SVEIKESNĖ VISUOMENĖ KLAIPĖDOS RAJONE - SUAUGUSIŲJŲ GYVENSENA PER 10 METŲ PAGERĖJO

Neringa Tarvydienė¹, Monika Steponkienė²

¹Klaipėdos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, Klaipėdos universitetas,

²Klaipėdos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

Raktažodžiai: gyven sena, socioekonominiai rodikliai, sveikatos netolygumai, pokyčiai.

Santrauka

Tyrimo tikslas – nustatyti Klaipėdos rajono suaugusiųjų gyventojų sveikos gyven senos pokyčius per 10 metų.

Metodai. Klaipėdos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras nuo 2007 m. sistem ingai vykdo savo suaugusiųjų gyventojų gyven senos tyrimus (2011 m., 2014 m.). 2018 m. visos Lietuvos mastu buvo vykdomas suaugusiųjų gyventojų gyven senos tyrimas, kurį koordinavo Higienos institutas, o anketinę apklausą Klaipėdos rajone vykdė Klaipėdos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras. Apklaus a kaimo ir miesto teritorijose buvo vykdoma skirtingai pagal metodologiją. Tyrimo populiacija – 18 metų amžiaus ir vyresni asmenys. Tyrimo imtis buvo apskaičiuota atsižvelgiant į populiacijos dydį, pasirinkus 5 proc. paklaidą ir 95 proc. tikimybę. Surinkti anketinės apklausos duomenys analizuoti SPSS 17.0 statistinių programų paketu.

Rezultatai. Žalingų įpročių pokyčiai. 2018 m., palyginus su 2011 m., kasdien ir retkarčiais rūkančiųjų sumažėjo nuo 59,9 proc. iki 29,1 proc. Vyr ai rūko daugiau nei moterys ($p < 0,0001$ ir $p < 0,05$). Pradinį, pagrindinį išsilavinimą turintys asmenys daugiau rūko nei respondentai, turintys aukštąjį išsilavinimą ($p < 0,05$ ir $p < 0,0001$). 2018 m., palyginus su 2014 m., bet kokio alkoholinio gėrimo vartojimas du ir daugiau kartų per savaitę sumažėjo 18,9 proc.

Mitybos įpročių pokyčiai. 2018 m. daugiau nei pusė apklaustųjų paprastai pusryčiauja ir tai yra 42,5 proc. daugiau nei 2014 m. ($p < 0,0001$). 2018 m., palyginus su 2014 m., šviežių daržovių vartojimas mažiausiai 3 kartus per savaitę padidėjo 33,5 proc. ($p < 0,0001$). Moterys daugiau nei vyr ai valgo šviežias daržoves ($p < 0,05$). Aukštąjį išsilavinimą turintys asmenys daugiau vartoja šviežias daržoves nei turintys vidurinį ar

pradinį, pagrindinį išsilavinimą ($p < 0,0001$ ir $p < 0,05$). Fizinio aktyvumo pokyčiai. 2018 m., palyginus su 2007 m., fizinis aktyvumas mažiausiai 4 kartus per savaitę padidėjo nuo 21,9 proc. iki 50,7 proc. ($p < 0,0001$). Vyr ai yra aktyvesni nei moterys ($p < 0,05$ ir $p < 0,0001$).

Sveikatos pokyčiai. Kas antras apklaustas gyventojas savo sveikatą vertina gerai ir tai 27,4 proc. daugiau nei 2011 metais ($p < 0,0001$). Aukštąjį išsilavinimą turintys asmenys savo sveikatą vertina geriau nei respondentai, kurie turi pradinį, pagrindinį išsilavinimą ($p < 0,05$). Daugiau dirbantys asmenys savo sveikatą vertina gerai nei bedarbiai, studentai, moksleiviai, pensininkai, namų šeimininkės ($p < 0,05$).

Išvados. Per 10 metų Klaipėdos rajone vykdyta visuomenės sveikatos kartu su kitais sektoriais veikla teigiamai veikia gyventojų sveikos gyven senos pokyčius.

