили 5,4% женщин. 58,9% употребляют алкоголь редко, не употребляют – 29,5%, употребляют не менее трёх раз в

неделю – 1,8%, ежедневно – 0,9%.

В мужской выборке курят 36,4%, редко употребляют алкоголь 63,3%, не употребляют – 27,3%, употребляют ежедневно – 9,1%.

Данные анкетирования озвучены главным врачом филиала Центра гигиены и эпидемиологии в Турочакском, Чойском районах Анастасией Печеновой в ходе прошедшего в администрации района совещания по вопросам формирования здорового образа жизни среди жителей района.



Представитель Роспотребнадзора рассказала участникам о проводимой работе филиала в данном направлении. В рамках выполнения государственного задания за прошедший период 2022 года опубликовано в местной газете 64 статьи на различные темы, наиболее актуальными являются формирование здорового образа жизни населения, профилактика инфекционных и неинфекционных заболеваний, а так же о вреде алкоголя и курения. В общеобразовательных организациях проводятся лекции и классные часы по таким темам как «Всемирный день отказа от курения» «День чистых рук» «Профилактика коронавирусной инфекции, гриппа и ОРВИ».

Участники пришли к единому мнению, что проводимая в регионе работа в направлении формирования у жителей приверженности к ведению здорового образа жизни, строительство спортивных объектов, положительно отражаются на здоровье населения района, снижении уровня алкогольных отравлений, потребления табака.

По итогам работы совещания принято решение с предложениями по усилению работы по вопросам охраны здоровья и формирования здорового образа жизни, а так же дальнейшему сотрудничеству, направленному на сохранение здоровья жителей Турочакского района.