

**КБГУЗ Красноярский краевой Центр общественного здоровья  
и медицинской профилактики**

**Социологическое исследование распространенности  
поведенческих факторов риска хронических и  
неинфекционных заболеваний среди взрослого  
населения Красноярского края, охвата и уровня  
удовлетворенности взрослого населения  
Красноярского края медицинской профилактической  
помощью**



**Красноярск 2023**

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ГЛАВА 1. РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ ФАКТОРОВ РИСКА ХРОНИЧЕСКИХ НЕИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ СРЕДИ ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ.....	5
§1. Распространенность факторов риска, связанных с избыточной массой тела и ожирением. ....	5
§2. Распространенность факторов риска, связанных с уровнем курения .....	11
§3. Распространенность поведенческих факторов риска, связанных с уровнем физической активности .....	28
§4. Распространенность поведенческих факторов риска, связанных с режимом питания. ....	35
§5. Распространенность поведенческих факторов риска, связанных с уровнем употребления алкоголя.....	60
§6. Уровень стресса среди взрослого населения Красноярского края.....	74
ГЛАВА 2. УРОВЕНЬ ИНФОРМИРОВАННОСТИ ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ О ФАКТОРАХ РИСКА РАЗВИТИЯ ОПАСНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ И ОХВАТА МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ ПОМОЩЬЮ .....	80
§1. Уровень информированности взрослого населения Красноярского края о факторах риска развития опасных заболеваний .....	80
§2. Источники, из которых взрослое население Красноярского края получает информацию о факторах риска развития заболеваний .....	85
§3. Уровень охвата взрослого населения Красноярского края медицинской профилактической помощью .....	90
ГЛАВА 3. УРОВЕНЬ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ НАСЕЛЕНИЯ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ КАЧЕСТВОМ ОКАЗАНИЯ МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ВЗРОСЛОМУ НАСЕЛЕНИЮ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ.....	93
§1. Уровень удовлетворенности населения Красноярского края качеством оказания медицинской профилактической помощи при обследовании в поликлинике .....	93
§2. Отношение взрослого населения Красноярского края к диспансеризации.....	99
Основные выводы .....	110
ПРИЛОЖЕНИЕ 1.....	119

## **ВВЕДЕНИЕ**

В ноябре 2023 – декабре 2024 гг. специалистами отдела мониторинга здоровья Красноярского краевого Центра общественного здоровья и медицинской профилактики было проведено социологическое исследование распространенности поведенческих факторов риска хронических неинфекционных заболеваний среди взрослого населения Красноярского края и уровня удовлетворенности взрослого населения Красноярского края медицинской профилактической помощью.

**Объект исследования:** взрослое население Красноярского края в возрасте от 18 до 65+ лет.

### **Предмет исследования:**

1. распространенность поведенческих факторов риска хронических неинфекционных заболеваний;
2. уровень стресса среди взрослого населения Красноярского края;
3. информированность взрослого населения Красноярского края о факторах риска развития хронических неинфекционных заболеваний;
4. удовлетворенность взрослого населения качеством медицинской профилактической помощи.

### **Цели и задачи исследования:**

**Цель:** изучить распространенность факторов риска хронических неинфекционных заболеваний среди взрослого населения Красноярского края.

#### **Задачи:**

1. изучить факторы риска, связанные с избыточной массой тела и ожирением у взрослого населения Красноярского края;
2. изучить факторы риска, связанные с уровнем курящих во взрослом населении Красноярского края;
3. изучить факторы риска, связанные с уровнем физической активности взрослого населения Красноярского края;
4. изучить факторы риска, связанные с режимом питания взрослого населения Красноярского края;

5. изучить факторы риска, связанные с уровнем употребления алкоголя во взрослом населении Красноярского края.

Цель: оценить уровень стресса среди взрослого населения Красноярского края.

Цель: выявить уровень охвата взрослого населения Красноярского края медицинской профилактической помощью.

Задачи:

1. выявить уровень информированности взрослого населения Красноярского края о факторах риска развития хронических неинфекционных заболеваний;

2. выявить источники, из которых взрослое население Красноярского края получает информацию о факторах риска развития хронических неинфекционных заболеваний;

3. выявить уровень информированности взрослого населения Красноярского края о существовании «Центров здоровья» в медицинских учреждениях Красноярского края.

Цель: выявить уровень удовлетворенности взрослого населения Красноярского края качеством оказания медицинской профилактической помощи.

Задачи:

1. выявить уровень удовлетворенности населения Красноярского края качеством оказания медицинской профилактической помощи в поликлиниках при медицинских осмотрах;

2. выявить уровень удовлетворенности населения Красноярского края качеством оказания медицинской профилактической помощи в Центрах здоровья.

### **Процедуры сбора и анализа данных.**

Сбор данных в Красноярске осуществлен методом формализованного интервью, а также методом электронного анкетирования. Анализ данных реализован методами описательной статистики с использованием программы Microsoft Excel.