Išvada

Gyven sena ir elgsena labiausiai nulemia žmogaus sveikatos būklę [1-2]. Lietuvos sveikatos 2014 – 2025 m. strategijos tikslas yra pasiekti, kad 2025 m. šalies gyventojai būtų sveikesni ir pailgėtų jų gyvenimo trukmė, pagerėtų gyventojų sveikata ir sumažėtų sveikatos netolygumai [3]. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2014 m. liepos 16 d. Nr. V-815 patvirtintame Sveikatos netolygumų mažinimo Lietuvoje 2014-2023 m. veiksmų plane sveikatos netolygumai apibrėžiami kaip „diferenciacija tarp žmonių pagal sveikatos būklės (mirtingumo, būsimo gyvenimo trukmės rodikliai) skirtumus ir (ar) nevienodą sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumą, kurį sąlygoja gyvenamoji vieta, pajamos ir kitos priežastys“ [4]. Remiantis 2017 m. atliktu Eurobarometro tyrimu, 29 proc. 15 m. ir vyresnio amžiaus Lietuvos gyventojų yra rūkantys [5]. Pagal RARHA SEAS 2016 m. atliktą tyrimą, Lietuvoje 31,1 proc. 18-64 m. asmenų bent kartą per savaitę vartojo alkoholinius gėrimus [6]. Remiantis 2016 m. bendrovės „Spinter tyrimai“ atliktu Lietuvos gyventojų fizinio aktyvumo tyrimu, 15 proc. 15-74

m. amžiaus respondentų mankštinausi mažiausiai 3 kartus per savaitę [7].

Klaipėdos rajono savivaldybė išsiskiria iš visų savivaldybių Lietuvoje kaip viena pirmųjų įsteigusių visuomenės sveikatos biurą (nuo 2007 metų), sistemingai dirbanti gerinant sąlygas gyventojų sveikatos stiprinimui. Visi pokyčiai rajone pradėti planuoti remiantis 2007 metų tyrimo rezultatais ir kas trejus metus vertinti pokyčiai. Sprendimai susiję su gyventojų sveikatos stiprinimo prioritetais, veiklomis. Pirmą buvo priimami politinių lygmeniu, suderinami su kitais sektoriais, atsižvelgiama į nacionalinius prioritetus ir priimamus sprendimus. Paskutinį kartą Klaipėdos rajono savivaldybės taryba sveikatinimo veiklos prioritetus patvirtino 2015-2018 metams - tai fizinio aktyvumo, sveikos mitybos skatinimas, rūkymo ir alkoholio vartojimo mažinimas, siekiant stiprinti savivaldybės gyventojų sveikatą bei mažinti sveikatos netolygumus (2015 m. gegužės 28 d. sprendimas Nr. T11-155) [8]. Klaipėdos rajono savivaldybės visuomenės

1 pav. Respondentų, kurie kasdien ir retkarčiais rūko, pasiskirstymas pagal lytį (proc.).

2 pav. Respondentų, kurie kasdien ir retkarčiais rūko, pasiskirstymas pagal išsilavinimą (proc.).

sveikatos biuro sistemingai vykdomi suaugusiųjų gyventojų gyvenimo tyrimai padeda įvertinti visuomenės sveikatos priežiūros paslaugų, orientuotų į suaugusius gyventojus ir vietinės sveikatos politikos, nukreiptos į suaugusiųjų gyventojų sveikatos gerinimą, efektyvumą.

Tyrimo tikslas – nustatyti Klaipėdos rajono suaugusiųjų gyventojų sveikatos gyvenimo pokyčius per 10 metų.

Tyrimo medžiaga ir metodai

Klaipėdos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras nuo 2007 m. sistemingai vykdo savo suaugusiųjų gyventojų gyvenimo tyrimus (2011 m., 2014 m.). 2018 metais visos Lietuvos mastu buvo vykdomas suaugusiųjų gyventojų gyvenimo tyrimas, kurį koordinavo Higienos institutas, o apklausas atliko savivaldybių visuomenės sveikatos biurų specialistai. Nuo balandžio mėnesio 17 d. iki gegužės mėnesio 25 d. suaugusiųjų gyventojų gyvenimo tyrimo apklausa vyko Klaipėdos rajono savivaldybėje. Apklausa kaimo ir miesto teritorijose buvo vykdoma skirtingai pagal

3 pav. Respondentų, kurie kasdien ir retkarčiais rūko, pasiskirstymas pagal šeimines padėtis (proc.).

