Сравнительный аналитический отчет по результатам социологических исследований за 2015,2016 и 2017 г.г. «Изучение поведенческих факторов риска неинфекционных заболеваний

у жителей ХМАО – Югры»

2017

**СОДЕРЖАНИЕ**

[Динамика употребления алкоголя и табака жителями Ханты-Мансийского автономного округа 3](#_Toc431480965)

[Питание, сон и физические нагрузки как фактор развития и возникновения неинфекционных заболеваний 8](#_Toc431480966)

[Состояние здоровья респондентов и отношение к здоровому образу жизни 12](#_Toc431480967)

[ЗАКЛЮЧЕНИЕ 16](#_Toc431480968)

## Динамика употребления алкоголя и табака жителями Ханты-Мансийского автономного округа

Первым рассматриваемым фактором риска развития и появления неинфекционных заболеваний является такая вредная привычка как курение. По сравнению с 2013 годом, количество курящих респондентов сократилось на 9,6% (Таблица 1.1).

Таблица 1.1 «Курите ли Вы?»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 2015 | 2016 | 2017 |
| Да | 31,4% | 28,9% | 29,2% |

В 2015 году количество курящих респондентов составило 31,4%, в 2016году таких респондентов было 28,9%, а в 2017 – 29,2%. Наблюдается небольшое увеличение количества людей, употребляющих табак и сигареты

Если говорить о курении в разрезе пола, то можно говорить о тенденции к сокращению курильщиков среди мужчин на 1,2%, и об увеличении курильщиков среди женщин на 1,8% (Таблица 1.2).

Таблица 1.2 Курение в разрезе пола респондентов

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Пол | 2015 | 2016 | 2017 |
| Мужчины | 41,5% | 37,6% | 36.4% |
| Женщины | 23,1% | 20,2% | 22% |

По сравнению с 2015 годом значительно увеличилось количество людей, употребляющих сигареты и табак более 10 лет, однако сократилось число тех, кто курит менее 1 года (Таблица 1.3).

Следовательно, увеличивается число людей, вовлеченных в употребление табака, отказываются же от табака респонденты, которые курили непродолжительное время.

Таблица 1.3 Продолжительность употребления сигарет и табака

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Количество лет | 2015 | 2016 | 2017 |
| Более 10 лет | 40,7% | 52,3% | 50,4% |
| 5-10 лет | 23,7% | 25,7% | 27,4% |
| 3-4 года | 21,1% | 10,1% | 12,5% |
| 1-2 года | 9,2% | 7,9% | 6,1% |
| Менее 1 года | 5,2% | 4,5% | 3,6% |

Вместе с тем, наблюдается повышение интенсивности употребления табака по сравнению с 2015 годом (т.е. количество выкуриваемых сигарет в день). Увеличилось число людей, выкуривающих 20 и более сигарет. Динамика данного показателя отражена в Таблице 1.4.

Таблица 1.4 Количество сигарет, выкуриваемых в день

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Количество сигарет | 2015 | 2016 | 2017 |
| 1-10 | 58,2% | 41,9% | 43,4% |
| 11-20 | 38,4% | 50,2% | 50% |
| 21-30 | 2,6% | 7,2% | 6% |
| Более 30 | 0,8% | 0,7% | 0,6% |

Что касается курящего окружения респондентов, то тут наблюдается сокращение числа респондентов, в чьем окружении есть курящие люди в сравнении с 2015 годом (Таблица 1.5).

Таблица 1.5 Курящие люди в ближайшем окружении респондентов

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 2015 | 2016 | 2017 |
| Да | 55,4% | 43,4% | 46,6 |
| Нет | 44,6% | 56,6% | 53,4 |
| З/О | \_ | \_ | \_ |

Курение является психологической зависимостью для большей половины респондентов (Таблица 1.6).

Таблица 1.6 «Курение это…?»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 2015 | 2016 | 2017 |
| Физиологическая зависимость | 15,9% | 17,1% | 16,3% |
| Психологическая зависимость | 54,1% | 59% | 55,6% |
| Не является зависимостью | 30% | 23,9% | 28,1% |

Следующим рассматриваемым фактором появления и развития неинфекционных заболеваний является употребление алкоголя. В 2016 году увеличилось количество респондентов, употребляющих алкоголь каждую неделю, но в 2017 эта тенденция пошла на спад. (Таблица 1.7).

