****

Россия, 625000, г. Тюмень, ул. М.Сперанского, 37 кв.56 тел. 8 929 266 06 90 e-mail: [sociologos@bk.ru](mailto:sociologos@bk.ru)

ИНН/КПП 7203342002/720301001 р/с 40702810200020018429 в Филиале №6602 ВТБ 24 (ПАО) к/с 30101810965770000413 БИК 046577413

Аналитический отчет по результатам массового опроса

«Поведенческие факторы риска неинфекционных заболеваний у жителей ХМАО-ЮГРЫ»

Руководитель проекта:

Рупп С.В.

Составитель:

Пикунова Ю.В.

Тюмень, 2024

**СОДЕРЖАНИЕ**

[ВВЕДЕНИЕ 3](#_Toc77631376)

[Описание выборочной совокупности 6](#_Toc77631377)

[Причины развития неинфекционных заболеваний 10](#_Toc77631378)

[Вредные привычки как фактор развития неинфекционных заболеваний 19](#_Toc77631379)

[Питание, сон и физическая активность как факторы развития неинфекционных заболеваний 29](#_Toc77631380)

[Состояние здоровья респондентов и отношение к здоровому образу жизни 34](#_Toc77631381)

[ЗАКЛЮЧЕНИЕ 49](#_Toc77631382)

[РЕКОМЕНДАЦИИ 51](#_Toc77631383)

[ПРИЛОЖЕНИЕ 1 53](#_Toc77631384)

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность.** Под неинфекционными заболеваниями (НИЗ), или по-другому хроническими заболеваниями понимаются заболевания, которые не передаются от человека человеку. Неинфекционные заболевания принято делить на 4 группы: сердечно-сосудистые заболевания, рак, хронические респираторные заболевания и диабет.

Факторами, способствующими развитию неинфекционных заболеваний, являются употребление табака, недостаточная физическая активность, вредное употребление алкоголя и нездоровое питание.

Статистика такова, что ежегодно во всем мире от неинфекционных заболеваний умирает около 36 миллионов человек.

Для уменьшения воздействия НИЗ на людей и общество необходим всесторонний подход, требующий совместной работы всех секторов, включая здравоохранение, финансы, международные отношения, образование, сельское хозяйство, планирование и другие, с целью уменьшения рисков, связанных с НИЗ, а также для проведения мероприятий по профилактике и борьбе с ними.

Одним из важнейших способов уменьшения бремени НИЗ является направление усилий на уменьшение факторов риска, связанных с этими болезнями.

**Объект** исследования – население Ханты-Мансийского автономного округа от 18 лет и старше.

**Предмет** исследования – подверженность населения Ханты-Мансийского автономного округа неинфекционным заболеваниям.

**Задачи:**

1) Определить точку зрения населения Ханты-Мансийского автономного округа на степень влияния различных факторов риска неинфекционных заболеваний на здоровье человека;

2) Определить наличие вредных привычек (употребление табака и алкоголя и т.п.) у населения Ханты-Мансийского автономного округа;

3) Рассмотреть наличие установок на ведение здорового образа жизни у населения Ханты-Мансийского автономного округа в т.ч. занятия спортом и физической культурой, правильное и здоровое питание и т.п.;

4) Изучить основные причины возникновения неинфекционных заболеваний среди населения Ханты-Мансийского автономного округа.

**Теоретическая интерпретация.**

Неинфекционные заболевания – это известные также как хронические болезни, не передаются от человека человеку. Они имеют длительную продолжительность и, как правило, медленно прогрессируют. Четырьмя основными типами неинфекционных заболеваний являются сердечно-сосудистые болезни (такие как инфаркт и инсульт), онкологические заболевания, хронические респираторные болезни (такие как хроническая обструктивная болезнь легких и астма) и диабет.

**Эмпирическая интерпретация.**

**1. Структурная интерпретация**

Неинфекционные заболевания делятся на 4 типа:

1. Сердечно-сосудистые заболевания;

2. Онкологические заболевания;

3. Хронические респираторные болезни;

4. Диабет.

**2. Факторная интерпретация.**

Основными факторами, влияющими на развитие неинфекционных заболеваний, являются:

1. Употребление табака;

2. Вредное употребление алкоголя;

3. Нездоровое питание;

4. Недостаточная физическая активность.

Для реализации поставленных задач и достижения цели исследования было опрошено 2 500 житель Ханты-Мансийского автономного округа. Исследование проводилось выборочным методом.

Выборка исследования. Тип выборки – случайная стратифицированная с пропорциональным распределением по полу, возрасту и населенному пункту. Объем выборочной совокупности 2 500 человек (Таблица 1).

Все первичные данные, полученные в ходе опроса, были обработаны с помощью программного обеспечения IBMSPSSStatistics 21 ver. (лицензионная копия продукта).

Таблица 1. Распределение респондентов по полу, возрасту и населенному пункту

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Муниципальный район** | **18-24** | | **25-34** | | **35-44** | | **45-54** | | **55 и старше** | | **Итого** |
| **м** | **ж** | **м** | **ж** | **м** | **ж** | **м** | **ж** | **м** | **ж** |
| **Муниципальные районы ХМАО** | | | | | | | | | | | |
| Белоярский район | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | **80** |
| Березовский район | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | **60** |
| Кондинский район | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | **20** |
| Нефтеюганский район | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | **50** |
| Нижневартовский район | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | **50** |
| Октябрьский район | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | **30** |
| Советский район | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | **50** |
| Сургутский район | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | **70** |
| Ханты-Мансийский район | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | **30** |
| **Города ХМАО** | | | | | | | | | | | |
| Когалым | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | **100** |
| Лангепас | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | **80** |
| Мегион | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | **80** |
| Нефтеюганск | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 | **200** |
| Нижневартовск | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | 40 | **400** |
| Нягань | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | **100** |
| Покачи | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | **50** |
| Пыть-Ях | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | **80** |
| Радужный | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | **80** |
| Сургут | 60 | 60 | 60 | 60 | 60 | 60 | 60 | 60 | 60 | 60 | **600** |
| Урай | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | **80** |
| Ханты-Мансийск | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | **150** |
| Югорск | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | **60** |

## Описание выборочной совокупности

В ходе проведения социологического исследования было опрошено 2500 жителей Ханты-Мансийского автономного округа. Рассмотрим основные социально-демографические характеристики респондентов.

В исследовании приняли участие 1250 мужчин (50%) и 1250 женщин (50%). Распределение респондентов по полу представлено на Диаграмме 1.

Диаграмма 1. Распределение респондентов по полу

В исследовании принимали участие респонденты в возрасте от 18 лет и старше. Распределение респондентов по возрастным интервалам представлено в Таблице 2.

Таблица 2. Возраст респондентов

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Возраст | Количество респондентов | % |
| 18-24 | 500 | 20,0% |
| 25-34 | 500 | 20,0% |
| 35-44 | 500 | 20,0% |
| 45-54 | 500 | 20,0% |
| 55 и старше | 500 | 20,0% |
| Итого | 2500 | 100% |

Чуть больше трети респондентов имеют среднее специальное образование, около четверти опрошенных имеют высшее образование, столько же среднее. Распределение респондентов по уровню образования представлено в Таблице 3.

Таблица 3. Уровень образования респондентов

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Уровень образования | Количество респондентов | % |
| Неполное среднее или ниже | 95 | 3,8% |
| Среднее | 472 | 18,9% |
| Среднее специальное | 791 | 31,6% |
| Незаконченное высшее | 174 | 7% |
| Высшее | 941 | 37,6% |
| Ученая степень | 27 | 1,1% |
| Итого | 2500 | 100 |

Социально-профессиональный статус респондентов представлен в Таблице 4.

Таблица 4. Распределение респондентов по социально-профессиональному статусу

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Статус | Количество респондентов | % |
| Не работают (студенты, пенсионеры, безработные, домохозяйки) | 658 | 26,3% |
| Руководитель высшего и среднего звена | 235 | 9,4% |
| Руководитель подразделения (отдела, сектора, главбух, зав. кафедрой, военные в зависимости от занимаемой должности) | 148 | 5,9% |
| Служащий (секретарь, кассир, нижнее звено аппарата управления, армии и милиции) | 306 | 12,2% |
| Рабочий(ая) (любой квалификации); | 781 | 31,2% |
| Предприниматель | 61 | 2,4% |
| Не ответили | 42 | 1,7% |
| Другое | 269 | 10,8% |
| Итого | 2500 | 100% |

Самыми многочисленными категориями, принявшими участие в опросе, являются рабочие – 31,2%, не работающие – 26,3%, служащие – 12,2%. Кроме того в исследовании приняли участие учителя, воспитатели детских садов и медицинские работники. (Таблица 4).

Сферы, в которых работают респонденты, представлены в Таблице 5.

Таблица 5. Сферы работы респондентов

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Сферы | Количество респондентов | % |
| Строительство, транспорт, связь, коммунальное хозяйство | 186 | 7,4% |
| Государственное, муниципальное управление | 224 | 9% |
| Культура, наука, образование, здравоохранение, СМИ | 819 | 32,8% |
| Сфера услуг, торговля, финансы | 247 | 9,9% |
| Военнослужащий, правоохранительные органы | 26 | 1% |
| Нефтегазовая отрасль, геология | 173 | 6,9% |
| Энергетика | 34 | 1,4% |
| Сельское, лесное хозяйство | 20 | 0,8% |
| Другое | 87 | 3,5% |
| Не ответили | 684 | 27,4% |
| Итого | 250 | 100% |

Больше всего респондентов работает в сфере культуры, науки, образования, здравоохранения и СМИ – 32,8%, услуг, торговли и финансов – 9,9%; в государственном и муниципальном управлении – 9%, в нефтегазовой отрасли, геологии – 6,9%, в сфере строительства, транспорта, связи и коммунального хозяйства – 7,4% (Таблица 5).

Больше половины респондентов отмечают, что они женаты/замужем. Семейное положение респондентов представлено в Таблице 6.

Таблица 6. Семейное положение респондентов

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Семейное положение | Количество респондентов | % |
| Женат (замужем) | 1379 | 55,2% |
| Холост (не замужем) | 725 | 29% |
| Разведен(а) | 274 | 11% |
| Вдовец (вдова) | 116 | 4,6%: |
| Не ответили | 6 | 0,5% |
| Итого | 2500 | 100% |

Материальное положение своей семьи около трети респондентов оценивают, как хорошее, чуть больше половины считают его средним. Только 6,2% респондентов в той или иной степени считают материальное положение своей семьи плохим (Таблица 7).

Таблица 7. Материальное положение семей респондентов

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Оценка материального положения | Количество респондентов | % |
| Очень хорошее | 195 | 7,8% |
| Хорошее | 816 | 32,6% |
| Среднее | 1291 | 51,6% |
| Плохое | 156 | 6,2% |
| Очень плохое | 42 | 1,7% |
| Итого | 2501 | 100% |

Далее перейдем к рассмотрению основных результатов исследования.

## Причины развития неинфекционных заболеваний

Перед определением наличия факторов риска к появлению и развитию неинфекционных заболеваний у жителей Ханты-Мансийского автономного округа, респондентам было предложено выбрать основные причины, приводящие к возникновению и развитию различных неинфекционных заболеваний.

Если говорить о сердечно-сосудистых заболеваниях, то респонденты считают основными причинами развития таких заболеваний курение и употребление алкоголя.

