Автор: Д.И.Анисимов, психолог отдела общественного здоровья ГУ «Речицкий ЗЦГиЭ»



Специалистами Речицкого зонального центра гигиены и эпидемиологии было проведено социологическое исследование посредством анкетирования работников государственных предприятий и учреждений по вопросам употребления психоактивных веществ и формирования здорового образа жизни. Количество опрошенных 500 человек. Возрастной контингент от 16 до 61 года
и старше.

По результатам анкетирования можно сделать следующие выводы: свое здоровье как «хорошее» оценивают 194 человека (38,8%), «удовлетворительное» 277 человек (55,4%), что составляет подавляющее большинство. Здоровый образ жизни для многих это отказ от вредных привычек 320 респондентов (64%), оптимальный двигательный режим 253 опрошенных (50,6%), и рациональное питание 251 участник (50,2%). Положительные эмоции и занятия физической культурой и спортом набрало 234 голоса (46,8%), что свидетельствует о тесной взаимосвязи психологического и физического здоровья в целом.

Полностью не приемлют алкоголь 178 человек (35,6%), тогда как 322 респондента (60,4%) не против умеренного употребления алкогольных напитков по случаю важных событий, в компании с друзьями для поддержания хорошего настроения. Не пробовали наркотические вещества 465 опрошенных (93%), что является положительной тенденцией по данной шкале. Не менее интересным представляется отношение участников к табакокурению. Никогда не пробовали закурить 245 работников госучреждений (49%), полностью отказались от сигарет 105 человек (21%).

На вопрос о наличии хронических заболеваний 359 респондентов (71,8%) заявили отрицательно, в тоже время 136 опрошенных (27,2%) отмечают заболевания желудочно-кишечного тракта, печени и почек.

Наиболее частое обращение было отмечено к врачам терапевтического и урологического профиля 161 человек (32,2%).

Источником информации в области здоровья для многих является интернет, так 305 участников (61%) отдают предпочтение всемирной паутине. В тоже время советуются с врачами и специалистами 166 респондентов (33,2%), черпают информацию через СМИ 162 опрошенных (32,4%).

Таким образом, учитывая все вышеизложенное можно с уверенностью сказать, что вопросы по формированию здорового образа жизни остаются актуальными и востребованными на сегодняшний день. Необходимо понимать, что многие заболевания есть результат неправильного питания, отсутствия двигательной активности, злоупотребление никотином и алкоголем. Тем не менее, пропаганда физической активности, занятий спортом и здорового питания являются социально значимой позицией в современном обществе, направленной на улучшение как физического, так и психического здоровья населения.