Таблица 1.7 «Как часто Вы употребляете алкоголь?»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Частота | 2015 | 2016 | 2017 |
| Каждую неделю | 9,7% | 15,9% | 13,6% |
| Один/несколько раз в месяц | 28,1% | 19,9% | 22,2% |
| Меньше 1 раза в месяц | 28,1% | 17,3% | 16,6% |
| Крайне редко | 22,3% | 25,5% | 24,2% |
| Никогда | 19,6% | 21,4% | 21,4% |

Положительной тенденцией является увеличение числа респондентов, никогда не употребляющих алкоголь. По сравнению с 2015 годом их количество увеличилось на 1,8%.

Тенденция по причинам отказа от употребления алкоголя остается неизменной по сравнению с 2015 годом. Основной причиной для респондентов все также является осознание наносимого вреда организму. Чуть больше половины из тех, кто отказался от употребления алкоголя говорят от отсутствия какой-либо причины (Таблица 1.8).

Таблица 1.8 Причины отказа от употребления алкоголя

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Причины | 2015 | 2016 | 2017 |
| Без причины | 45,1% | 56,3% | 54,7% |
| Проверить силу воли | 23,2% | 7,8% | 11,9% |
| Вред организму | 27,2% | 33,9% | 31,3% |
| На спор | 4,5% | 2% | 2% |

Употребление алкоголя по-прежнему является психологической зависимостью, по мнению примерно трети опрошенных (Таблица 1.9). Больше трети респондентов не считают употребление алкоголя зависимостью.

Таблица 1.9 «Употребление алкоголя это…?»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 2015 | 2016 | 2017 |
| Физиологическая зависимость | 14,2% | 31,3% | 25,9% |
| Психологическая зависимость | 46,5% | 31,4% | 31,4% |
| Не является зависимостью | 39,3% | 37,3% | 40,4% |

В целом можно сказать, что на протяжении последних трех лет наблюдается тенденция к сокращению курящих людей.

Что касается употребления алкоголя, то в 2017 году наблюдается спад употребления в сравнении с 2016 годом, однако этот уровень все же выше, чем в 2015. Это может быть связано с неспокойной ситуацией в стране и мире.

## Питание, сон и физические нагрузки как фактор развития и возникновения неинфекционных заболеваний

Количество респондентов, придерживающихся правил здорового питания, увеличилось на 1,7% по сравнению с 2016 годом (Таблица 2.1)

Таблица 2.1 «Придерживаетесь ли Вы правил здорового питания?»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 2015 | 2016 | 2017 |
| Да, постоянно | 20,4% | 21% | 22,7% |
| Время от времени | 49,5% | 58,2% | 55,4% |
| Нет | 29,5% | 20,8% | 21,9% |

Вместе с этим, количество людей, питающихся фаст-фудом стало таким же, как и в 2015 году. (Таблица 2.2).

Таблица 2.2 «Как часто Вы питаетесь фаст-фудом?»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 2015 | 2016 | 2017 |
| Постоянно | 8,5% | 6% | 8,5 |
| Время от времени | 38,1% | 38% | 37,7 |
| Редко/никогда | 52,9% | 56% | 53,9 |

Количество людей, питающихся всухомятку не изменилось по сравнению с 2016 годом (Таблица 2.3).

Таблица 2.3 «Как часто Вы едите всухомятку?»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 2015 | 2016 | 2017 |
| Постоянно | 11,8% | 13,2% | 13,2 |
| Время от времени | 51,6% | 45,1% | 46,7 |
| Редко/никогда | 36,3% | 41,7% | 40,1 |

Также респонденты стали чаще нерегулярно питаться, т.е. пропускать какой-либо прием пищи. Данный показатель увеличился по сравнению с 2016 годом на 1,4%. (Таблица 2.4).

Таблица 2.4 «Как часто Вы нерегулярно питаетесь?»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 2015 | 2016 | 2017 |
| Постоянно | 14,5% | 17,8% | 19,2% |
| Время от времени | 46,5% | 52,5% | 48,8% |
| Редко/никогда | 38,9% | 29,7% | 32,2% |

Если говорить о положительных составляющих здорового питания, то есть овощи и фрукты респонденты стали меньше, чем в 2016 году на 2,2% (Таблица 2.5).