На третье место респонденты ставят недостаточную физическую активность, а на последнем, по их мнению, находится нездоровое питание, (Диаграмма 2).

Диаграмма 2. Причины развития сердечно-сосудистых заболеваний, по мнению респондентов

Таблица 8. Причины развития сердечно-сосудистых заболеваний в разрезе МО (в % по МО)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Муниципальное образование | Курение | Употребление алкоголя | Нездоровое питание | Недостаточная физическая активность | Зависимости не существует | З/О |
| 1. Белоярский район | 67,5% | 60% | 55% | 63,8% | 5% | 2,5% |
| 2. Березовский район | 66,7% | 65% | 58,3% | 56,7% | 5% | 8,3% |
| 3. Кондинский район | 45% | 60% | 40% | 50% | 15% | 10% |
| 4. Нефтеюганский район | 72% | 64% | 40% | 38% | 14% | 6% |
| 5. Нижневартовский район | 62% | 60% | 56% | 56% | 6% | 4% |
| 6. Октябрьский район | 76,7% | 66,7% | 63,3% | 46,7% | - | - |
| 7. Советский район | 64% | 72% | 60% | 58% | 4% | 4% |
| 8. Сургутский район | 64,3% | 60% | 54,3% | 52,9% | 7,1% | 11,4% |
| 9. Ханты-Мансийский район | 80% | 76,7% | 73,3% | 60% | % | 6,7% |
| 10. Когалым | 70% | 62% | 51% | 51% | 8% | 4% |
| 11. Лангепас | 55% | 53,8% | 48,8% | 42,5% | 13,8% | 11,3% |
| 12. Мегион | 65% | 61,3% | 45% | 52,5% | 8,8% | 7,5% |
| 13. Нефтеюганск | 67,5% | 67% | 55,5% | 55% | 5,5% | 8% |
| 14. Нижневартовск | 76% | 68,8% | 52,8% | 55,8% | 8% | 3,3% |
| 15. Нягань | 76% | 64% | 48% | 59% | 7% | 2% |
| 16. Покачи | 70% | 66% | 50% | 56% | 4% | 8% |
| 17. Пыть-Ях | 57,5% | 52,5% | 42,5% | 52,5% | 8,8% | 6,3% |
| 18. Радужный | 65% | 67,5% | 51,3% | 47,5% | 16,3% | 3,8% |
| 19. Сургут | 73,5% | 66,3% | 53,7% | 53,8% | 3,5% | 4,3% |
| 20. Урай | 72,5% | 65% | 45% | 48,8% | 2,5% | 1,3% |
| 21. Ханты-Мансийск | 68% | 65,3% | 66% | 75,3% | 7,3% | 1,3% |
| 22. Югорск | 71,7% | 65% | 35% | 43,3% | 5% | 11,7% |

* Курение, как основной фактор развития сердечно-сосудистых заболеваний больше всего подчеркивают респонденты из Ханты-Мансийского (80%) и Октябрьского (76,7%) районов , городов Нижневартовск (76%) и Нягань (76%)
* Такой фактор как употребление алкоголя является наиболее актуальным для жителей Ханты-Мансийского (76,7%) и Советского (72%) районов .
* Такой фактор развития сердечно-сосудистых заболевания как нездоровое питание является актуальным для респондентов из Ханты-Мансийского района (73,3%) и города Ханты-Мансийск (66%).
* Недостаточную физическую активность как фактор развития сердечно-сосудистых заболеваний отмечают жители города Ханты-Мансийск (75,3%). (Таблица 8).

Основными причинами развития онкологических заболеваний, по мнению большей половины респондентов, являются курение и употребление алкоголя.

На третьем месте находится нездоровое питание, затем недостаточная физическая активность (Диаграмма 3).

Диаграмма 3. Причины развития онкологических заболеваний, по мнению респондентов

Таблица 9. Причины развития онкологических заболеваний в разрезе МО (в % по МО)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Муниципальное образование | Курение | Употребление алкоголя | Нездоровое питание | Недостаточная физическая активность | Зависимости не существует | З/О |
| 1. Белоярский район | 62,5% | 57,5% | 46,3% | 21,3% | 12,5% | 6,3% |
| 2. Березовский район | 63,3% | 48,3% | 51,7% | 31,7% | 11,7% | 13,3% |
| 3. Кондинский район | 50% | 35% | 50% | 15% | 20% | 10% |
| 4. Нефтеюганский район | 60% | 46% | 34% | 14% | 14% | 18% |
| 5. Нижневартовский район | 50% | 44% | 28% | 16% | 16% | 12% |
| 6. Октябрьский район | 70% | 53,3% | 46,7% | 16,7% | 10% | 6,7% |
| 7. Советский район | 68% | 54% | 54% | 26% | 16% | 8% |
| 8. Сургутский район | 50% | 44,3% | 47,1% | 21,4% | 15,7% | 20% |
| 9. Ханты-Мансийский район | 70% | 70% | 63,3% | 26,7% | 6,7% | 10% |
| 10. Когалым | 55% | 46% | 39% | 19% | 15% | 17% |
| 11. Лангепас | 47,5% | 38,8% | 30% | 16,3% | 30% | 16,3% |
| 12. Мегион | 55% | 42,5% | 48,8% | 25% | 15% | 11,3% |
| 13. Нефтеюганск | 59% | 47,5% | 41% | 22% | 11% | 18,5% |
| 14. Нижневартовск | 62,5% | 49,8% | 40% | 21,3% | 19,3% | 9,8% |
| 15. Нягань | 60% | 39% | 39% | 21% | 15% | 11% |
| 16. Покачи | 62% | 54% | 50% | 26% | 14% | 14% |
| 17. Пыть-Ях | 60% | 50% | 45% | 17,5% | 10% | 12,5% |
| 18. Радужный | 53,8% | 42,5% | 45% | 22,5% | 25% | 7,5% |
| 19. Сургут | 60,7% | 50,5% | 41,5% | 21% | 11,5% | 12,7% |
| 20. Урай | 52,5% | 46,3% | 41,3% | 23,8% | 10% | 15% |
| 21. Ханты-Мансийск | 68,7% | 56,7% | 47,3% | 24% | 14% | 8% |
| 22. Югорск | 56,7% | 48,3% | 45% | 11,7% | 13,3% | 13,3% |

* Курение, как причину развития онкологических заболеваний особо подчеркивают респонденты Ханты-Мансийского района (70%) и города

Ханты-Мансийск (68,7%).

* Употребление алкоголя является главной причиной развития онкологических заболеваний, по мнению респондентов из Ханты-Мансийского района (70%) и Белоярского района (57,6%)
* Нездоровое питание выделяют респонденты Ханты-Мансийского района (63,3%), Советского (54%) и Березовского (51,7%) районов.
* Недостаточная физическая активность является причиной развития онкологических заболеваний, по мнению респондентов из Березовского района (31,7%) и Ханты-Мансийского района (26,7%) (Таблица 9).

Если говорить о хронических респираторных заболеваниях, таких как хроническая обструктивная болезнь легких и астма, основной причиной таких заболеваний, по мнению большинства респондентов, является курение.

На второе место респонденты ставят недостаточную физическую активность, затем употребление алкоголя и нездоровое питание (Диаграмма 4).

Диаграмма 4. Причины развития хронических респираторных заболеваний, по мнению респондентов

Таблица 10. Причины развития хронических респираторных заболеваний в разрезе МО (в % по МО)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Курение | Употребление алкоголя | Нездоровое питание | Недостаточная физическая активность | Зависимости не существует | З/О |
| 1. Белоярский район | 70% | 18,8% | 28,8% | 43,8% | 7,5% | 2,5% |
| 2. Березовский район | 68,3% | 30% | 26,7% | 40% | 8,3% | 16,7% |
| 3. Кондинский район | 60% | 25% | 30% | 40% | 15% | 5% |
| 4. Нефтеюганский район | 84% | 26% | 14% | 24% | 8% | 4% |
| 5. Нижневартовский район | 68% | 14% | 20% | 32% | 8% | 4% |
| 6. Октябрьский район | 76,7% | 13,3% | 30% | 33,3% | 6,7% | 6,7% |
| 7. Советский район | 82% | 26% | 30% | 36% | 4% | 6% |
| 8. Сургутский район | 70% | 27,1% | 28,6% | 34,3% | 7,1% | 14,3% |
| 9. Ханты-Мансийский район | 93,3% | 43,3% | 36,7% | 50% | - | 3,3% |
| 10. Когалым | 82% | 21% | 15% | 30% | 5% | 7% |
| 11. Лангепас | 67,5% | 30% | 25% | 28,8% | 15% | 8,8% |
| 12. Мегион | 77,5% | 27,5% | 21,3% | 30% | 6,3% | 12,5% |
| 13. Нефтеюганск | 76,5% | 29% | 22,5% | 37% | 6,5% | 10,5% |
| 14. Нижневартовск | 78,5% | 31,8% | 23,8% | 35% | 8,3% | 6,5% |
| 15. Нягань | 79% | 24% | 16% | 28% | 6% | 7% |
| 16. Покачи | 80% | 26% | 20% | 36% | % | 6% |
| 17. Пыть-Ях | 70% | 26,3% | 26,3% | 33,8% | 7,5% | 10% |
| 18. Радужный | 71,3% | 35% | 27,5% | 38,8% | 12,5% | 7,5% |
| 19. Сургут | 77,2% | 24,2% | 24% | 35% | 6,3% | 6,7% |
| 20. Урай | 66,3% | 32,5% | 35% | 35% | 1,3% | 12,5% |
| 21. Ханты-Мансийск | 87,3% | 21,3% | 26,7% | 46,7% | 5,3% | 4% |
| 22. Югорск | 65% | 20% | 16,7% | 35% | 3,3% | 20% |

* Курение, как основную причину развития хронических респираторных заболеваний особо отмечают респонденты из Ханты-Мансийского района (93,3%) и города Ханты-Мансийск (87,3%).
* Употребление алкоголя является актуальным фактором, по мнению респондентов из Ханты-Мансийского района (43,3%) и города Радужный (35%).
* Нездоровое питание как фактор развития хронических респираторных заболеваний выделяют в основном жители Ханты-Мансийского района (36,7%) и города Урай (35%)
* Недостаточная физическая активность является актуальным фактором для жителей Ханты-Мансийского района (50%) и города Ханты-Мансийск (46,7%).

Последним в списке предложенных неинфекционных заболеваний стал диабет. Основной причиной развития диабета больше половины респондентов считают нездоровое питание.

На втором месте в списке причин стоит употребление алкоголя, затем недостаточная физическая активность и на последнем месте курение (Диаграмма 5).