4 pav. Respondentų, kurie kasdien ir retkarčiais rūko, pasiskirstymas pagal pagrindinį užsiėmimą (proc.).

metodologiją. Gargžduose apklausai vykdyti buvo sudaromas abėcėlinis gatvių sąrašas ir, naudojant atsitiktinių skaičių generatorių, atrinkamos gatvės. Atrinkose gatvėse buvo pasirenkami namai su nelyginiais numeriais. Jei pasirinktas namas buvo daugiabutis, tuomet jame pasirinktas kas antras nelyginis butas. Kaimuose ir miesteliuose atsitiktinai buvo pasirenkama gatvė ir aplankomas kiekvienas namas. Daugiau- bučiuose namuose pasirinkti nelyginiai butai. Kiekviename name ar bute respondentas atrinkamas atsitiktinai, vadovaujantis „paskutinio gimtadienio“ taisykle, t. y. jei name gyvena daugiau nei vienas 18 metų ir vyresnis asmuo, atrinkamas tas, kuris gimtadienį šventė paskutinis.

Tyrimo populiacija – 18 metų amžiaus ir vyresni asmenys. Tyrimo imtis buvo apskaičiuota atsižvelgiant į populiacijos dydį, pasirinkus 5 proc. paklaidą ir 95 proc. tikimybę. 2007 m. tyrime dalyvavo 387 asmenys, 2011 m. – 386, 2014 m. – 394, 2018 m. – 419 suaugusiųjų gyventojų. Tyrimo metu apklausta 51,6 proc. moterų ir 48,4 proc. vyrų. Pagal

5 pav. Respondentų, kurie bet kokį alkoholinį gėrimą vartoja du ir daugiau kartų per savaitę, pasiskirstymas pagal lytį (proc.).

6 pav. Respondentų, kurie bet kokį alkoholinį gėrimą vartoja du ir daugiau kartų per savaitę, pasiskirstymas pagal gyvenamąją vietą (proc.).

gyvenamąją vietą 55,1 proc. respondentų sudarė miestelio gyventojai, miesto – 27,7 proc., kaimo – 17,2 proc. Daugiausia apklausta 45-54 metų amžiaus gyventojų.

Surinkti anketinės apklausos duomenys buvo analizuo-

7 pav. Respondentų, kurie bet kokį alkoholinį gėrimą vartoja du ir daugiau kartų per savaitę, pasiskirstymas pagal išsilavinimą (proc.).

8 pav. Respondentų, kurie bet kokį alkoholinį gėrimą vartoja du ir daugiau kartų per savaitę, pasiskirstymas pagal šeiminių padėčių (proc.).

9 pav. Respondentų, kurie mažiausiai 3 kartus per savaitę vartoja šviežias daržoves, pasiskirstymas pagal lytį (proc.).

jami SPSS 17.0 statistinių programų paketu ir „Ms Excel“ programa. Duomenų analizėje taikytas Chi kvadrato kriterijus. Skirtumas tarp grupių laikytas statistiškai reikšmingu, kai $p < 0,05$.

Tyrimo rezultatai ir jų aptarimas

Rūkymo pokyčiai (kasdien ir retkarčiais). 2018 m., palyginus su 2011 m., kasdien ir retkarčiais rūkančiųjų sumažėjo nuo 59,9 proc. iki 29,1 proc. ($p < 0,0001$). Vyrų rūko daugiau nei moterys ($p < 0,0001$ ir $p < 0,05$). 2018 m., palyginus su 2007 m., sumažėjo rūkymo skirtumas tarp vyrų ir moterų (1 pav.). 2018 m., palyginus su 2007 m., padidėjo rūkymo skirtumas tarp miesto ir kaimo gyventojų. Nuo 2011 miesto gyventojai kasdien ir retkarčiais rūko mažiau ($p < 0,0001$).

