

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ГРОДНЕНСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР ГИГИЕНЫ,
ЭПИДЕМИОЛОГИИ И ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ»**

**ИЗУЧЕНИЕ РАСПРОСТРАНЕННОСТИ ФАКТОРОВ РИСКА
ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ
СРЕДИ ЛИЦ ТРУДОСПОСОБНОГО ВОЗРАСТА
ГРОДНЕНСКОЙ ОБЛАСТИ**

Обработка первичной информации, анализ
данных и подготовка итоговых документов:
специалист отдела общественного здоровья
Гродненского областного ЦГЭОЗ
Высоцкая М. И.

Актуальность исследования

Одним из приоритетных направлений в сфере здравоохранения является профилактика и ранняя диагностика онкологических заболеваний. Исследование поведенческих установок населения позволит получить объективную информацию и скорректировать поведенческие стратегии здоровьесбережения. Результаты социологического исследования будут использованы для дальнейшего планирования информационно-образовательной работы.

Объект и предмет исследования

Предмет исследования – поведенческие факторы риска онкологических заболеваний.

Объект исследования – трудоспособное население Гродненской области.

Цели и задачи исследования

Цель исследования – изучение распространенности основных факторов риска онкологических заболеваний среди трудоспособного населения Гродненской области.

Основные задачи исследования:

1. Определить факторы риска онкологических заболеваний (табакокурение и алкоголь, питание, физическая активность, стрессоустойчивость) среди трудоспособного населения Гродненской области.
2. Проанализировать различия в распространенности факторов риска в разрезе пола участников социологического опроса.

Методика исследования

Метод исследования – сбор данных методом анонимного анкетирования по месту работы респондентов.

Инструментарий исследования. Опрос проводится с использованием анкеты, содержащей вопросы, касающиеся факторов риска онкологических заболеваний.

Выборка. Для проведения социологического опроса использовалась выборочная совокупность объемом 1255 человек. Квотирование населения в соответствии с зоной проживания, возрастом и полом составлено на основе данных статистического бюллетеня «Половозрастная структура населения Гродненской области на 1 января 2024 года и среднегодовая численность населения за 2023 год».

Среди респондентов лица мужского пола составили 47,3 %, женского – 52,7 %. Возраст участников опроса: 18-29 лет – 18,2 %, 30-39 лет – 29,8 %, 40-49 лет – 28,8 %, 50 лет и более – 23,2 %.

ОПИСАНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ

Одной из задач проводимого опроса являлось изучение отношения респондентов к собственному здоровью. Ответы респондентов показали недостаточно бережное отношение к своему здоровью: доля тех, кто отметил скорее внимательное и заботливое отношение к собственному здоровью составила 70,8 %, скорее безразличное – 14,3 % и скорее расточительное – 14,9 %.

Респонденты женского пола чаще респондентов-мужчин отмечали скорее внимательное и заботливое отношение к собственному здоровью (77,3 % и 63,5 % соответственно) и значительно реже отмечали скорее безразличное отношение (10,0 % и 19,2 % соответственно). Различается в зависимости от пола и число респондентов, скорее расточительно относящихся к собственному здоровью: скорее расточительно относятся к здоровью 17,3 % респондентов-мужчин и 12,7 % респондентов-женщин (таблица 1).

Таблица 1 – Распределение ответов на вопрос «Ваше отношение к своему здоровью» (в % к числу опрошенных, по полу)

	Мужчины	Женщины	Итого
Скорее безразличное	19,2	10,0	14,3
Скорее внимательное и заботливое	63,5	77,3	70,8
Скорее расточительное	17,3	12,7	14,9

При ответе на вопрос «Что Вы лично предпринимаете для сохранения и укрепления здоровья?» 77,2 % опрошенных указали, что соблюдают правила личной гигиены, 58,5 % – не злоупотребляют алкоголем. Также достаточно часто участники опроса используют пассивные формы сохранения и укрепления здоровья: 43,2 % спят не менее 8 часов в сутки, 40,7 % следят за своим весом. Реже респонденты отмечали, что ежедневно делают утреннюю зарядку (19,9 %), занимаются активными видами спорта (18,2 %) и закаливанием организма (13,9 %) (таблица 2).