Диаграмма 5. Причины развития диабета, по мнению респондентов

Таблица 11. Причины развития диабета в разрезе МО (в % по МО)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Курение | Употребление алкоголя | Нездоровое питание | Недостаточная физическая активность | Зависимости не существует | З/О |
| 1. Белоярский район | 17,5% | 30% | 70% | 30% | 10% | 11,3% |
| 2. Березовский район | 31,7% | 48,3% | 58,3% | 40% | 8,3% | 20% |
| 3. Кондинский район | 15% | 25% | 70% | 30% | 15% | 5% |
| 4. Нефтеюганский район | 26% | 40% | 60% | 14% | 16% | 12% |
| 5. Нижневартовский район | 16% | 26% | 70% | 28% | 14% | 6% |
| 6. Октябрьский район | 33,3% | 53,3% | 80% | 36,7% | 3,3% | 10% |
| 7. Советский район | 20% | 34% | 74% | 48% | 8% | 10% |
| 8. Сургутский район | 20% | 34,3% | 65,7% | 30% | 10% | 15,7% |
| 9. Ханты-Мансийский район | 46,7% | 60% | 83,3% | 43,3% | 3,3% | 10% |
| 10. Когалым | 17% | 26% | 67% | 24% | 9% | 17% |
| 11. Лангепас | 35% | 40% | 62,5% | 31,3% | 13,8% | 6,3% |
| 12. Мегион | 22,5% | 28,8% | 66,3% | 27,5% | 12,5% | 13,8% |
| 13. Нефтеюганск | 24,5% | 34,5% | 67,5% | 33,5% | 8,5% | 13,5% |
| 14. Нижневартовск | 26,3% | 38,5% | 67% | 30,5% | 12,3% | 9,3% |
| 15. Нягань | 19% | 34% | 67% | 27% | 12% | 11% |
| 16. Покачи | 16% | 34% | 80% | 36% | % | 14% |
| 17. Пыть-Ях | 21,3% | 36,3% | 72,5% | 30% | 6,3% | 11,3% |
| 18. Радужный | 20% | 38,8% | 60% | 30% | 18,8% | 11,3% |
| 19. Сургут | 24,8% | 36,3% | 70,2% | 35,2% | 7,3% | 11% |
| 20. Урай | 26,3% | 36,3% | 65% | 30% | 3,8% | 18,8% |
| 21. Ханты-Мансийск | 24,7% | 38% | 74,7% | 44% | 10% | 6% |
| 22. Югорск | 21,7% | 35% | 66,7% | 33,3% | 8,3% | 18,3% |

* Курение как фактор развития диабета особо подчеркивают респонденты из Ханты-Мансийского (46,7%) и города Лангепас (35%)
* Употребление алкоголя является актуальным фактором развития диабета для респондентов из Ханты-Мансийского (60%), Октябрьского (53,3%) и Березовского(48,3%) районов.
* Такой фактор как нездоровое питание подчеркивают респонденты из Ханты-Мансийского (83,3%), Октябрьского (80%) района и города Покачи (80%).
* Недостаточная физическая активность является значимым фактором развития диабета для респондентов из Советского (48%) Ханты-Мансиского (43,3%) районов и города Ханты-Мансийск (44%).

На основании полученных данных можно сказать, что основными причинами сердечно-сосудистых заболеваний респонденты считают употребление алкоголя и курение, основными причинами онкологических заболеваний респонденты считают курение и употребление алкоголя, основными причинами хронических респираторных заболеваний респонденты считают курение и недостаточную физическую активность, а основными причинами, вызывающими в организме человека диабет, респонденты считают нездоровое питание и употребление алкоголя.

В следующем разделе рассмотрим наличие вредных привычек у респондентов и отношение к ним.

## Вредные привычки как фактор развития неинфекционных заболеваний

Для определения наличия вредных привычек у респондентов и отношения к ним, респондентам был задан ряд вопросов, касающихся употребления алкоголя и курения.

Такую вредную привычку как курение имеют около четверти опрошенных – 23,8%. Еще 21,6% респондентов отмечают, что они курили, но в данный момент отказались от употребления табака (Таблица 12, Диаграмма 6).

Таблица 12. Распределение ответов респондентов на вопрос «Курите ли Вы?»

|  |  |
| --- | --- |
| «Курите ли Вы?» | % |
| Да | 23,8% |
| Нет, бросил | 21,6% |
| Нет, никогда не курил | 54,7% |
| Итого | 100 |

Диаграмма 6. Распределение ответов респондентов на вопрос «Курите ли Вы?»

Рассмотрим распространенность табакокурения среди респондентов в зависимости от места проживания.

Таблица 13. Распространенность табакокурения в зависимости от места проживания (в % по МО)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Муниципальное образование | Да | Нет, бросил | Нет, никогда не курил | Итого |
| 1. Белоярский район | 30,0% | 17,5% | 52,5% | 100 % |
| 2. Березовский район | 30,0% | 20,0% | 50,0% | 100 % |
| 3. Кондинский район | 20,0% | 45,0% | 35,0% | 100 % |
| 4. Нефтеюганский район | 26,0% | 16,0% | 58,0% | 100 % |
| 5. Нижневартовский район | 22,0% | 28,0% | 50,0% | 100 % |
| 6. Октябрьский район | 16,7% | 36,7% | 46,7% | 100 % |
| 7. Советский район | 24,0% | 28,0% | 48,0% | 100 % |
| 8. Сургутский район | 22,9% | 10,0% | 67,1% | 100 % |
| 9. Ханты-Мансийский район | 30,0% | 16,7% | 53,3% | 100 % |
| 10. Когалым | 24,0% | 17,0% | 59,0% | 100 % |
| 11. Лангепас | 21,3% | 28,8% | 50,0% | 100 % |
| 12. Мегион | 25,0% | 16,3% | 58,8% | 100 % |
| 13. Нефтеюганск | 23,0% | 22,0% | 55,0% | 100 % |
| 14. Нижневартовск | 22,3% | 23,3% | 54,5% | 100 % |
| 15. Нягань | 34,0% | 28,0% | 38,0% | 100 % |
| 16. Покачи | 14,0% | 22,0% | 64,0% | 100 % |
| 17. Пыть-Ях | 37,5% | 8,8% | 53,8% | 100 % |
| 18. Радужный | 20,0% | 21,3% | 58,8% | 100 % |
| 19. Сургут | 20,0% | 21,3% | 58,7% | 100 % |
| 20. Урай | 28,8% | 22,5% | 48,8% | 100 % |
| 21. Ханты-Мансийск | 28,0% | 23,3% | 48,7% | 100 % |
| 22. Югорск | 23,3% | 18,3% | 58,3% | 100 % |

Такая вредная привычка как курение наиболее распространена среди респондентов из городов Пыть-Ях (37,5%, Нягань (34%) Ханты-Мансийского, Белоярского и Березовского районов (30%).

Рассмотрим распространенность табакокурения среди респондентов в зависимости от пола. Среди опрошенных мужчин 33,7% являются курящими, еще 23,4% отмечают, что они бросили курить. Никогда не курили 42,9% мужчин. Среди опрошенных женщин 13,8% являются курящими, 19,7% бросили курить и 66,5% женщин никогда не курили (Таблица 14).

Таблица 14 (в % по полу респондентов)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| «Курите ли Вы?» | Пол респондентов | |
| Мужской | Женский |
| Да | 33,7% | 13,8% |
| Нет, бросил | 23,4% | 19,7% |
| Нет, никогда не курил | 42,9% | 66,5% |
| Итого | 100 | 100 |

Те респонденты, которые бросили курить, отмечают, что основной причиной к этому послужило осознание наносимого вреда здоровью (Диаграмма 7).

Диаграмма 7. Причины отказа от курения (в % от бросивших)

Теперь более подробно остановимся на категории курящих респондентов и рассмотрим социально-демографический портрет курильщика.

По данным настоящего исследования, среди курящих респондентов больше мужчин (70,9%) чем женщин (29,1%) (Таблица 16).

Таблица 16. Распределение курящих/не курящих респондентов по полу

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| «Курите ли Вы?» | Мужчины | Женщины | Итого |
| Да | 70,9% | 29,1% | 100% |
| Нет, бросил | 54,4% | 45,6% | 100% |
| Нет, никогда не курил | 39,2% | 60,8% | 100% |

Больше всего курящих респондентов в возрасте от 25 до 44 лет (Таблица 17).

Таблица 17. Распределение курящих/не курящих респондентов по возрасту

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| «Курите ли Вы?» | 18-24 | 25-34 | 35-44 | 45-54 | Старше 55 | Итого |
| Да | 16,5% | 23,7% | 21,5% | 18,2% | 16,5% | 100% |
| Нет, бросил | 13,4% | 16,7% | 24,3% | 23,0% | 13,4% | 100% |
| Нет, никогда не курил | 24,1% | 19,7% | 17,6% | 19,6% | 24,1% | 100% |

Среди курящих респондентов преобладают рабочие, пенсионеры и служащие. Распределение респондентов представлено в Таблице 18.

Таблица 18.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Социально профессиональный статус | «Курите ли Вы?» | | |
| Да | Нет, бросил | Нет, никогда не курил |
| Не работающий | 21,5% | 25,3% | 36,2% |
| Руководитель высшего и среднего звена | 14,3% | 11,1% | 8,9% |
| Руководитель подразделения | 7,3% | 9,0% | 5,6% |
| Служащий | 14,5% | 15,2% | 13,2% |
| Рабочий | 39,4% | 36,1% | 33,7% |
| Предприниматель | 2,9% | 3,3% | 2,5% |
| Итого | 100% | 100% | 100% |

Таким образом, можно сказать, что курильщик это чаще мужчина рабочий в возрасте от 25 до 44 лет.

Больше половины курящих респондентов отмечают, что они курят уже более 10 лет. Примерно пятая часть от курящих респондентов курит от 5 до 10 лет (Диаграмма 8).

Диаграмма 8. Давность употребления табака (в % от курящих)

Чуть больше половины курящих респондентов выкуривают в день от 1 до 10 сигарет (т.е. примерно половину пачки). Чуть меньше трети респондентов выкуривает от 11 до 20 сигарет в день (т.е. примерно пачку). Еще 7,7% респондентов выкуривают от 21 до 30 сигарет (т.е. примерно полторы пачки), а 2,4% от 31 до 40 сигарет (т.е. примерно две пачки). Более 40 сигарет в день (более двух пачек) выкуривает только 2% респондентов (Диаграмма 9).

Диаграмма 9. «Сколько сигарет Вы выкуриваете в среднем за день?»

В своем ближайшем окружении курящих людей имеет большая половина опрошенных – 52,6%. Это, в свою очередь, также увеличивает риск возникновения и развития неинфекционных заболеваний (фактор «пассивного курения») (Таблица 19).

Таблица 19. Курящие люди в ближайшем окружении респондентов

|  |  |
| --- | --- |
| «Есть ли в Вашем ближайшем окружении курящие люди?» | % |
| Да | 52,6% |
| Нет | 47,4% |
| Итого | 100 |

Примерно четверть респондентов считают, что курение не является зависимостью, больше половины опрошенных считают курение психологической зависимостью (Диаграмма 10).

Диаграмма 10. «Как Вы считаете, курение это…?»

Еще одной вредной привычкой, рассматриваемой в ходе исследования, является употребление алкоголя. Только 11,4% респондентов отмечают, что употребляют алкоголь каждую неделю. Около трети респондентов – 33,5%, крайне редко употребляют алкоголь. Никогда не употребляют алкоголь 25,5% опрошенных (Диаграмма 11).

Диаграмма 11. Частота употребления алкогольных напитков респондентами

Рассмотрим частоту употребления алкогольных напитков в зависимости от места проживания респондентов.