Pradinį, pagrindinį išsilavinimą turintys asmenys daugiau rūko kasdien ir retkarčiais nei aukštąjį išsilavinimą turintys ($p < 0,05$ ir $p < 0,0001$). 2018 m., palyginus su 2007 m., sumažėjo rūkymo skirtumas tarp aukštąjį ir vidurinį išsilavinimą

10 pav. Respondentų, kurie mažiausiai 3 kartus per savaitę vartoja šviežias daržoves, pasiskirstymas pagal gyvenamąją vietą (proc.).

11 pav. Respondentų pasiskirstymas pagal tai, kurie mažiausiai 3 kartus per savaitę vartoja šviežias daržoves, pagal išsilavinimą (proc.).

turinčių asmenų, tačiau padidėjo skirtumas tarp aukštąjį ir pradinį, pagrindinį išsilavinimą turinčių asmenų (2 pav.).

2018 m., palyginus su 2007 m., sumažėjo rūkymo skirtumas tarp išsiskyrusių, našlių ir nevedusių, netekėjusių, tačiau padidėjo skirtumas tarp išsiskyrusių, našlių ir vedusių,

12 pav. Respondentų, kurie mažiausiai 3 kartus per savaitę vartoja šviežias daržoves, pasiskirstymas pagal šeiminių padėtį (proc.).

13 pav. Respondentų, kurie mažiausiai 4 kartus per savaitę 30 min. užsiima energinga fizine veikla, pasiskirstymas pagal lytį (proc.).

14 pav. Respondentų, kurie mažiausiai 4 kartus per savaitę 30 min. užsiima energinga fizine veikla, pasiskirstymas pagal gyvenamąją vietą (proc.).

ištekėjusių, gyvenančių nesusituokus. Nuo 2011 m. mažiau rūko kasdien ir retkarčiais išsiskyrę, našliai ir vedę, ištekėjusios, gyvenantys nesusituokę ($p < 0,05$ ir $p < 0,0001$) (3 pav.).

2018 m., palyginus su 2007 m., padidėjo rūkymo skirtumas tarp dirbančių ir bedarbių, studentų, moksleivių, pensininkų, namų šeimininkių. Nuo 2011 m. mažiau kasdien ir retkarčiais rūko tiek dirbantys, tiek bedarbiai, studentai, moksleiviai, pensininkai, namų šeimininkės ($p < 0,0001$) (4 pav.).

Pastaba: 2018 m. duomenys per paskutines 30 d.

Bet kokio alkoholio vartojimo pokyčiai (du ir daugiau kartų per savaitę). 2018 m., palyginus su 2014 m., bet kokio alkoholinio gėrimo vartojimas du ir daugiau kartų per savaitę sumažėjo 18,9 proc. ($p < 0,0001$). 2018 m., palyginus su 2007 m., alkoholio vartojimo skirtumas sumažėjo tarp vyrų ir moterų (5 pav.).

2018 m., palyginus su 2007 m., padidėjo alkoholio vartojimo skirtumas tarp miesto ir kaimo gyventojų. Nuo 2014

15 pav. Respondentų, kurie mažiau nei 4 kartus per savaitę 30 min. užsiima energinga fizine veikla, pasiskirstymas pagal išsilavinimą (proc.).

16 pav. Respondentų, kurie mažiau nei 4 kartus per savaitę 30 min. užsiima energinga fizine veikla, pasiskirstymas pagal šeiminių padėtį (proc.).

m. miesto ir nuo 2011 m. kaimo gyventojai mažiau vartoja alkoholinių gėrimų du ir daugiau kartų per savaitę ($p < 0,05$) (6 pav.).

2018 m., palyginus su 2007 m., padidėjo alkoholio vartojimo skirtumas tarp aukštąjį ir vidurinį išsilavinimą turinčių asmenų, tarp pradinį, pagrindinį ir vidurinį išsilavinimą turinčių respondentų. Nuo 2014 m. aukštąjį ir pradinį, pagrindinį išsilavinimą turintys asmenys mažiau vartoja alkoholinių gėrimų du ir daugiau kartų per savaitę ($p < 0,05$ ir $p < 0,0001$) (7 pav.).