Таблица 2 – Распределение ответов на вопрос «Что Вы лично предпринимаете для сохранения и укрепления здоровья?» (в % к числу опрошенных, по полу)

	Мужчины	Женщины	Итого
Ежедневно делаю физическую зарядку	17,5	22,1	19,9
Посещаю бассейн, тренажерный зал	24,6	20,0	22,2
Занимаюсь активными видами спорта	22,7	14,2	18,2
Соблюдаю правила личной гигиены	72,6	81,4	77,2
Занимаюсь закаливанием организма	16,5	11,5	13,9
Посещаю баню, сауну	36,2	20,3	27,8
Слежу за своим весом	30,0	50,4	40,7
Не злоупотребляю алкоголем	45,1	70,5	58,5
Сплю не менее 8 часов в сутки	38,6	47,4	43,2
Питаюсь рационально и сбалансировано	28,8	39,6	34,5
Повышаю информированность о сохранении и укреплении здоровья	21,0	34,3	28,0

Респонденты женского пола чаще респондентов-мужчин отмечали, что соблюдают правила личной гигиены (81,4 % и 72,6 % соответственно), не злоупотребляют алкоголем (70,5 % и 45,1 % соответственно), следят за своим весом (50,4 % и 30,0 % соответственно), спят не менее 8 часов в сутки (47,4 % и 38,6 % соответственно), питаются рационально и сбалансировано (39,6 % и 28,8 % соответственно), ежедневно выполняют физическую зарядку (22,1 % и 17,5 % соответственно).

Респонденты мужского пола чаще респондентов-женщин посещают баню, сауну (36,2 % и 20,3 % соответственно), посещают бассейн, тренажерный зал (24,6 % и 20,0 % соответственно), занимаются активными видами спорта (22,7 % и 14,2 % соответственно) и закаливанием организма (16,5 % и 11,5 % соответственно).

28,0 % участников анкетирования при ответе на вопрос «Что Вы лично предпринимаете для сохранения и укрепления здоровья?» отметили вариант ответа «Повышаю информированность о сохранении и укреплении здоровья». Их число составили 34,3 % опрошенных женщин и 21,0 % опрошенных мужчин.

Согласно результатам социологического опроса, значительное число респондентов не всегда придерживается правил и рекомендаций по здоровому питанию (таблица 3): следят за маркировкой, сроком годности употребляемых продуктов 61,1 % опрошенных, принимают пищу не менее трех раз в день 58,5 %, соблюдают умеренность в потреблении продуктов питания 54,8 % и стараются сделать рацион питания максимально разнообразным 39,9 %.

Отметили, что питаются как придется 10,1 % опрошенных. Их долю составили 12,0 % респондентов мужского пола и 8,5 % респондентов женского пола.

Таблица 3 – Распределение ответов на вопрос «Какими правилами Вы руководствуетесь при организации своего питания?» (в % к числу опрошенных, по полу)

	Мужчины	Женщины	Итого
Соблюдаю умеренность в потреблении продуктов питания	42,8	65,7	54,8
Использую йодированную соль	27,3	34,5	31,1
Выпиваю достаточное количество воды (1,5-2 литра в сутки)	43,8	50,2	47,2
Принимаю пищу не менее 3-х раз в день	60,9	56,3	58,5
Стараюсь употреблять продукты с профилактическим эффектом	13,6	26,3	20,3
Слежу за маркировкой, сроком годности употребляемых продуктов	50,2	71,0	61,1
Стараюсь употреблять натуральные продукты (без добавок, консервантов)	29,5	43,4	36,8
Стараюсь сделать рацион питания максимально разнообразным	29,0	49,8	39,9
Питаюсь как придется	12,0	8,5	10,1

Наблюдаются различия в ответах респондентов на вопрос о соблюдении правил питания в зависимости от пола: респонденты женского пола значительно чаще респондентов мужского пола указывали, что следят за маркировкой, сроком годности употребляемых продуктов (71,0 % и 50,2 % соответственно) и соблюдают умеренность при приеме пищи (65,7 % и 42,8 % соответственно). Опрошенные женщины также чаще опрошенных мужчин отмечали, что стараются сделать рацион питания максимально разнообразным (49,8 % и 29,0 % соответственно), употреблять натуральные продукты (без добавок и консервантов) (43,4 % и 29,5 % соответственно) и продукты с профилактическим эффектом (26,3 % и 13,6 % соответственно).