Таблица 20. Частота употребления алкогольных напитков в зависимости от места проживания (в % по МО)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Муниципальное образование | Каждую неделю | Один/несколько раз в месяц | Реже 1 раза в месяц | Крайне редко | Никогда | Итого |
| 1. Белоярский район | 17,5% | 22,5% | 13,8% | 36,3% | 10% | 100% |
| 2. Березовский район | 16,7% | 25% | 11,7% | 31,7% | 15% | 100% |
| 3. Кондинский район | 20% | 25% | 10% | 35% | 10% | 100% |
| 4. Нефтеюганский район | 16% | 18% | 2% | 40% | 24% | 100% |
| 5. Нижневартовский район | 6% | 24% | 6% | 50% | 14% | 100% |
| 6. Октябрьский район | 10% | 26,7% | 10% | 23,3% | 30% | 100% |
| 7. Советский район | 16% | 12% | 8% | 38% | 26% | 100% |
| 8. Сургутский район | - | 12,9% | 14,3% | 34,3% | 38,6% | 100% |
| 9. Ханты-Мансийский район | 13,3% | 20% | 10% | 23,3% | 33,3% | 100% |
| 10. Когалым | 17% | 23% | 6% | 31% | 23% | 100% |
| 11. Лангепас | 12,5% | 17,5% | 12,5% | 31,3% | 26,3% | 100% |
| 12. Мегион | 10% | 13,8% | 13,8% | 32,5% | 30% | 100% |
| 13. Нефтеюганск | 13,5% | 19,5% | 8% | 35,5% | 23,5% | 100% |
| 14. Нижневартовск | 10,8% | 19,3% | 8,8% | 34,8% | 26,5% | 100% |
| 15. Нягань | 14% | 20% | 15% | 30% | 21% | 100% |
| 16. Покачи | 14% | 20% | 12% | 36% | 18% | 100% |
| 17. Пыть-Ях | 17,5% | 17,5% | 2,5% | 36,3% | 26,3% | 100% |
| 18. Радужный | 10% | 16,3% | 3,8% | 46,3% | 23,8% | 100% |
| 19. Сургут | 9% | 18,3% | 12,8% | 29,2% | 30,7% | 100% |
| 20. Урай | 8,8% | 13,8% | 17,5% | 27,5% | 32,5% | 100% |
| 21. Ханты-Мансийск | 11,3% | 25,3% | 8% | 36,7% | 18,7% | 100% |
| 22. Югорск | 10% | 11,7% | 23,3% | 36,7% | 18,3% | 100% |

Чаще всего алкоголь употребляют респонденты из Кондинского района (20%), городов Пыть-Ях (17,5%) и Когалым (17%) (Таблица 20).

Употребляют алкогольные напитки каждую неделю в большей степени респонденты в возрастном интервале от 35 до 54 лет (Таблица 21).

Таблица 21. Частота употребления алкогольных напитков в зависимости от возраста респондентов

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Возраст | Частота употребления | | | | | Итого |
| Каждую неделю | Один/несколько раз в месяц | Реже одного раза в месяц | Крайне редко | Никогда |
| 18-24 | 10,0% | 16,4% | 7,8% | 27,8% | 38,0% | 100% |
| 25-34 | 11,4% | 25,2% | 9,8% | 29,0% | 24,6% | 100% |
| 35-44 | 14,0% | 24,6% | 9,6% | 30,4% | 21,4% | 100% |
| 45-54 | 15,4% | 13,0% | 14,6% | 38,2% | 18,8% | 100% |
| Старше 55 | 6,4% | 15,8% | 11,2% | 42,0% | 24,6% | 100% |

Те респонденты, которые перестали употреблять алкоголь, в основном отмечают, что как таковой причины в этом нет (Диаграмма 12). Четверть респондентов (27,1%) отказались от употребления алкоголя из-за осознания вреда, наносимого организму алкоголем.

Диаграмма 12. Причины отказа респондентов от алкоголя (в % от отказавшихся)

Чуть меньше половины респондентов – 49% считают, что употребление алкоголя является психологической зависимостью. Еще 33% опрошенных вообще не считают употребление алкоголя какой-либо зависимостью. Только 18% респондентов отмечают, что, по их мнению, употребление алкоголя является физиологической зависимостью (Диаграмма 13).

Диаграмма 13. «Как Вы считаете употребление алкоголя это…?»

Таким образом, можно сказать, что около четверти респондентов имеют вредные привычки, поскольку употребляют табак 23,8%, а употребляют алкоголь крайне редко или никогда только 59% респондентов. Больше всего курящих в возрасте от 25 до 44 лет. При этом наибольшее число бросивших курить приходится на возрастной интервал 35-44 лет, а никогда не пробовавших сигареты больше всего среди молодежи 18-24 лет.

Частота употребления алкоголя также имеет большую величину среди респондентов среднего возраста 35-54. При этом наибольшее число тех, кто крайне редко употребляет алкоголь или не употребляет его вообще наблюдается среди молодежи 18-24 лет и респондентов старше 55 лет.

В следующем разделе рассмотрим такие факторы появления и развития неинфекционных заболеваний как питание, сон и физическая активность.

## Питание, сон и физическая активность как факторы развития неинфекционных заболеваний

Чуть больше половины опрошенных время от времени придерживаются правил здорового питания. Еще 20,2% респондентов постоянно придерживаются правил здорового питания (Диаграмма 14).

Диаграмма 14. «Придерживаетесь ли Вы правил здорового питания?»

Рассмотрим данный показатель в разрезе места проживания респондентов.

Таблица 22. Распределение ответов респондентов на вопрос «придерживаетесь ли Вы правил здорового питания?» в зависимости от места проживания (в % по МО)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Муниципальное образование | Да, постоянно | Время от времени | Нет | Итого |
| 1. Белоярский район | 20% | 50% | 30% | 100% |
| 2. Березовский район | 23,3% | 48,3% | 28,3% | 100% |
| 3. Кондинский район | 15% | 55% | 30% | 100% |
| 4. Нефтеюганский район | 18% | 48% | 34% | 100% |
| 5. Нижневартовский район | 20% | 56% | 24% | 100% |
| 6. Октябрьский район | 26,7% | 53,3% | 20% | 100% |
| 7. Советский район | 32% | 44% | 24% | 100% |
| 8. Сургутский район | 21,4% | 57,1% | 21,4% | 100% |
| 9. Ханты-Мансийский район | 13,3% | 63,3% | 23,3% | 100% |
| 10. Когалым | 15% | 56% | 29% | 100% |
| 11. Лангепас | 25% | 55% | 20% | 100% |
| 12. Мегион | 18,8% | 60% | 21,3% | 100% |
| 13. Нефтеюганск | 17,5% | 60% | 22,5% | 100% |
| 14. Нижневартовск | 20,5% | 59% | 20,5% | 100% |
| 15. Нягань | 13% | 59% | 28% | 100% |
| 16. Покачи | 26% | 50% | 24% | 100% |
| 17. Пыть-Ях | 26,3% | 51,3% | 22,5% | 100% |
| 18. Радужный | 13,8% | 50% | 36,3% | 100% |
| 19. Сургут | 18,2% | 56,7% | 25,2% | 100% |
| 20. Урай | 33,8% | 41,3% | 25% | 100% |
| 21. Ханты-Мансийск | 18% | 58,7% | 23,3% | 100% |
| 22. Югорск | 35% | 40% | 25% | 100% |

Чаще других придерживаются правил здорового питания респонденты из Югорска (35%), Урая (33,8%), и Советского района (32%) (Таблица 22).

Таблица 23. «Как часто Вы…?» (%)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Постоянно | Время от времени | Редко/Никогда |
| Питаетесь фаст-фудом | 9,0% | 37,6% | 53,4% |
| Перекусываете, едите всухомятку | 8,8% | 42,4% | 48,8% |
| Нерегулярно питаетесь | 16,3% | 44,6% | 39,0% |
| Едите овощи, фрукты | 60,4% | 33,6% | 6,1% |
| Соблюдаете умеренность в еде | 41,8% | 46,7% | 11,5% |
| Избегаете диетических стрессов | 38,8% | 34,2% | 27,0% |

В Таблице 23 отражены положительные и отрицательные принципы питания. Первые три принципа можно отнести к нездоровому питанию, а три последних к здоровому питанию. Как видно из распределения, около трети респондентов время от времени питаются в фаст-фудах, половина опрошенных редко едят всухомятку и время от времени нерегулярно питаются. Также при этом больше половины опрошенных стараются соблюдать умеренность в еде, избегать диетических стрессов и питаться овощами и фруктами постоянно.

Что касается сна, то больше половины респондентов имеют выработанный в той или иной мере режим (Диаграмма 15).

Диаграмма 15. «Хорошо ли Вы высыпаетесь?»

Что касается физических нагрузок, то 25,4% респондентов регулярно занимаются спортом и физическими нагрузками. Еще около четверти опрошенных – 33,9%, занимаются спортом и физическими нагрузками время от времени. Стоит отметить, что только 12,5% никогда не занимаются спортом и физическими нагрузками (Диаграмма 16).

Диаграмма 16. Занятия спортом и физическими нагрузками

Регулярно посещают фитнес клубы, спортивные секции, бассейн и т.п. 20,7% опрошенных. Еще 21,6 % делают это время от времени (Диаграмма 17).

Диаграмма 17. Посещение фитнес клубов, спортивных секций, бассейнов и т.п.

Последний вопрос данного блока касался характера работы респондентов. Здесь ответы поделились примерно поровну: 55,3% респондентов отмечают, что их профессиональная деятельность подразумевает сидячую работу/учебу, а 44,7% – работу, связанную с физическими нагрузками (Таблица 24).

Таблица 24. «Ваша профессиональная деятельность подразумевает…?»

|  |  |
| --- | --- |
|  | % |
| Сидячую работу/учебу | 55,3% |
| Работу, связанную с физическими нагрузками | 44,7% |

Таким образом, можно сказать, что около половины респондентов придерживаются правил здорового питания, ограничивая потребление фаст-фуда, перекусов и нерегулярное питание, при этом потребляют овощи и фрукты, соблюдают умеренность в еде и избегают диетических стрессов.

Нездоровый сон также является фактором риска для примерно трети респондентов поскольку они зачастую не высыпаются, или вовсе страдают бессонницей.

Чуть больше половины опрошенных (55,3%) отмечают, что их основная деятельность связана с малоподвижным образом жизни, при этом регулярно занимаются спортом и физическими нагрузками только 25,4% опрошенных.

В следующем разделе рассмотрим состояние здоровья респондентов и отношение к здоровому образу жизни.

## Состояние здоровья респондентов и отношение к здоровому образу жизни

По мнению большинства респондентов, наибольший вред организму наносит курение и употребление алкоголя (Таблица 25).

Таблица 25. Факторы, влияющие на здоровье (%)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Фактор | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Курение | 4,4% | 2,3% | 12,7% | 16,4% | 64,2% |
| Употребление алкоголя | 4,0% | 2,4% | 14,6% | 18,4% | 60,7% |
| Нарушение принципов здорового питания | 3,6% | 8,3% | 30,0% | 27,2% | 30,9% |
| Недосып/Бессонница | 4,9% | 7,7% | 22,6% | 24,7% | 40,1% |
| Пассивный (сидячий) образ жизни | 6,9% | 6,7% | 25,1% | 22,9% | 38,4% |

Полностью здоровым свой образ жизни считают только 13,6% респондентов (Таблица 26).

Таблица 26. «Считаете ли Вы свой образ жизни здоровым?»

|  |  |
| --- | --- |
|  | % |
| Да, безусловно | 13,6% |
| Скорее да, чем нет | 44,2% |
| Скорее нет, чем да | 31% |
| Нет | 11,1% |

Информация о правилах здорового образа жизни была бы крайне актуальна для 6,5% опрошенных. Чуть меньше половины опрошенных – 44,2% отмечают, что уже осведомлены о правилах здорового образа жизни. Пятая часть респондентов отметили, что их не интересует данная информация (Диаграмма 18).