2018 m., palyginus su 2007 m., padidėjo alkoholio vartojimo skirtumas tarp nevedusių, netekėjusių ir vedusių, ištekėjusių, gyvenančių nesusituokus. Nuo 2014 m. nevedę, netekėjusios ir vedę, ištekėjusios, gyvenantys nesusituokę mažiau vartoja alkoholinių gėrimų du ir daugiau kartų per savaitę ($p < 0,05$ ir $p < 0,0001$) (8 pav.).

2018 m., palyginus su 2007 m., sumažėjo alkoholio vartojimo skirtumas tarp dirbančių ir bedarbių, studentų, moksleivių, pensininkų, namų šeimininkių. Nuo 2014 m. tiek dirbantys, tiek bedarbiai, studentai, moksleiviai, pen-

17 pav. Respondentų, kurie mažiau nei 4 kartus per savaitę 30 min. užsiima energinga fizine veikla, pasiskirstymas pagal pagrindinį užsiėmimą (proc.).

18 pav. Respondentų, kurie gerai vertina savo sveikatos būklę, pasiskirstymas pagal lytį (proc.).

sininkai, namų šeimininkės mažiau vartoja alkoholinių gėrimų du ir daugiau kartų per savaitę ($p<0,0001$ ir $p<0,05$)

Pastaba: 2018 m. duomenys per paskutines 30 d.

Daržovių vartojimo pokyčiai (mažiausiai 3 kartus per savaitę). 2018 m., palyginus su 2014 m., šviežių daržovių vartojimas mažiausiai 3 kartus per savaitę padidėjo 33,5 proc. ($p<0,0001$). Moterys daugiau nei vyrai valgo šviežias daržoves 3 ir daugiau kartų per savaitę ($p<0,05$) (9 pav.).

2018 m., palyginus su 2007 m., šviežių daržovių vartojimo skirtumas sumažėjo tarp miesto ir kaimo gyventojų. Nuo 2014 m. tiek miesto, tiek kaimo gyventojai daugiau valgo daržoves mažiausiai 3 kartus per savaitę ($p<0,0001$) (10 pav.).

Aukštąjį išsilavinimą turintys asmenys daugiau vartoja šviežias daržoves 3 ir daugiau kartų per savaitę, nei turintys vidurinį ar pradinį, pagrindinį išsilavinimą ($p<0,0001$ ir $p<0,05$) (11 pav.).

2018 m., palyginus su 2007 m., padidėjo daržovių valgymo skirtumas tarp išsiskyrusių, našlių ir nevedusių, netekėjusių, tarp išsiskyrusių, našlių ir vedusių, išteklėjusių. Nuo 2014 m. nevedę, netekėjusios daugiau vartoja šviežias daržoves 3 ir daugiau kartų per savaitę ($p<0,05$) (12 pav.).

Fizinio aktyvumo pokyčiai (mažiausiai 4 kartus per savaitę). 2018 m., palyginus su 2007 m., fizinis aktyvumas mažiausiai 4 kartus per savaitę padidėjo nuo 21,9 proc. iki 50,7 proc. ($p<0,0001$). Padidėjo fizinio aktyvumo skirtumas tarp vyrų ir moterų, vyrai sportuoja daugiau 4 ir daugiau kartų per savaitę nei moterys ($p<0,05$ ir $p<0,0001$) (13 pav.).

Sumažėjo fizinio aktyvumo skirtumas tarp miesto ir kaimo gyventojų. Nuo 2007 m. tiek miesto, tiek kaimo gyventojų, kurie mankština mažiausiai 4 kartus per savaitę, daugėja ($p<0,0001$ ir $p<0,05$) (14 pav.).