Полученные в ходе опроса данные свидетельствуют о недостаточной физической активности респондентов. Так, прогулки в быстром темпе не менее 20 минут ежедневно совершают 29,3 % опрошенных, несколько раз в неделю – 26,5 %; утреннюю зарядку не менее 15 минут ежедневно делают 15,5 % опрошенных, несколько раз в неделю – 13,5 %. Недостаточно внимания участники опроса уделяют активным занятиям спортом: ежедневно занимаются спортом 2,3 %, несколько раз в неделю – 7,4 %.

Значительная часть респондентов за последние 12 месяцев не совершали прогулок в быстром темпе (13,1 %), не делали утреннюю зарядку (41,0 %), не занимались активными видами спорта (48,2 %) (таблица 4).

Таблица 4 – Распределение ответов на вопрос «Как часто за последние 12 месяцев Вы...» (в % к числу опрошенных, по полу)

<i>Делали утреннюю зарядку (не менее 15 минут)</i>			
	Мужчины	Женщины	Итого
Ежедневно	16,8	14,4	15,5
Несколько раз в неделю	14,3	12,7	13,5
Один раз в неделю	12,1	11,6	11,9
Несколько раз в месяц	15,4	20,6	18,1
Ни разу	41,4	40,7	41,0
<i>Совершали прогулки в быстром темпе не менее 20 минут</i>			
	Мужчины	Женщины	Итого
Ежедневно	28,6	29,8	29,3
Несколько раз в неделю	27,6	25,4	26,5
Один раз в неделю	14,6	14,8	14,7
Несколько раз в месяц	14,8	17,9	16,4
Ни разу	14,3	12,1	13,1
<i>Активно занимались спортом</i>			
	Мужчины	Женщины	Итого
Ежедневно	2,7	2,0	2,3
Несколько раз в неделю	6,1	8,5	7,4
Один раз в неделю	14,5	15,0	14,7
Несколько раз в месяц	23,5	30,9	27,4
Ни разу	53,2	43,6	48,2

Согласно полученным данным, не курят 70,2 % опрошенных. С различной частотой курят 29,8 % респондентов: 15,9 % курят ежедневно, 13,9 % курят иногда (таблица 5).

Доля курящих среди респондентов мужского пола составила 42,6 %, среди женского пола – 18,3 %.

Таблица 5 – Распределение ответов на вопрос «Курите ли Вы?» (в % к числу опрошенных, по полу)

	Мужчины	Женщины	Итого
Курю ежедневно	24,1	8,6	15,9
Курю иногда	18,5	9,7	13,9
Не курю	57,4	81,7	70,2

Используют вейп или другие электронные системы курения 13,7 % опрошенных: 4,4 % – ежедневно, 9,3 % – иногда. Число использующих вейпы (другие электронные системы курения) среди респондентов мужского пола составило 15,5 %, среди респондентов женского пола – 12,1 % (таблица 6).

Таблица 6 – Распределение ответов на вопрос «Используете ли Вы вейп или другие электронные системы курения?» (в % к числу опрошенных, по полу)

	Мужчины	Женщины	Итого
Да, ежедневно	4,9	3,9	4,4
Иногда	10,6	8,2	9,3
Не использую	84,5	87,9	86,3

Частота употребления респондентами пива, легких вин и крепких алкогольных напитков представлена в таблице 7. Наблюдаются различия в ответах респондентов относительно частоты употребления алкогольных напитков в зависимости от пола респондентов. Респонденты-мужчины отметили частое употребление пива (2,0 % – «ежедневно» и 10,1 % – «несколько раз в неделю») и крепких алкогольных напитков (0,8 % – «ежедневно» и 3,7 % – «несколько раз в неделю»).