Диаграмма 18. Потребность респондентов в информации о ЗОЖ

Рассмотрим потребность респондентов в информации о ЗОЖ в зависимости от места проживания.

Таблица 27. Потребность респондентов в информации о ЗОЖ в зависимости от места проживания (в % по МО)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Муниципальное образование | Да, такая потребность стоит остро | Подобная информация не будет лишней | Я осведомлен о правилах ЗОЖ | Меня это не интересует | Итого |
| 1. Белоярский район | 5,0% | 26,3% | 50,0% | 18,8% | 100% |
| 2. Березовский район | 3,3% | 28,3% | 48,3% | 20,0% | 100% |
| 3. Кондинский район | 5,0% | 30,0% | 45,0% | 20,0% | 100% |
| 4. Нефтеюганский район | 6,0% | 30,0% | 44,0% | 20,0% | 100% |
| 5. Нижневартовский район | 8,0% | 20,0% | 56,0% | 16,0% | 100% |
| 6. Октябрьский район | 16,7% | 16,7% | 36,7% | 30,0% | 100% |
| 7. Советский район | 10,0% | 22,0% | 52,0% | 16,0% | 100% |
| 8. Сургутский район | 7,1% | 27,1% | 55,7% | 10,0% | 100% |
| 9. Ханты-Мансийский район | 16,7% | 36,7% | 36,7% | 10,0% | 100% |
| 10. Когалым | 2,0% | 26,0% | 44,0% | 28,0% | 100% |
| 11. Лангепас | 5,0% | 30,0% | 42,5% | 22,5% | 100% |
| 12. Мегион | 10,0% | 33,8% | 43,8% | 12,5% | 100% |
| 13. Нефтеюганск | 4,0% | 25,5% | 46,0% | 24,5% | 100% |
| 14. Нижневартовск | 7,8% | 29,5% | 46,3% | 16,5% | 100% |
| 15. Нягань | 3,0% | 17,0% | 46,0% | 34,0% | 100% |
| 16. Покачи | 8,0% | 28,0% | 42,0% | 22,0% | 100% |
| 17. Пыть-Ях | 13,8% | 18,8% | 47,5% | 20,0% | 100% |
| 18. Радужный | 5,0% | 26,3% | 42,5% | 26,3% | 100% |
| 19. Сургут | 6,8% | 32,0% | 36,7% | 24,5% | 100% |
| 20. Урай | 3,8% | 43,8% | 45,0% | 7,5% | 100% |
| 21. Ханты-Мансийск | 2,0% | 25,3% | 58,7% | 14,0% | 100% |
| 22. Югорск | 10,0% | 35,0% | 30,0% | 25,0% | 100% |

Больше остальных испытывают потребность в информации о правилах здорового образа жизни респонденты из Октябрьского района (16,7%) и Ханты-Мансийского района (16,7%) (Таблица 27).

Особенно актуальной информация о правилах здорового образа жизни является для респондентов в возрасте от 18 до 24 лет (Таблица 28).

Таблица 28. Актуальность информации о правилах ЗОЖ в зависимости от возраста респондентов

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Возраст | Степень актуальности | | | |
| Да, такая потребность стоит остро | Подобная информация была бы не лишней | Я осведомлен о правилах ЗОЖ | Меня это не интересует |
| 18-24 | 10,0% | 33,4% | 43,0% | 13,6% |
| 25-34 | 7,6% | 29,0% | 44,4% | 19,0% |
| 35-44 | 5,2% | 32,0% | 44,2% | 18,6% |
| 45-54 | 4,4% | 18,2% | 50,6% | 26,8% |
| Старше 55 | 5,2% | 30,2% | 39,0% | 25,6% |

Эффективность мер пропаганды здорового образа жизни, по мнению респондентов, представлена в Таблице 29.

Таблица 29. Эффективность мер пропаганды здорового образа жизни

|  |  |
| --- | --- |
| Меры | % |
| Реклама в СМИ | 24,5% |
| Лекции и семинары на тему ЗОЖ | 26,3% |
| Буклеты и брошюры о ЗОЖ | 16,9% |
| Массовые спортивные мероприятия | 45,8% |
| Создание доступных дворовых площадок | 48,6% |

Наиболее эффективными мерами пропаганды ЗОЖ, по мнению респондентов, являются меры, связанные с продвижением спорта и спортивные мероприятия, а также создание доступных дворовых площадок (Таблица 29).

Рассмотрим эффективность мер пропаганды здорового образа жизни в разрезе муниципальных районов.

Таблица 30. Эффективность мер пропаганды ЗОЖ в зависимости от места проживания (в % по МО)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Муниципальное образование | Реклама в СМИ | Лекции и семинары на тему ЗОЖ | Буклеты и брошюры о ЗОЖ | Массовые спортивные мероприятия | Создание доступных дворовых площадок |
| 1. Белоярский район | 26,3% | 27,5% | 16,3% | 51,3% | 56,3% |
| 2. Березовский район | 26,7% | 28,3% | 15,0% | 43,3% | 56,7% |
| 3. Кондинский район | 15,0% | 45,0% | 15,0% | 40,0% | 30,0% |
| 4. Нефтеюганский район | 24,0% | 26,0% | 22,0% | 36,0% | 48,0% |
| 5. Нижневартовский район | 26,0% | 34,0% | 12,0% | 32,0% | 42,0% |
| 6. Октябрьский район | 23,3% | 10,0% | 13,3% | 53,3% | 50,0% |
| 7. Советский район | 16,0% | 36,0% | 20,0% | 58,0% | 42,0% |
| 8. Сургутский район | 28,6% | 38,6% | 27,1% | 44,3% | 58,6% |
| 9. Ханты-Мансийский район | 33,3% | 40,0% | 16,7% | 40,0% | 30,0% |
| 10. Когалым | 23,0% | 24,0% | 14,0% | 39,0% | 51,0% |
| 11. Лангепас | 21,3% | 27,5% | 16,3% | 33,8% | 48,8% |
| 12. Мегион | 31,3% | 23,8% | 22,5% | 40,0% | 60,0% |
| 13. Нефтеюганск | 21,0% | 21,5% | 13,5% | 47,5% | 53,0% |
| 14. Нижневартовск | 26,5% | 25,0% | 16,8% | 45,5% | 52,3% |
| 15. Нягань | 24,0% | 21,0% | 12,0% | 44,0% | 43,0% |
| 16. Покачи | 14,0% | 22,0% | 22,0% | 56,0% | 48,0% |
| 17. Пыть-Ях | 31,3% | 21,3% | 17,5% | 41,3% | 38,8% |
| 18. Радужный | 23,8% | 30,0% | 15,0% | 36,3% | 42,5% |
| 19. Сургут | 24,3% | 28,3% | 15,8% | 47,8% | 44,8% |
| 20. Урай | 26,3% | 25,0% | 28,8% | 55,0% | 45,0% |
| 21. Ханты-Мансийск | 23,3% | 24,7% | 19,3% | 50,0% | 55,3% |
| 22. Югорск | 21,7% | 18,3% | 11,7% | 55,0% | 45,0% |

* Реклама в СМИ как инструмент пропаганды ЗОЖ эффективна по мнению респондентов из Ханты-Мансийского района и городах Мегион и Пыть-Ях.
* Эффективность лекций и семинаров на тему ЗОЖ отмечают респонденты из Кондинского, Ханты-Мансийского, Сургутского и Советского районов.
* Эффективность буклетов и брошюр на тему ЗОЖ высоко оценивают респонденты из Сургутского района и города Урай.
* Эффективность массовых спортивных мероприятий в сфере пропаганды ЗОЖ особо подчеркивают респонденты из Советского района и города Покачи.
* Эффективность создания доступных дворовых площадок отмечают респонденты из города Мегион и в Сургутском районе. (Таблица 30).

Респонденты отмечают следующие положительные последствия влияния здорового образа жизни на организм человека: помогает чувствовать себя лучше (63,5%), помогает вести более активный образ жизни (46,6%), молодо выглядеть (41,6%) и избавиться от некоторых заболеваний (42,5%). Распределение ответов на данный вопрос представлено в Таблице 31.

Таблица 31. Влияние здорового образа жизни на организм

|  |  |
| --- | --- |
| Влияние | % |
| Помогает контролировать массу тела | 41,4% |
| Помогает чувствовать себя лучше | 63,5% |
| Помогает молодо выглядеть | 41,6% |
| Помогает вести более активный образ жизни | 46,6% |
| Помогает избавиться от некоторых заболеваний | 42,5% |

Свое состояние здоровья чуть меньше половины опрошенных оценивают, как хорошее, еще 14,7% оценивают его как очень хорошее. Отличным свое здоровье считают 11,2% респондентов (Диаграмма 19).

Диаграмма 19. Состояние здоровья респондентов

Больше половины респондентов – 64,1%, считают, что их здоровье осталось примерно таким же, как и год и назад. (Диаграмма 20).

Диаграмма 20. Изменение состояния здоровья респондентов

Большая часть респондентов отмечает, что не испытывает никаких затруднений при выполнении определенных действий, связанных с физическими нагрузками (Таблица 32).

Таблица 32. «Испытываете ли Вы затруднения при…?»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Значительные затруднения | Незначительные затруднения | Не возникает затруднений |
| Активная деятельность, такая как бег, поднятие тяжестей, участие в активных видах спорта | 11,6% | 35,4% | 53,0% |
| Умеренная активность, например, передвижение стола, уборка с пылесосом, игра в боулинг | 3,1% | 21,4% | 75,4% |
| Поднятие или переноска продуктов | 3,2% | 22,5% | 74,3% |
| Преодоление нескольких лестничных пролетов | 7,4% | 29,0% | 63,6% |
| Преодоление одного лестничного пролета | 2,6% | 14,3% | 83,2% |
| Наклоны, вставание на колени | 6,4% | 24,8% | 68,7% |
| Прохождение более одного километра | 6,6% | 19,0% | 74,4% |
| Прохождение нескольких кварталов | 9,2% | 22,2% | 68,6% |
| Прохождение одного квартала | 4,2% | 17,4% | 78,4% |
| Принятие ванны, процесс одевания | 2,0% | 10,7% | 87,3% |

Если говорить о физическом состоянии респондентов, то у небольшой доли опрошенных возникали за последние 4 недели определенные проблемы, связанные с ухудшением данного состояния (Таблица 33).

Таблица 33 Затруднения, связанные с физическим состоянием

|  |  |
| --- | --- |
| Затруднения | % |
| Увеличение времени, затраченного на работу или другую деятельность | 19,4% |
| Вы сделали меньше, чем хотели бы | 25,9 % |
| Были ограничения в выполнении работы или в иной деятельности | 16,6% |
| Были сложности при выполнении работы или другой деятельности (потребовались дополнительные усилия) | 18% |

Если говорить об эмоциональном состоянии респондентов, то у небольшой доли респондентов возникали за последние 4 недели определенные проблемы, связанные с ухудшением данного состояния (Таблица 34).

Таблица 34 Затруднения, связанные с эмоциональным состоянием

|  |  |
| --- | --- |
| Затруднения | % |
| Увеличение времени, затраченного на работу или другую деятельность | 23,8% |
| Вы сделали меньше, чем хотели бы | 24% |
| Работа или другая деятельность выполнялась не так аккуратно, как обычно | 19,1% |

Чуть больше половины респондентов отмечают, что их физическое или эмоциональное состояние никак не влияло на их общение с близкими и родными (Диаграмма 21).

