Автор: В.В.Лазаревич, врач - валеолог отдела общественного здоровья ГУ «Речицкий ЗЦГЭ»

Для определения эффективности деятельности организаций здравоохранения Речицкого района по формированию здорового образа жизни населения района проведен социологический опрос методом случайной выборки.

Количество респондентов: 20 человек.

Пол: мужской - 1 человек; женский - 19 человек.

Возраст от 20 до 50 лет.

Проведенный анализ представленных анкет показал, что только 10% (2 человека) оценивают свое состояние своего здоровья как плохое, при этом 6 человек (30%) указывают, что имеют хронические заболевания.

Для 19 человек (95%) главным в жизни являются дети, 17 респондентов (85%) приоритет отдают здоровью и 15 опрошенных (75%) считают семейные отношения важными для сохранения здоровья.

По мнению 10 человек (50%) полноценный отдых и отказ от вредных привычек оказывают благоприятное влияние на здоровье человека, а 15 респондентов (75%) убеждены, что правильное питание является главным в сохранении здоровья человека.

Большинство респондентов 12 человек (60%) читает, что наибольший вред

здоровью человека наносит экологическая обстановка, а также качество питания (40%) и условия труда (35%).

Больше внимания стали уделять своему здоровью 9 человек (45%), а 6 человек (30%) считает,что своему здоровью уделяют недостаточно внимания.

Основная масса респондентов 15 человек (75%) считает главным в сохранении и укреплении своего здоровья соблюдение правил личной гигиены.

При появлении первых признаков заболевания к врачу обращается только 50% опрошенных.

Из всех респондентов 10 человек умеют измерять артериальное давление, температуру и умеют определять начальные симптомы заболевания.

При организации своего питания 13 человек (65%) соблюдают умеренность в потреблении продуктов питания и 12 человек (60%) следят за сроком годности употребляемых продуктов.

Вместе с тем 6 человек (30%) никакими правилами потребления продуктов не руководствуются.

Овощи и фрукты 3 - 4 раза в неделю и чаще употребляет 13 человек (65%), а морепродукты употребляют очень редко 14 человек (70%) от числа респондентов.

Ежедневно свободное время основная масса респондентов, 12 человек (60%), проводит у телевизора, занимается домашней работой 13 человек (65%),физическими упражнениями занимается только 2 (10% опрошенных).

На момент проведения анкетирования 15 человек (75%) не курили. У тех, кто курит - 80% имеют желание бросить курить.

Алкогольные напитки участники анкетирования употребляют умеренно, так крепкие алкогольные напитки употребляет несколько раз в месяц только 1 человек (5%).

Основная масса респондентов 16 человек (80%) для снятия напряженности и усталости использует сон, 13 человек (65%) также пользуются просмотром программ ТВ, видео и прослушиванием музыки. Четверть (25%) респондентов предпочитают посещение храма.

Имеют постоянного сексуального партнера 17 человек (75%) и 15 человек (75%) опрошенных отрицают случайные половые связи.

Основным методом защиты от ИППП и СПИДа 15 человек (75%) респондентов считает наличие постоянного полового партера.

Правила дорожного движения соблюдают 11 человек или 55%, а технику безопасности при работе с движущимися, вращающимися и другими электроприборами соблюдает 85% опрошенных.

Как оказать первую медицинскую помощь знает только 9 человек (45%).

Таким образом, на основании всего вышесказанного, можно сделать следующие выводы:

1.Жители района интересуются состоянием своего здоровья.

2.Респонденты считают, что способствуют укреплению и сохранению здоровья безопасные экологические условия проживания, нормальные семейные отношения, отказ от вредных привычек, правильное рациональное питание и полноценный отдых.

3. Основа здоровья - соблюдение правил личной гигиены.

4. Население не в полной мере доверяет медицинским работникам.

5. Жители достаточно информированы по вопросам здорового образа жизни. Ориентируются в вопросах профилактики ИППП и СПИДа.