Таблица 2.5 «Как часто Вы едите овощи, фрукты?»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 2015 | 2016 | 2017 |
| Постоянно | 48,9% | 61,6% | 59,4% |
| Время от времени | 38,1% | 32,6% | 34,1% |
| Редко/никогда | 13% | 5,8% | 6,5% |

Что касается соблюдения умеренности в еде, и избегания диетических стрессов, тенденция остается практически неизменной (Таблица 2.6, Таблица 2.7 соответственно).

Таблица 2.6 «Как часто Вы соблюдаете умеренность в еде?»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 2015 | 2016 | 2017 |
| Постоянно | 31,6% | 38,5% | 37,7% |
| Время от времени | 47,2% | 47% | 46,1% |
| Редко/никогда | 21,2% | 14,5% | 16,1% |

Таблица 2.7 «Как часто Вы избегаете диетических стрессов?»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 2015 | 2016 | 2017 |
| Постоянно | 30,3% | 32,1% | 32% |
| Время от времени | 37,1% | 34,1% | 36,8% |
| Редко/никогда | 32,5% | 33,8% | 31,2% |

Следующим фактором развития и появления неинфекционных заболеваний является сон. В 2017году наблюдается рост количества респондентов, которые отмечают, что соблюдают режим сна и отдыха благодаря выработанному режиму (Таблица 2.8).

Таблица 2.8. «Хорошо ли Вы высыпаетесь?»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 2015 | 2016 | 2017 |
| Да, у меня выработан режим | 28,3% | 23,1% | 26,3% |
| В целом да, но бывают редкие случаи недосыпа | 43,3% | 51,8% | 48% |
| Чаще нет | 24,7% | 21,3% | 23,3% |
| Очень плохо сплю, бессонница | 3,5% | 3,8% | 2,4% |

По сравнению с 2016 годом, количество респондентов, регулярно занимающихся спортом и физическими нагрузками, уменьшилось на 2,4% (Таблица 2.9).

Таблица 2.9 «Занимаетесь ли Вы спортом и физическими нагрузками?»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 2015 | 2016 | 2017 |
| Да, регулярно | 16,8% | 20,4% | 18% |
| Время от времени | 35,4% | 32,2% | 32,8% |
| Редко | 28,4% | 24% | 26,5% |
| Никогда | 19% | 23,4% | 22,7% |

В целом можно сказать, что по таким факторам как питание, сон и занятия спортом и физическими нагрузками имеют положительную динамику в сравнении с 2015 годом, однако в 2016 году количество людей, придерживающихся правильного и здорового питания, соблюдающих режим сна и отдыха, а также занимающихся спортом и физическими нагрузками было больше.

## Состояние здоровья респондентов и отношение к здоровому образу жизни

Если говорить о специфике профессиональной деятельности респондентов, то количество людей, чья деятельность в первую очередь связана с сидячей работой/учебой сократилось на 3,2% по сравнению с 2016 годом. (Таблица 3.1).

Таблица 3.1. «Ваша профессиональная деятельность подразумевает?»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 2015 | 2016 | 2017 |
| Сидячую работу/учебу | 49,2% | 58,8% | 55,6% |
| Работу, связанную с физическими нагрузками | 46,9% | 41,2% | 44,4% |

В 2017 году количество респондентов, считающих свой образ жизни здоровым, увеличилось на 3,9% по сравнению с предыдущим годом (Таблица 3.2).

Таблица 3.2 «Считаете ли Вы свой образ жизни здоровым?»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 2015 | 2016 | 2017 |
| Да | 19% | 19,1% | 23% |
| Скорее да | 48,6% | 53,1% | 51,1% |
| Скорее нет | 25,9% | 24,1% | 21,3% |
| Нет | 6,2% | 3,7% | 4,6% |

Потребность респондентов в информации о правилах здорового образа жизни также сокращается. Острую актуальность такой информации в 2017году подчеркивают 5,8% опрошенных, что на 1,7% выше, чем в 2016 (Таблица 3.3).