Диаграмма 21. «Насколько ваше физическое или эмоциональное состояние влияло на ваше общение с друзьями, коллегами или родственниками?»

Далее респондентам предлагалось оценить свое эмоционально-психологическое состояние за предыдущие 4 недели. Распределение ответов представлено в Таблице 35.

Таблица 35. «Как часто за последние 4 недели Вы…?»

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Все время | Большую часть времени | Часто | Иногда | Редко | Ни разу |
| Были бодры | 18,1% | 33,8% | 22,8% | 16,5% | 7,3% | 1,5% |
| Сильно нервничали | 3,7% | 6,3% | 15,2% | 32,6% | 25,4% | 16,7% |
| Было так грустно, что ничто не могло поднять настроение | 2,2% | 4,2% | 8,0% | 22,6% | 29,2% | 33,8% |
| Спокойны и безмятежны | 13,8% | 25,8% | 22,7% | 21,7% | 11,8% | 4,2% |
| Чувствовали себя полными сил и энергии | 14,6% | 27,1% | 22,7% | 22,0% | 10,6% | 3,0% |
| Были в унынии и грустили | 1,6% | 4,1% | 8,1% | 26,3% | 30,4% | 29,6% |
| Чувствовали себя измученными | 3,5% | 4,0% | 10,2% | 28,0% | 28,2% | 26,2% |
| Были счастливы | 21,5% | 29,4% | 20,8% | 18,4% | 7,2% | 2,5% |
| Чувствовали себя усталыми | 5,4% | 6,9% | 18,8% | 36,1% | 23,0% | 9,8% |

Физическое или эмоциональное состояние постоянно мешало активно общаться с людьми только 4,4% опрошенных (Диаграмма 22).

Диаграмма 22. «Как часто эмоциональное или физическое состояние мешало Вам активно общаться с людьми?»

Далее респондентам предлагалось отметить верность/неверность утверждений, касающихся их здоровья. Распределение ответов представлено в Таблице 36.

Таблица 36. «Верно, или неверно следующее утверждение?»

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Да | В основном верно | Не знаю | В основном не верно | Нет |
| «Мне кажется, я более склонен к болезням, чем другие» | 4,2% | 6,8% | 29,3% | 12,6% | 47,1% |
| «Мое здоровье не хуже чем у большинства моих знакомых» | 39,4% | 22,1% | 23,3% | 4,5% | 10,7% |
| «Я ожидаю, что мое здоровье ухудшится» | 4,0% | 6,5% | 26,4% | 9,4% | 53,7% |
| «У меня отличное здоровье» | 23,9% | 40,5% | 19,6% | 7,9% | 8,1% |

Из тех респондентов, кто обращался в поликлинику за прошедший год за оказанием медицинской помощи, чуть больше половины (52,7%) удовлетворены условиями оказания медицинской помощи (Диаграмма 23).

Диаграмма 23. «Если за прошедший календарный год Вы обращались в поликлинику, удовлетворены ли вы условиями оказания медицинской помощи?»

Рассмотрим удовлетворенность респондентов данным показателем в разрезе муниципальных районов (Таблица 37). Больше остальных не удовлетворены оказанием медицинской помощи в поликлиниках респонденты из городов Нягань и Когалым.

Таблица 37. «Если за прошедший календарный год Вы обращались в поликлинику, удовлетворены ли вы условиями оказанием медицинской помощи?»

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Муниципальное образование** | **Да** | **Нет** | **З/О** | **Итого** |
| 1. Белоярский район | 56,3% | 27,5% | 16,3% | 100% |
| 2. Березовский район | 56,7% | 23,3% | 20% | 100% |
| 3. Кондинский район | 35% | 30% | 35% | 100% |
| 4. Нефтеюганский район | 64% | 22% | 14% | 100% |
| 5. Нижневартовский район | 54% | 32% | 14% | 100% |
| 6. Октябрьский район | 63,3% | 26,7% | 10% | 100% |
| 7. Советский район | 52% | 24% | 24% | 100% |
| 8. Сургутский район | 48,6% | 27,1% | 24,3% | 100% |
| 9. Ханты-Мансийский район | 56,7% | 30% | 13,3% | 100% |
| 10. Когалым | 39% | 35% | 26% | 100% |
| 11. Лангепас | 61,3% | 15% | 23,8% | 100% |
| 12. Мегион | 52,5% | 27,5% | 20% | 100% |
| 13. Нефтеюганск | 45% | 31,5% | 23,5% | 100% |
| 14. Нижневартовск | 51,3% | 30,5% | 18,3% | 100% |
| 15. Нягань | 50% | 36% | 14% | 100% |
| 16. Покачи | 56% | 18% | 26% | 100% |
| 17. Пыть-Ях | 48,8% | 31,3% | 20% | 100% |
| 18. Радужный | 45% | 33,8% | 21,3% | 100% |
| 19. Сургут | 58,2% | 23% | 18,8% | 100% |
| 20. Урай | 52,5% | 28,8% | 18,8% | 100% |
| 21. Ханты-Мансийск | 50,7% | 23,3% | 26% | 100% |
| 22. Югорск | 51,7% | 20% | 28,3% | 100% |

Условиями оказания медицинских услуг, оказываемых медицинскими учреждениями, удовлетворены 66,7% респондентов (Диаграмма 24).

Диаграмма 24. Удовлетворенность респондентов условиями оказания медицинских услуг

Рассмотрим удовлетворенность респондентов данным показателем в разрезе муниципальных районов.

Таблица 38. Удовлетворенность респондентов условиями оказания медицинских услуг в зависимости от места проживания (в % по МО)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Муниципальное образование** | **Да** | **Нет** | **Итого** |
| 1. Белоярский район | 72,5% | 27,5% | 100% |
| 2. Березовский район | 75% | 25% | 100% |
| 3. Кондинский район | 55% | 45% | 100% |
| 4. Нефтеюганский район | 68% | 32% | 100% |
| 5. Нижневартовский район | 72% | 28% | 100% |
| 6. Октябрьский район | 70% | 30% | 100% |
| 7. Советский район | 64% | 36% | 100% |
| 8. Сургутский район | 60% | 40% | 100% |
| 9. Ханты-Мансийский район | 66,7% | 33,3% | 100% |
| 10. Когалым | 64% | 36% | 100% |
| 11. Лангепас | 73,8% | 26,3% | 100% |
| 12. Мегион | 62,5% | 37,5% | 100% |
| 13. Нефтеюганск | 53,5% | 46,5% | 100% |
| 14. Нижневартовск | 66% | 34% | 100% |
| 15. Нягань | 59% | 41% | 100% |
| 16. Покачи | 72% | 28% | 100% |
| 17. Пыть-Ях | 65% | 35% | 100% |
| 18. Радужный | 61,3% | 38,8% | 100% |
| 19. Сургут | 71,3% | 28,7% | 100% |
| 20. Урай | 58,8% | 41,3% | 100% |
| 21. Ханты-Мансийск | 71,3% | 28,7% | 100% |
| 22. Югорск | 76,7% | 23,3% | 100% |

Наибольший уровень удовлетворенности условиями оказания медицинских услуг отмечают респонденты из Березовского района. Самый низкий уровень удовлетворенности данным показателем отмечают респонденты Кондинского района и города Нефтеюганск. (Таблица 38).

Те респонденты, которые не удовлетворены условиями оказания медицинских услуг, предоставляемых медицинскими учреждениями, отмечают следующие причины своей неудовлетворенности (Таблица 39).

Таблица 39. Причины неудовлетворенности респондентов условиями оказания медицинских услуг

|  |  |
| --- | --- |
| Причина | % |
| Организация работы регистратуры | 9,7% |
| Организация работы врачебных кабинетов | 17,8% |
| Организация работы диагностических служб | 9,3% |
| Организация работы процедурных кабинетов | 5,6% |
| Организация работы восстановительных подразделений | 4,8% |
| Качество выполнения процедур | 11,8% |
| Объем предоставляемой информации | 8,9% |

Таким образом, основными причинами неудовлетворенности респондентов условиями оказания медицинских услуг является работа врачебных кабинетов, регистратуры, качество выполнения процедур и организация работы диагностических служб (Таблица 39). Рассмотрим причины неудовлетворенности респондентов условиями оказания медицинских услуг в разрезе муниципальных образований.

* Организацией работы регистратуры не удовлетворены в большей степени респонденты из городов Нагань, Сургут и Урай.
* Организацией работы врачебных кабинетов не удовлетворены в большей степени респонденты из Нижневартовского и Нефтеюганского районов.
* Организацией работы диагностических служб не удовлетворены в большей степени респонденты из города Покачи и из Кондинского района.
* Организацией работы процедурных кабинетов не удовлетворены в большей степени респонденты из Ханты-Мансийского района.
* Организацией работы восстановительных подразделений не удовлетворены в большей степени респонденты из городов Радужный и Урай
* Качеством выполнения процедур не удовлетворены в большей степени респонденты из Советского района и города Когалым.
* Объемом предоставляемой информации не удовлетворены в большей степени респонденты из Югорска и Кандинского района. (Таблица 40).

Таблица 40. Причины неудовлетворенности респондентов условиями оказания медицинских услуг в зависимости от места проживания (в % по МО)

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Муниципальное образование | Организация работы регистратуры | Организация работы врачебных кабинетов | Организация работы диагностических служб | Организация работы процедурных кабинетов | Организация работы восстановительных подразделений | Качество выполнения процедур | Объем предоставляемой информации |
| 1. Белоярский район | 9,4% | 30,2% | 11,3% | 11,3% | 9,4% | 13,2% | 15,1% |
| 2. Березовский район | 9,7% | 25,8% | 16,1% | 6,5% | 6,5% | 22,6% | 12,9% |
| 3. Кондинский район | 9,5% | 23,8% | 23,8% | 9,5% | 9,5% | 4,8% | 19% |
| 4. Нефтеюганский район | 15,2% | 36,4% | 15,2% | 3% | 9,1% | 12,1% | 9,1% |
| 5. Нижневартовский район | 8,3% | 41,7% | 8,3% | 4,2% | 4,2% | 25% | 8,3% |
| 6. Октябрьский район | 11,1% | 25,9% | 11,1% | 14,8% | 7,4% | 18,5% | 11,1% |
| 7. Советский район | 7,3% | 17,1% | 17,1% | 7,3% | 4,9% | 31,7% | 14,6% |
| 8. Сургутский район | 10,6% | 27,7% | 17% | 8,5% | 6,4% | 17% | 12,8% |
| 9. Ханты-Мансийский район | 11,8% | 29,4% | 5,9% | 23,5% | 5,9% | 11,8% | 11,8% |
| 10. Когалым | 12,3% | 27,2% | 9,9% | 6,2% | 4,9% | 25,9% | 13,6% |
| 11. Лангепас | 17,1% | 29,3% | 12,2% | 2,4% | 7,3% | 14,6% | 17,1% |
| 12. Мегион | 8,2% | 32,8% | 16,4% | 11,5% | 6,6% | 11,5% | 13,1% |
| 13. Нефтеюганск | 17,9% | 28,6% | 11,7% | 5,6% | 6,1% | 18,4% | 11,7% |
| 14. Нижневартовск | 12,7% | 25,8% | 18,7% | 6,4% | 8,5% | 14,8% | 13,1% |
| 15. Нягань | 19,1% | 24,7% | 12,4% | 7,9% | 5,6% | 15,7% | 14,6% |
| 16. Покачи | 14,3% | 22,9% | 20% | 5,7% | 8,6% | 17,1% | 11,4% |
| 17. Пыть-Ях | 11,5% | 26,9% | 9,6% | 13,5% | 3,8% | 25% | 9,6% |
| 18. Радужный | 11,6% | 23,2% | 13% | 11,6% | 11,6% | 14,5% | 14,5% |
| 19. Сургут | 18,5% | 25% | 11,4% | 10,2% | 5,2% | 17,3% | 12,3% |
| 20. Урай | 18,7% | 21,3% | 13,3% | 12% | 10,7% | 13,3% | 10,7% |
| 21. Ханты-Мансийск | 10,8% | 21,6% | 13,5% | 5,4% | 8,1% | 23% | 17,6% |
| 22. Югорск | 4,3% | 30,4% | 8,7% | 4,3% | 8,7% | 21,7% | 21,7% |

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На основании проведенного социологического исследования и полученных данных можно сделать следующие выводы:

1) Основными причинами сердечно-сосудистых заболеваний респонденты считают употребление алкоголя и курение, основными причинами онкологических заболеваний респонденты считают курение и употребление алкоголя, основными причинами хронических респираторных заболеваний респонденты считают курение и недостаточную физическую активность, а основными причинами, вызывающими в организме человека диабет, респонденты считают нездоровое питание и употребление алкоголя.

