

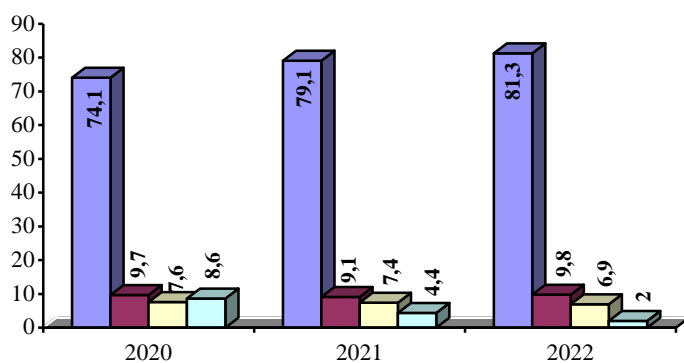
Мониторинг поведенческих факторов риска 2023 год

В соответствии с планом работы Межведомственного совета по формированию здорового образа жизни, контролю за неинфекционными заболеваниями, предупреждению и профилактике пьянства, алкоголизма, наркомании и потребления табачного сырья и табачных изделий в текущем году среди жителей Могилёвского района продолжен мониторинг с целью выявления распространённости поведенческих факторов риска развития хронических неинфекционных заболеваний.

Всего опрошено 480 человек, из них 32,2% мужчины и 67,8% женщины. Превалирует возрастная группа лиц в возрасте от 51 года (54,1%), категория среднего возраста составила 39%, молодое поколение – 6,9%. Таким образом, половозрастная структура на протяжении 3 последних лет остаётся практически неизменной.

При оценке ответов на вопрос «Как Вы оцениваете состояние своего здоровья?» установлено: 81,3% оценивают своё состояние здоровья как удовлетворительное 9,8% – как хорошее 6,9 – как плохое. 2% опрошенных

Самооценка состояния здоровья



■ Удовлетворительное ■ Хорошее ■ Плохое ■ Затрудняюсь ответить

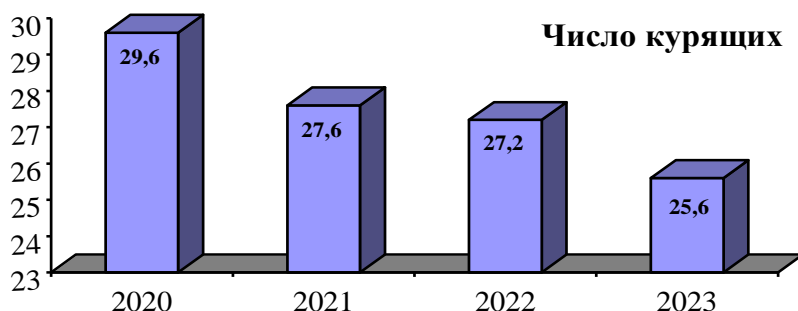
затруднились оценить состояние своего здоровья. За 3 года число лиц, затрудняющихся в самооценке своего здоровья, снизилось на 6,6%; число оценивающих своё здоровье как «удовлетворительное» выросло на 7,1%; а как «плохое» - снизилось на 1%.

При этом установлено, что, по данным мониторинга, на 1,4% снизилось число лиц,

которые ответили, что ничего не делают для сохранения и укрепления своего здоровья (8,7%). Для сравнения – в 2021 году их число составляло 10,1%. Основная масса населения Могилёвского района в разной степени старается заботиться о своём здоровье: большинство соблюдают правила личной гигиены, не курят, много времени проводят на свежем воздухе, не злоупотребляют спиртным, стараются соблюдать режим труда и отдыха, смотрят программы о здоровье, выполняют рекомендации врачей, сохраняют позитивный настрой и др.

При анализе подверженности факторам риска, приводящим к формированию хронических неинфекционных заболеваний, в сравнении с прошлым годом, отмечено:

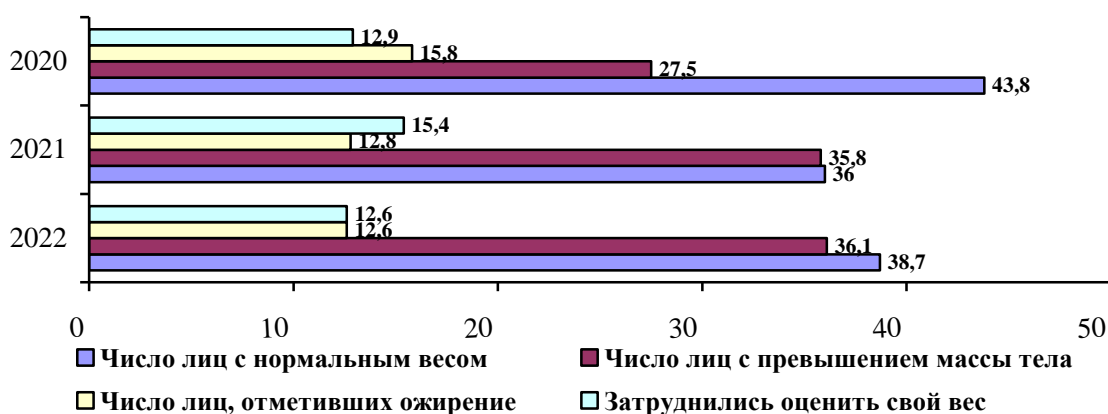
- по количеству курящих – снижение на 1,6% по сравнению с 2022 годом. За 4 последних года наблюдается стабильная тенденция к снижению числа курильщиков среди жителей Могилёвского района.



- на 3,2%, по данным опроса уменьшено число лиц, страдающих ожирением, а вот число лиц, отметивших лишний вес, выросло на 8,6% в сравнении с 2020 годом и осталось практически неизменным в сравнении с предыдущим годом.

- почти на 20% повысился уровень достаточной двигательной активности

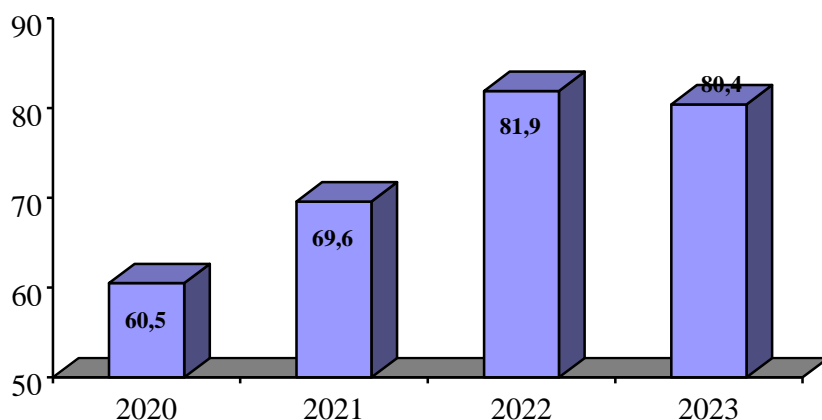
Оценка массы тела



среди населения Могилёвского района. В 2023 году 80,4% указали, что имеют достаточную физическую активность (не менее 20 минут в день посвящают физическим упражнениям, ходьбе, бегу, танцам, спорту и т.д.).

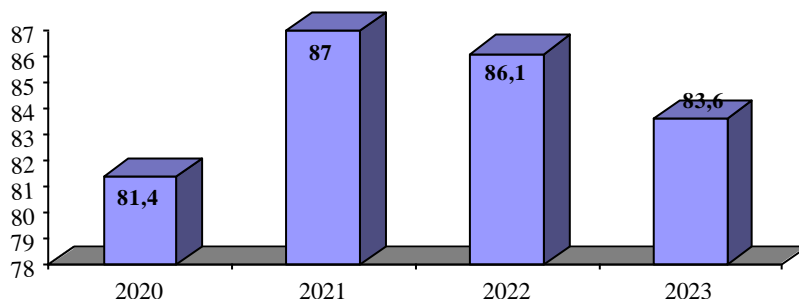
На протяжении 3 последних лет наблюдается тенденция снижения числа

Число лиц, отметивших достаточную физическую активность



лиц, употребляющих алкогольные напитки. По данным опроса 2023 года, в Могилёвском районе употребляют алкоголь 83,6% населения, что на 2,5% меньше, чем в 2022 году и на 3,4% меньше, чем в 2021 году. Основная масса (около 60%) употребляют «несколько раз в год (по праздникам)», около трети - «несколько раз в месяц», остальные - «несколько раз в неделю». Данное

Число лиц, подтвердивших употребление алкоголя с различной степенью интенсивности



соотношение сопоставимо с уровнем прошлого года.

Кроме того, по-прежнему низким остаётся процент лиц, употребляющих в пищу в достаточном количестве рыбу, овощи и фрукты: лишь каждый десятый съедает достаточное количество овощей и фруктов (не менее 500г, рекомендованных ВОЗ) и не менее 2 раз в неделю ест рыбу и морепродукты.