2018 m., palyginus su 2007 m., sumažėjo fizinio aktyvumo skirtumas tarp aukštąjį ir pradinį, pagrindinį išsilavinimą turinčių asmenų. Nuo 2007 m. aukštąjį išsilavinimą

turintys asmenys daugiau sportuoja 4 ir daugiau kartų per savaitę ($p<0,05$) (15 pav.).

2018 m., lyginant su 2007 m., padidėjo fizinio aktyvumo skirtumas tarp išsiskyrusių ir vedusių (išteklėjusių), bei tarp išsiskyrusių ir nevedusių (netekėjusių). 2018 m., palyginus su 2007 m., išsiskyrę (-usios), nevedę (netekėjusios) daugiau mankština 4 ir daugiau kartų per savaitę ($p<0,05$ ir $p<0,0001$) (16 pav.).

Nuo 2011 m. dirbantys asmenys ir nuo 2007 m. bedarbiai, studentai, moksleiviai, pensininkai (-ės), namų šeimininkės daugiau sportuoja 4 ir daugiau kartų per savaitę ($p<0,0001$) (17 pav.).

Savo sveikatos vertinimo pokyčiai (savo sveikatą vertina gerai). 2018 m. kas antras apklaustas gyventojas savo sveikatą vertina gerai ir tai 27,4 proc. daugiau nei 2011 metais ($p<0,0001$). 2018 m., palyginus su 2007 m., savo sveikatos vertinimo skirtumas sumažėjo tarp vyrų ir moterų. Nuo 2014 m. moterys ir nuo 2011 m. vyrai savo sveikatą vertina geriau ($p<0,05$ ir $p<0,0001$) (18 pav.). Nuo 2011 m. tiek miesto, tiek kaimo gyventojai savo sveikatą vertina geriau ($p<0,0001$).

20 pav. Respondentų, kurie gerai vertina savo sveikatos būklę, pasiskirstymas pagal šeiminių padėtį (proc.).

19 pav. Respondentų, kurie gerai vertina savo sveikatos būklę, pasiskirstymas pagal išsilavinimą (proc.).

21 pav. Respondentų, kurie gerai vertina savo sveikatos būklę, pasiskirstymas pagal pagrindinį užsiėmimą (proc.).

Aukštąjį išsilavinimą turintys asmenys savo sveikatą vertina geriau nei respondentai, kurie turi pradinį, pagrindinį išsilavinimą ($p<0,05$) (19 pav.).

2018 m., palyginus su 2007 m., padidėjo savo sveikatos vertinimo skirtumas tarp išsiskyrusių, našlių ir nevedusių, netekėjusių, tačiau skirtumas sumažėjo tarp nevedusių, netekėjusių ir vedusių, ištekėjusių, gyvenančių nesusituokus. Nuo 2014 m. išsiskyrę, našliai ir nevedę, netekėjusios geriau vertina savo sveikatą ($p<0,0001$). Nuo 2011 m. daugiau vedusių, ištekėjusių, gyvenančių nesusituokus savo sveikatą vertina gerai ($p<0,05$) (20 pav.).

Dirbantys asmenys savo sveikatą vertina geriau nei bedarbiai, studentai, moksleiviai, pensininkai, namų šeimininkės ($p<0,05$) (21 pav.).

Išvados

1. Per 10 metų Klaipėdos rajone vykdyta visuomenės sveikatos kartu su kitais sektoriais veikla teigiamai veikia gyventojų sveikos gyvensenos pokyčius.

2. Klaipėdos rajone rūkančiųjų kasdien ir retkarčiais, vartojančių alkoholinius gėrimus mažėja.

3. Klaipėdos rajone gerėja gyventojų mitybos įpročiai: daugiau pusryčiaujančių ir valgančių šviežias daržoves asmenų.

4. Klaipėdos rajone gyventojų fizinis aktyvumas padidėjo.

5. Gyventojų, vertinančių savo sveikatą gerai, padaugėjo.

6. Egzistuoja rūkymo, alkoholinių gėrimų vartojimo, daržovių valgymo įpročių, fizinio aktyvumo, savo sveikatos vertinimo netolygumai tarp suaugusių gyventojų pagal socio-ekonominius rodiklius – lytį, gyvenamąją vietą, išsilavinimą, šeiminių padėtį, užimtumą.