В целом респонденты склонны к выбору вредных привычек как факторов возникновения и развития неинфекционных заболеваний, при этом они достаточно низко оценивают значимость других факторов, таких как питание и физическая активность.

2) Около трети респондентов имеют вредные привычки, поскольку употребляют табак 23,8%, а употребляют алкоголь чаще 1 раза в месяц 30,4%. Больше всего курящих в возрасте от 25 до 44 лет. При этом наибольшее число бросивших курить приходится на возрастной интервал 35-44 лет, а никогда не пробовавших сигареты больше всего среди молодежи 18-24 лет.

Частота употребления алкоголя также имеет большую величину среди респондентов среднего возраста 35-54. При этом наибольшее число тех, кто крайне редко употребляет алкоголь или не употребляет его вообще наблюдается среди молодежи 18-24 лет и респондентов старше 55 лет.

3) Около половины респондентов придерживаются правил здорового питания, стараются ограничивать потребление фаст-фуда, перекусов и нерегулярное питание, при этом потребляют овощи и фрукты, соблюдают умеренность в еде и избегают диетических стрессов.

Нездоровый сон также является фактором риска для трети респондентов поскольку они зачастую не высыпаются, или вовсе страдают бессонницей.

4) Чуть больше половины опрошенных (55,3%) отмечают, что их основная деятельность связана с малоподвижным образом жизни, при этом регулярно занимаются спортом и физическими нагрузками только 25,4% опрошенных.

Полностью здоровым свой образ жизни считают только 13,6% респондентов. Свое состояние здоровья чуть меньше половины опрошенных оценивают, как хорошее, еще 14,7% оценивают его как очень хорошее. Отличным свое здоровье считают 11,2% респондентов.

Информация о правилах здорового образа жизни была бы крайне актуальна для 6,5% опрошенных. Чуть меньше половины опрошенных – 44,2% отмечают, что уже осведомлены о правилах здорового образа жизни. Пятая часть респондентов отметили, что их не интересует данная информация. Наиболее эффективными мерами пропаганды ЗОЖ, по мнению респондентов, являются меры, связанные с продвижением спорта и спортивные мероприятия, а также создание доступных спортивных площадок во дворах.

4) Из тех респондентов, кто обращался в поликлинику за прошедший год за оказанием медицинской помощи, чуть больше половины (52,7%) удовлетворены условиями оказания медицинской помощи.

Условиями оказания медицинских услуг, оказываемых медицинскими учреждениями, удовлетворены 66,7% респондентов. Основными причинами неудовлетворенности респондентов условиями оказания медицинских услуг является работа врачебных кабинетов, регистратуры, качество выполнения процедур и организация работы диагностических служб

## РЕКОМЕНДАЦИИ

Для практической реализации предлагаются следующие рекомендации:

1. Проводить больше информационной работы, связанной с распространением среди населения информации о причинах развития неинфекционных заболеваний, в частности не только освещать негативное влияние вредных привычек, но и освещать проблемы недостаточной физической активности и питания. В качестве методов информационной работы наиболее целесообразными будет создание социальных роликов или социальной рекламы и распространение ее в сети Интернет и основных социальных сетях и хостинговых сервисах.

2. Осуществлять активную работу с категориями населения, которые входят в «группу риска». Под «группой риска» в данном случае понимаются те категории населения, которые имеют вредные привычки и ведут малоактивный образ жизни. Данная работа может заключаться в проведении спортивных мероприятий и акций, проведении оздоровительных и диагностических мероприятий, проведении информационных мероприятий по вопросам неинфекционных заболеваний и причин их развития и т.д. (открытые семинары, вебинары, ролики, привлечение Интернет сообщества и т.п.).

3. Создание и продвижение своего рода «культуры питания», которая будет отвечать современным тенденциям и будет направлена на формирование правильных и здоровых установок потребления пищи у населения.

Если говорить о негативных факторах развития НИЗ, то на федеральном уровне идет работа по популяризации спорта и физической культуры, и по ограничению употребления табака и алкоголя. Формированием культуры правильного питания системно не занимается никто. В условиях существования тенденции моды на здоровый образ жизни данный вопрос частично решает фитнес индустрия, однако общее развитие диетологии и нутрициологии в современной России переживает далеко не лучшие времена. На данный момент в сфере правильного питания существует множество мифов и маркетинговых манипуляторов, а для успешного формирования «культуры питания» необходимо формирование четкой стратегии, не только со стороны отдельных частных институтов, но и со стороны государственных структур.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

**Анкета**

№ в базе данных \_\_\_

|  |
| --- |
| **Населенный пункт** |
|  |

*Здравствуйте! Мы проводим социологическое исследование, посвященное изучению поведенческих факторов риска неинфекционных заболеваний у жителей ХМАО - Югры. Просим Вас ответить на несколько вопросов.* ***Все данные будут представлены в* обобщенном и обезличенном виде*, а Ваши контактные данные* нужны исключительно для проверки моей работы!**

|  |  |
| --- | --- |
| **1. Как Вы считаете, какие причины приводят к развитию НЕинфекционных заболеваний, а именно: сердечно-сосудистых, онкологических, хронических респираторных (например, астмы) и диабета?** | **1 или более** вариантов ответа |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Курение | Употребление алкоголя | Нездоровое питание | Недостаточная физическая активность | **На мой взгляд зависимости не существует** | **Затрудняюсь ответить** |
| 1. Сердечно-сосудистые заболевания | 1 | 2 | 3 | 4 | **5\*** | **6\*** |
| 2. Онкологические заболевания | 1 | 2 | 3 | 4 | **5\*** | **6\*** |
| 3. Хронические респираторные заболевания (**хроническая обструктивная болезнь лёгких и астма**) | 1 | 2 | 3 | 4 | **5\*** | **6\*** |
| 4. Диабет | 1 | 2 | 3 | 4 | **5\*** | **6\*** |

**ПРИМЕЧАНИЕ: \*** Если Вы ответили на вопрос «5» или «6» **утвердительно**, то первые четыре ответа по конкретному вопросу должны остаться **неотмеченными**.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **2. Курите ли Вы?** | | | 1 ответ |
| 1. Да (**переход к вопросу 4**);  2. Нет, бросил(а) (**переход к вопросу 3 и, затем, к вопросу 6**); | 3. Нет и никогда не курил(а) **(переход к вопросу 6**). | |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **3. Укажите причину, по которой Вы бросили курить?** | | | | 1 ответ |
| 1. Без причины, - для меня это было несложно;  2. В очередной раз решил(а) испытать силу воли;  3. Это вредит мне и таково было моё твёрдое решение; | 4. На спор;  5. Другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | | |
| **4. Укажите, как давно Вы курите?**   |  |  | | --- | --- | | 1. Курю более 10 лет;  2. Курю от 5 до 10 лет;  3. Курю 3 - 4 года; | 4. Курю 1 - 2 года;  5. Курю менее года. | | | | 1 ответ | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **5. Укажите, сколько сигарет Вы выкуриваете за день?** | |  | |
| **6. Есть ли среди членов Вашей семьи (окружающих Вас по месту вашего постоянного проживания) курящие люди?** | 1 ответ | |

1. Да; 2. Нет.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **7. Как Вы считаете, курение – это…** | | 1 ответ |
| 1. Физиологическая зависимость;  2. Психологическая зависимость; | 3. Курение не является зависимостью, имеет роль лишь желание делать это, либо отсутствие такового желания. | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **8. Часто ли Вы употребляете алкогольные напитки?**   |  |  | | --- | --- | | 1. Каждую неделю;  2. Один/ несколько раз в месяц;  3. Реже одного раза в месяц; | 4. Крайне редко;  5.Никогда (**переход к вопросу 10**). | | 1 ответ |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **9. Если Вы употребляли алкоголь и отказались от его употребления, то какова причина, Вашего отказа?** | | | 1 ответ |
| 1. Без причины, - для меня это было несложно;  2. В очередной раз решил(а) испытать силу воли;  3. Это вредит мне и таково было моё твёрдое решение; | 4. На спор;  5. Другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **10. Как Вы считаете, употребление алкоголя – это…** | | | 1 ответ |
| 1. Физиологическая зависимость;  2. Психологическая зависимость; | 3. Употребление алкоголя не является зависимостью, имеет роль лишь желание делать это, либо отсутствие такового желания. | |

|  |  |
| --- | --- |
| **11. Придерживаетесь ли Вы правил здорового питания?** | 1 ответ |

1. Да, постоянно; 2. Время от времени;

3. Не придерживаюсь.

|  |  |
| --- | --- |
| **12. Как часто Вы…\*** | 6 вопросов  /по 1 ответу |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Постоянно** | **Время от времени** | **Редко / Никогда** |
| 1. Питаетесь фаст-фудом | 1 | 2 | 3 |
| 2. Перекусываете, едите всухомятку | 1 | 2 | 3 |
| 3. Нерегулярно питаетесь (пропускаете прием пищи) | 1 | 2 | 3 |
| 4. Едите овощи, фрукты | 1 | 2 | 3 |
| 5. Соблюдаете умеренность в еде | 1 | 2 | 3 |
| 6. Избегание диетических стрессов | 1 | 2 | 3 |

**ПРИМЕЧАНИЕ: \* - здесь 6 вопросов в одном (по одному ответу в каждом)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **13. Всегда ли Вы хорошо высыпаетесь?** | | | 1 ответ |
| 1. Да, у меня выработан режим;  2. В целом да, но бывают редкие случаи недосыпа; | 3. Часто не высыпаюсь (некогда), но бессонницей не страдаю;  4. Очень плохо сплю, бессоница. | | |
| **14. Занимаетесь ли Вы спортом, физическими нагрузками?**   |  |  | | --- | --- | | 1. Да, регулярно занимаюсь;  2. Время от времени; | 3. Крайне редко;  4. Никогда. | | | 1 ответ | |

|  |  |
| --- | --- |
| **15. Посещаете ли Вы фитнес клубы, спортивные секции, бассейн и т.д.?** | 1 ответ |