Таблица 3.3 Потребность респондентов в информации о правилах ЗОЖ

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 2015 | 2016 | 2017 |
| Да, остро | 9,8% | 4,1% | 5,8% |
| Не была бы лишней | 26,2% | 26,1% | 24,8 |
| Я осведомлен о правилах ЗОЖ | 33,4% | 30,4% | 31,7 |
| Не интересует | 30,4% | 39,4% | 37,8 |

Если говорить об эффективности мер пропаганды здорового образа жизни, то эффективность таких мер как строительство спортивных площадок во дворах и проведение спортивных массовых мероприятий снизилась по в 2017 году. Лекции и беседы, а также реклама СМИ, по мнению респондентов, стали более эффективными мерами. (Таблица 3.4).

Таблица 3.4 Эффективность мер пропаганды ЗОЖ

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Меры | 2015 | 2016 | 2017 |
| Строительство спортивных площадок | 38,7% | 38,9% | 25,5% |
| Спортивные массовые мероприятия | 37,8% | 44% | 24,4% |
| Буклеты, брошюры | 20,9% | 15,5% | 17,3% |
| Лекции и беседы | 27,9% | 21,2% | 48,3% |
| Реклама в СМИ | 25,9% | 28,2% | 43% |

В 2017 году сократилось количество респондентов, оценивающих свое состояние здоровья как отличное (на 1%), очень хорошее (на 2,7%). Вместе с этим незначительно снизилось количество респондентов, считающих свое здоровье плохим – на 0,2% по сравнению с 2016 годом (Таблица 3.5).

Таблица 3.5 Состояние здоровья респондентов

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 2015 | 2016 | 2017 |
| Отличное | 12,9% | 12,4% | 11,4% |
| Очень хорошее | 26,8% | 16% | 18,7% |
| Хорошее | 43,8% | 57,5% | 55,6% |
| Посредственное | 14,9% | 12,6% | 13,1% |
| Плохое | 1,3% | 1,5% | 1,3% |

Увеличилось количество респондентов, считающих, что их состояние здоровья стало лучше по сравнению с предыдущим годом на 1,9%. Незначительно увеличилось число респондентов, считающих, что их здоровье стало хуже. (Таблица 3.6).

Таблица 3.6 Изменение состояния здоровья респондентов

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 2015 | 2016 | 2017 |
| Значительно лучше | 13,9% | 14,8% | 17,7% |
| Такое же | 65,8% | 72,1% | 68,3% |
| Несколько хуже | 2,6% | 12,5% | 13,1% |
| Гораздо хуже | – | 0,6% | 0,9% |

В целом можно сказать, что состояние здоровья респондентов в за последние три года практически не меняется. Растет количество людей, считающих свой образ жизни здоровым.

Также сокращается потребность респондентов в информации о правилах здорового образа жизни, а самыми эффективными мерами пропаганды, по мнению респондентов, являются проведение спортивных массовых мероприятий и строительство спортивных площадок во дворах.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На основании проведенных социологических исследований в 2015, 2016 и 2017 годах, а также проведенного сравнительного анализа основных показателей данных исследований можно сделать следующие выводы:

1) На протяжении последних трех лет наблюдается тенденция к сокращению количества людей, употребляющих алкоголь и сигареты, однако стоит отметить, что в сравнении с 2016 годом в 2017 году количество таких людей незначительно возросло, но по сравнению с 2015 годом уровень людей, употребляющих алкоголь и сигареты ниже. Также снижается не только общее количество людей, имеющих вредные привычки, но и сокращается интенсивность употребления алкоголя и сигарет;

2) Появление и развитие неинфекционных заболеваний как питание, сон и занятия спортом и физическими нагрузками имеют положительную динамику. Увеличивается количество людей, придерживающихся правильного и здорового питания, соблюдающих режим сна и отдыха, а также занимающихся спортом и физическими нагрузками;

3) Состояние здоровья респондентов год от года практически не меняется. Растет количество людей, считающих свой образ жизни здоровым. Также сокращается потребность респондентов в информации о правилах здорового образа жизни, а самыми эффективными мерами пропаганды, по мнению респондентов, являются лекции и беседы о здоровом образе жизни и реклама в СМИ

Всё это показывает положительную динамику в плане развития и появления неинфекционных заболеваний у жителей округа.