Таблица 7 – Распределение ответов на вопрос «Как часто Вы употребляете..?» (в % к числу опрошенных, по полу)

Пиво			
	Мужчины	Женщины	Итого
Ежедневно	2,0	0,4	1,2
Несколько раз в неделю	10,1	2,3	6,0
Несколько раз в месяц	26,8	15,0	20,5
Несколько раз в год	24,6	24,2	24,4
Не употребляю	36,5	58,1	47,9
Легкие вина			
	Мужчины	Женщины	Итого
Ежедневно	0,5	0,8	0,6
Несколько раз в неделю	1,7	1,7	1,7
Несколько раз в месяц	15,0	17,5	16,4
Несколько раз в год	34,3	44,2	39,5
Не употребляю	48,5	35,8	41,8

<i>продолжение таблицы 7</i>			
Крепкие алкогольные напитки			
	Мужчины	Женщины	Итого
Ежедневно	0,8	0,4	0,6
Несколько раз в неделю	3,7	0,4	2,0
Несколько раз в месяц	25,3	8,2	16,3
Несколько раз в год	33,3	30,3	31,7
Не употребляю	36,9	60,7	49,4

27,6 % участников анкетирования часто испытывают чувство напряженности или сильной подавленности (таблица 8). Частые стрессовые ситуации отметили 34,9 % опрошенных женщин и 19,4 % опрошенных мужчин.

Таблица 8 – Распределение ответов на вопрос «Как часто Вы испытываете чувство напряженности, стресса или сильной подавленности?» (в % к числу опрошенных, по полу)

	Мужчины	Женщины	Итого
Часто	19,4	34,9	27,6
Редко	52,0	52,4	52,2
Никогда	25,4	12,7	18,7
Нет ответа	3,2	-	1,5

Для снятия стресса и напряжения участники опроса наиболее часто используют сон (46,7 %) и прогулки на свежем воздухе (45,0 %). Физический труд (работу на даче) и живое общение, как способ снятия напряжения, отметили 32,4 % и 32,0 % респондентов соответственно. Для выхода из стрессовой ситуации значительное число опрошенных используют просмотр ТВ, прослушивание музыки (31,3 %), социальные сети (30,2 %), и уединение (27,6 %). Спорт и физкультуру отметили 17,6% опрошенных, туризм, путешествия – 17,4 %. К используемым средствам снятия напряжения респонденты отнесли также еду, сладкое (18,2 %), курение (11,1 %) и алкоголь (7,7 %) (таблица 9).

Таблица 9 – Распределение ответов на вопрос «Снять стресс, напряжение Вам помогают...?» (в % к числу опрошенных, по полу)

	Мужчины	Женщины	Итого
Спорт и физкультура	21,0	14,5	17,6
Алкоголь	10,4	5,3	7,7
Уединение	23,4	31,3	27,6
Общение	30,0	33,9	32,0
ТВ, видео, музыка	27,6	34,6	31,3
Курение	17,3	5,4	11,1
Сон	43,1	49,9	46,7
Прогулки на свежем воздухе	36,4	52,8	45,0
Посещение храма	10,1	26,9	18,9
Физический труд, работа на даче	31,1	33,4	32,4
Еда, сладкое	14,8	21,3	18,2
Чтение книг, газет, журналов	13,3	20,6	17,1
Социальные сети	28,5	31,8	30,2
Туризм, путешествия	16,5	18,2	17,4

Наблюдаются различия в ответах опрошенных на вопрос относительно способов выхода из стресса в зависимости от пола респондентов. Опрошенные женщины чаще опрошенных мужчин снимают стресс посредством прогулок на свежем воздухе (52,8 % и 36,4 %), уединения (31,3 % и 23,4 % соответственно), посещения храма (26,9 % и 10,1 % соответственно), едой, сладким (21,3 % и 14,8 % соответственно), чтением книг, журналов (20,6 % и 13,3 % соответственно), в то время как респонденты мужского пола чаще респондентов женского пола – посредством занятий физкультурой и спортом (21,0 % и 14,5 % соответственно), курением (17,3 % и 5,4 % соответственно), употреблением алкоголя (10,4 % и 5,3 % соответственно).