Literatūra

- Mc Govern L, Miller G, Hughes-Cromwick P. Health policy brief: the relative contribution of multiple determinants to health outcomes. *Health Affairs* 2014; 4-5.
- Valentienė J., Nedzinskienė L., Liuima V. ir kt. Sveikatos netolygumų stebėseną ir vertinimas. Vilnius, 2016; 6.
- „Dėl Lietuvos sveikatos 2014-2025 metų programos patvirtinimo“: Lietuvos Respublikos Seimo nutarimas 2014 m. birželio 26 d. Nr. XII-964.
- „Dėl sveikatos netolygumų mažinimo Lietuvoje 2014–2023 m. veiksmų plano patvirtinimo“: Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2014 m. liepos 17 d. įsakymas Nr. V-815.
- Attitudes of Europeans towards tobacco and electronic cigarettes. *European Union* 2017; 8.
- Comparative monitoring of alcohol epidemiology across the EU. PARPA – The State Agency for Prevention of Alcohol Related Problems 2016; 76-77.
- Lietuvos gyventojų fizinio aktyvumo tyrimas. Vilnius 2016; 7.
- „Dėl Klaipėdos rajono savivaldybės sveikatinimo veiklos prioritetų 2015-2018 metams nustatymo“: Klaipėdos rajono savivaldybės tarybos 2015 m. gegužės 28 d. sprendimas Nr. T11-155.

A HEALTHY SOCIETY IN KLAIPĖDA REGION – ADULT LIFESTYLE BY TEN YEARS IMPROVED N.Tarvydienė, M.Steponkienė

Keywords: lifestyle, socio-economic indicators, health inequality, change.

Summary

The aim of the study - to determine the changes in healthy lifestyle of the adult population of Klaipėda region by ten years.

Methods. Public Health Bureau of Klaipėda District Municipality since 2007 systematically conducts lifestyle research of adult population (2011, 2014). In 2018 year a lifestyle survey of adults was performed in municipalities of Lithuanian, coordinated by the Hygiene Institute, and a survey in Klaipėda district was performed by Public Health Bureau of Klaipėda District Municipality. The survey in rural and urban areas was performed differently according to the methodology. The study population – persons 18 years and older. The survey sample was calculated by the size of the study population, with a 5 percent error and 95 percent probability. Survey data were analyzed by SPSS 17.0 statistical program.

Results. Changes in harmful habits. In 2018, compared to 2011, daily and occasionally smokers decreased from 59.9 percent to 29.1 percent. Men smoke more than women ($p<0.0001$ and $p<0.05$). People with primary, basic education more smoke than respondents with higher education ($p<0.05$ and $p<0.0001$). In 2018, compared to 2014, the consumption of any alcoholic beverage two and more times a week decreased by 18.9 percent.

Changes in eating habits. In 2018 more than half of those surveyed usually have breakfast and this is 42.5 percent more than in 2014 ($p<0.0001$). In 2018, compared to 2014, the consumption of fresh vegetables at least 3 times a week increased by 33.5 percent ($p<0.0001$). Women eat more vegetables than men ($p<0.05$).

People with higher education more consume fresh vegetables than people with secondary or primary education ($p<0.0001$ and $p<0.05$).

Changes in physical activity. In 2018, compared to 2007, physical activity at least 4 times a week increased from 21.9 percent to 50.7 percent ($p<0.0001$). Men are more active than women ($p<0.05$ and $p<0.0001$).

Health changes. Every second respondent evaluates his health well and this is 27.4 percent more than in 2011 ($p<0.0001$). People with higher education value their health better than respondents with primary, basic education ($p<0.05$). Workers value their health better than the unemployed, students, schoolchildren, retirees, housewives ($p<0.05$).

Conclusions. The activities of public health in cooperation with other sectors in Klaipėda district by ten years have had a positive effect on changes in healthy lifestyle of the population.

Correspondence to:

monika.steponkiene@visuomenessveikata.lt

Gauta 2019-05-16