1. Да, посещаю регулярно; 2. Посещаю время от времени; . Нет, не посещаю.

|  |  |
| --- | --- |
| **16. Основной вид Вашей профессиональной деятельности предполагает…** | 1 ответ |

1. Сидячую работу/учебу; 2. Работу связанную с физическими нагрузками.

|  |  |
| --- | --- |
| **17. Оцените вред**, **наносимый здоровью каждым из перечисленных факторов**  **(1 - наименьший вред (min), 5 – наибольший вред (max)): \*** | 5 вопросов  /по 1 ответу |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Фактор** | **Балл** | **Балл** | **Балл** | **Балл** | **Балл** |
| 1. Курение; | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. Употребление алкоголя; | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. Нарушение принципов здорового питания; | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. Недосып/бессонница; | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. Пассивный (сидячий) образ жизни. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | **min** |  |  |  | **max** |

**ПРИМЕЧАНИЕ: \* - здесь 5 вопросов в одном (по одному ответу в каждом)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **18. Считаете ли Вы свой образ жизни здоровым?**   |  |  | | --- | --- | | 1. Да, безусловно;  2. Скорее да, чем нет;  3. Скорее нет, чем да; | 4. Нет, мой образ жизни трудно назвать здоровым. | | | 1 ответ |
| **19. Есть ли у Вас потребность в получении информации о правилах здорового образа жизни?** | 1 ответ | |

1. Да, такая потребность стоит остро;

2. Подобная информация не будет лишней;

3. Я осведомлен о правилах ЗОЖ;

4. Меня это не интересует (**переход к вопросу 21**).

|  |  |
| --- | --- |
| **20. Как Вы считаете, какие меры пропаганды здорового образа жизни, могут быть наиболее эффективными?** | Не более 3 вариантов |

1. Реклама в СМИ;

2. Лекции и семинары на тему ЗОЖ, проводимые на предприятиях и в учебных заведениях;

3. Распространение буклетов и брошюр о ЗОЖ;

4. Массовый спортивные мероприятия, организуемые на городском, муниципальном уровне («Кросс нации», «Лыжня России» и т.д.);

5. Создание доступных спортивных площадок во дворах многоквартирных домов;

6. Другое (укажите, что именно) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |
| --- | --- |
| **21. По-вашему, в чем именно проявляется влияние здорового образа жизни на сохранение здоровья?** | Не более 3 вариантов |

1. Помогает контролировать массу тела;

2. Помогает чувствовать себя лучше;

3. Помогает молодо выглядеть и чувствовать себя;

4. Помогает вести более активный образ жизни;

5. Помогает избавиться от некоторых заболеваний;

6. Другое (укажите, что именно) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **22. Каково, на Ваш взгляд, состояние Вашего здоровья?** | | | 1 ответ |
| 1. Отличное;  2. Очень хорошее;  3. Хорошее; | 4. Посредственное;  5. Плохое. | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **23. По сравнению с прошлым годом, как Вы сейчас можете оценить свое здоровье?** | | | 1 ответ |
| 1. Значительно лучше, чем год назад ;  2. Примерно такое же, как год назад; | 3. Несколько хуже, чем год назад;  4. Гораздо хуже, чем год назад. | |

|  |  |
| --- | --- |
| **24. Возникают ли у Вас затруднения в работе или в повседневной деятельности, из-за состояния Вашего здоровья? Если да, то в какой степени? \*** | 10 вопросов  /по 1 ответу |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **значительные затруднения** | **незначительные затруднения** | **не возникает затруднений** |
| 1. Активная деятельность, такая как бег, поднятие тяжестей, участие в активных видах спорта | 1 | 2 | 3 |
| 2. Умеренная активность, например, передвижение стола, уборка с пылесосом, игра в боулинг | 1 | 2 | 3 |
| 3. Поднятие или переноска продуктов | 1 | 2 | 3 |
| 4. Преодоление нескольких лестничных пролетов | 1 | 2 | 3 |
| 5. Преодоление одного лестничного пролета | 1 | 2 | 3 |
| 6. Наклоны, вставание на колени | 1 | 2 | 3 |
| 7. Прохождение более одного километра | 1 | 2 | 3 |
| 8. Прохождение нескольких кварталов | 1 | 2 | 3 |
| 9. Прохождение одного квартала | 1 | 2 | 3 |
| 10. Принятие ванны, процесс одевания | 1 | 2 | 3 |

**ПРИМЕЧАНИЕ: \* - здесь 10 вопросов в одном (по одному ответу в каждом)**

Следующие вопросы о том, как Вы себя чувствовали и как шли Ваши дела в последние 4 недели. Пожалуйста, на каждый вопрос дайте один ответ, который больше всего подходит к Вашему состоянию.

|  |  |
| --- | --- |
| **25. За последние 4 недели были ли у Вас какие-либо затруднения в работе или в повседневной деятельности, связанные с Вашим физическим состоянием: \*** | 4 вопроса  /по 1 ответу |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Да | Нет |
| 1. Увеличение времени, затраченного на работу или другую деятельность | 1 | 2 |
| 2. Вы сделали меньше, чем хотели бы | 1 | 2 |
| 3. Были ограничения в выполнении работы или в иной деятельности | 1 | 2 |
| 4. Были сложности при выполнении работы или другой деятельности (потребовались дополнительные усилия) | 1 | 2 |

ПРИМЕЧАНИЕ: \* - здесь 4 вопроса в одном (по одному ответу в каждом)

|  |  |
| --- | --- |
| **26. За последние 4 недели были ли у Вас какие-либо затруднения в работе или в повседневной деятельности, связанные с Вашим эмоциональным состоянием: \*** | 3 вопроса  /по 1 ответу |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Да** | **Нет** |
| **1. Увеличение времени, затраченного на работу или другую деятельность** | 1 | 2 |
| **2. Вы сделали меньше, чем хотели бы** | 1 | 2 |
| **3. Работа или другая деятельность выполнялась не так аккуратно, как обычно** | 1 | 2 |

**ПРИМЕЧАНИЕ: \* - здесь 3 вопроса в одном (по одному ответу в каждом)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **27. За последние 4 недели насколько Ваше физическое или эмоциональное состояние влияло на общение с семьей, друзьями, соседями или в коллективе?** | | | 1 ответ |
| 1. Никак не влияли;  2. Немного;  3. Умеренно; | 4. Не сильно;  5. Сильно. | |

|  |  |
| --- | --- |
| **28. Как часто за последние 4 недели ... \*** | 9 вопросов /по 1 ответу |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Всё время** | **Большую часть**  **времени** | **Часто** | **Иногда** | **Редко** | **Ни разу** |
| **1. Вы были бодры?** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **2. Вы сильно нервничали?** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **3. Вам было так грустно, что ничто не могло поднять Вам настроение?** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **4. Вы были спокойны и безмятежны?** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **5. Вы чувствовали себя полными сил и энергии?** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **6. Вы были в унынии и грустили?** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **7. Вы чувствовали себя измученными?** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **8. Вы были счастливы?** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **9. Вы чувствовали себя усталыми?** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

**ПРИМЕЧАНИЕ: \* - здесь 9 вопросов в одном (по одному ответу в каждом)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **29. За последние 4 недели как часто Ваше физическое или эмоциональное состояние мешало Вам активно общаться с людьми (встречаться с друзьями, родственниками и т.д.)?** | | | 1 ответ |
| 1. Постоянно;  2. Очень часто;  3. Иногда; | 4. Редко ;  5. Ни одного раза. | |

|  |  |
| --- | --- |
| **30. Насколько ВЕРНЫМ или НЕВЕРНЫМ представляется по отношению к Вам каждое из нижеперечисленных утверждений? \*** | 4 вопроса  /по 1 ответу |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **ДА** | **В**  **основном верно** | **Не знаю** | **В**  **основном не верно** | **НЕТ** |
| **1. Мне кажется, что я более склонен к болезням, чем другие** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **2. Мое здоровье не хуже, чем у большинства моих знакомых** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **3. Я ожидаю, что мое здоровье ухудшится** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **4. У меня отличное здоровье** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

**ПРИМЕЧАНИЕ: \* - здесь 4 вопроса в одном (по одному ответу в каждом)**

**31. Если за прошедший календарный год Вы обращались в поликлинику: удовлетворены ли Вы условиями оказания медицинской помощи?**

1. Да 2. Нет 3. Затрудняюсь ответить

**32. Удовлетворены ли Вы условиями оказания медицинских услуг, оказываемых медицинскими организациями, в которые Вы обращались?**

1. Да –––––––– **переход к вопросу 34** 2. Нет–––––––**переход к вопросу 33**

**33. Если Вы не удовлетворены условиями оказания оказываемых медицинских услуг, то с чем, это связано?** (один или более вариантов)

1.С организацией работы регистратуры

2. С организацией работы врачебных кабинетов

3. С организацией работы диагностических служб

4. С организацией работы процедурных кабинетов

5. С организацией работы восстановительных подразделений (физиолечение, врачебная физкультура)

6. С качеством выполнения процедур

7. С объёмом предоставляемой информации

Теперь несколько слов о Вас (отметить самостоятельно).

**34. Ваш пол:** 1. Мужской; 2. Женский.

**35. Сколько полных лет Вам исполнилось? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**36. Укажите Ваш рост (см) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**37. Укажите Ваш вес (кг) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |
| --- | --- |
| **38. Какое у Вас образование?** | 1 ответ |

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Неполное среднее или ниже; | 4. Незаконченное высшее; |
| 2. Среднее; | 5. Высшее; |
| 3. Среднее специальное; | 6. Высшее с учёной степенью. |

|  |  |
| --- | --- |
| **39. Кем Вы работаете в настоящее время?** | 1 ответ |

1. **Не работаю вообще**:

а). Студент(ка);

б). Пенсионер(ка);

в). Домохозяйка;

г). Безработный(ая).

2. Руководитель высшего и среднего звена;

3. Руководитель подразделения (отдела, сектора, главбух, зав. кафедрой, военные в зависимости от занимаемой должности);

4. Служащий (секретарь, кассир, нижнее звено аппарата управления, армии и милиции);

5. Рабочий(ая) (любой квалификации);

6. Предприниматель;

7. Другое: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |
| --- | --- |
| **40. В какой сфере Вы работаете?** | 1 ответ |

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Строительство, транспорт, связь, коммунальное хозяйство | 6. Нефтегазовая отрасль, геология |
| 2. Государственное, муниципальное управление | 7. Энергетика |
| 3. Культура, наука, образование, здравоохранение, СМИ | 8. Сельское, лесное хозяйство |
| 4. Сфера услуг, торговля, финансы | 9. Другое |
| 5. Военнослужащий, правоохранительные органы |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **41. Ваше семейное положение?** | 1 ответ |

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Женат (замужем); | 3. Разведён(а); |
| 2. Холост (незамужем); | 4. Вдовец (вдова). |

|  |  |
| --- | --- |
| **42. Как бы Вы оценили материальное положение Вашей семьи?** | 1 ответ |

1. Очень хорошее; 2. Хорошее; 3. Среднее;

4. Плохое; 5. Очень плохое.

**43. Место проживания:**  1. Муниципальный район 2. Город

**БЛАГОДАРИМ ЗА УЧАСТИЕ В ОПРОСЕ!**

Ваше Имя \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ваш контактный телефон \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*Спасибо за участие в опросе!*