Проведенный опрос показал, что 13,9 % респондентов считают, что являются образцом здорового образа жизни, 46,3 % – «В какой-то степени». Вместе с тем, 39,8 % опрошенных при ответе на вопрос «Как Вы считаете, являетесь ли Вы образцом здорового образа жизни?» ответили твердое «Нет». Наблюдаются некоторые различия в ответах респондентов на вопрос в зависимости от пола: к «образцам ЗОЖ» себя отнесли 15,0 % опрошенных женщин и 12,6 % опрошенных мужчин. Вариант ответа «В какой-то степени» выбрали 48,7 % респондентов-женщин и 43,6 % респондентов-мужчин; не считают себя образцами здорового образа жизни 43,8 % опрошенных мужчин и 36,3 % опрошенных женщин (таблица 10).

Таблица 10 – Распределение ответов на вопрос «Как Вы считаете, являетесь ли Вы образцом ЗОЖ?» (в % к числу опрошенных, по полу)

	Мужчины	Женщины	Итого
Да	12,6	15,0	13,9
В какой-то степени	43,6	48,7	46,3
Нет	43,8	36,3	39,8

Участники анкетирования отмечали чаще такие практики по поддержанию здорового образа жизни, применяемые в их организации, как создание мест и условий для приема пищи (60,5 %), проведение спортивных мероприятий (50,1 %) и компенсация санаторно-курортного лечения (48,2 %). Значительное число опрошенных отметило организацию встреч и консультаций с медицинскими работниками (42,9 %) и распространение малых носителей информации среди сотрудников (45,7 %). Реже респонденты указывали на выделение и оборудование мест для занятий спортом (26,3 %) и разработку комплекса мер по ограничению курения на предприятии (27,1 %). Наименее распространен среди участников опроса вариант ответа «Премирование сотрудников, ведущих ЗОЖ» (19,9 %) (таблица 11).

В зависимости от пола респондентов наблюдаются некоторые различия в ответах респондентов относительно применяемых в их организациях практик по поддержанию ЗОЖ: респонденты женского пола чаще респондентов-мужчин отмечали создание мест и условий для приема пищи (63,4 % и 57,2 % соответственно), компенсацию санаторно-курортного лечения (51,4 % и 44,6 % соответственно), организацию встреч и консультаций с медицинскими работниками (48,3 % и 37,0 % соответственно). Опрошенные мужчины чаще

опрошенных женщин отмечали проведение спортивных мероприятий (53,5 % и 47,0 % соответственно), разработку комплекса мер по ограничению курения на предприятии (29,1 % и 25,3 % соответственно), выделение и оборудование мест для занятий спортом (28,6 % и 24,2 % соответственно).

Таблица 11 – Распределение ответов на вопрос «Какие практики по поддержанию ЗОЖ применяются в Вашей организации?» (в абс. числе и % к числу опрошенных, по полу)

	Мужчины	Женщины	Итого
Компенсация санаторно-курортного лечения	44,6	51,4	48,2
Выделение и оборудование мест для занятия спортом	28,6	24,2	26,3
Создание мест и условий для приема пищи	57,2	63,4	60,5
Премирование сотрудников, ведущих ЗОЖ	18,5	21,2	19,9
Проведение спортивных мероприятий	53,5	47,0	50,1
Организация встреч и консультаций с медицинскими работниками	37,0	48,3	42,9
Распространение малых носителей информации (памяток, буклетов) среди сотрудников	43,6	47,7	45,7
Разработка комплекса мер по ограничению курения на предприятии	29,1	25,3	27,1