# **ГЛАВА 1. РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ ФАКТОРОВ РИСКА ХРОНИЧЕСКИХ НЕИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ СРЕДИ ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ**

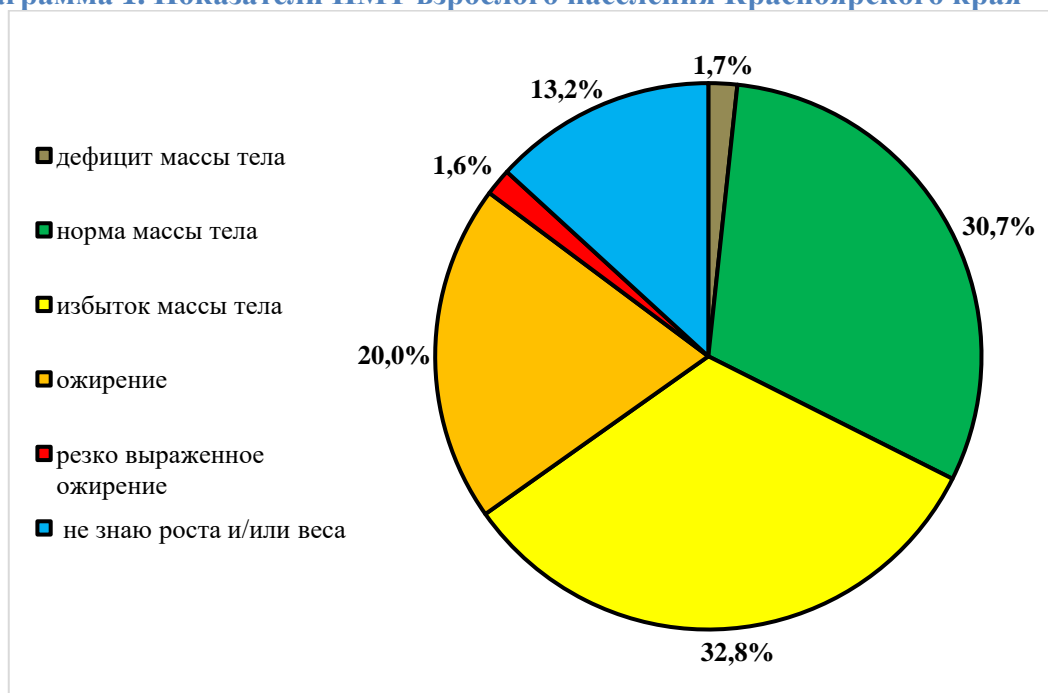
## **§1. Распространенность факторов риска, связанных с избыточной массой тела и ожирением.**

Для оценки распространенности факторов риска, связанных с избыточной массой тела и ожирением, использовался индекс Кетле (индекс массы тела (ИМТ)). Шкала ИМТ:

- низкий ИМТ до 18,5;
- нормальный ИМТ от 18,5 до 24,9;
- избыточная масса тела: ИМТ от 25 до 29,9;
- ожирение: ИМТ от 30 до 39,9;
- резко выраженное ожирение: ИМТ от 40 и выше.

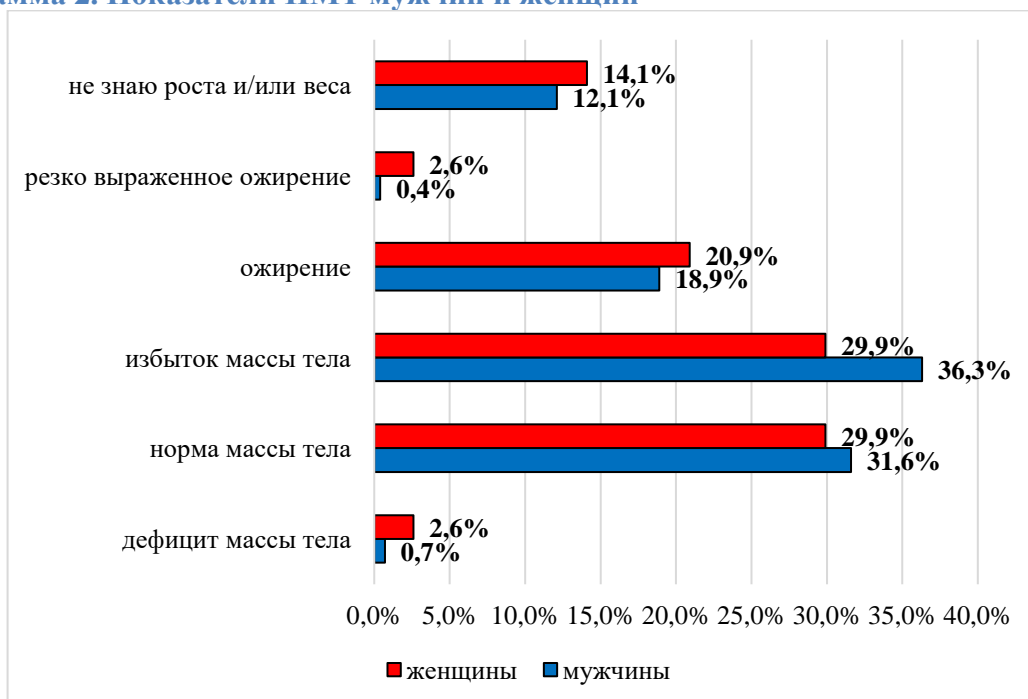
Как показали результаты исследования, нормальный индекс массы тела (от 18,5 до 24,9) имеют 30,7% представителей взрослого населения Красноярского края (диаграмма 1). Подчеркнем, что данный вывод сделан не путем точного измерения антропометрических данных респондентов, а на основании собственных оценок жителями Красноярского края их веса и роста. Избыточной массой тела (от 25 до 29,9) обладают 32,8% взрослого населения Красноярского края, 1,7% имеют недостаточную массу тела (до 18,5) и индекс массы тела 20,0% опрошенных жителей Красноярского края классифицирован как ожирение (от 29,9 до 39,9). Резко выраженное ожирение (от 40 и выше) имеют 1,6% населения Красноярского края. По причине незнания респондентов своих антропометрических данных, роста и (или) веса, не представилось возможным вычислить индекс массы тела 13,2% опрошенных.

**Диаграмма 1. Показатели ИМТ взрослого населения Красноярского края**



Показатели по долям мужчин и женщин в определении индекса массы тела, различны (диаграмма 2).

**Диаграмма 2. Показатели ИМТ мужчин и женщин**



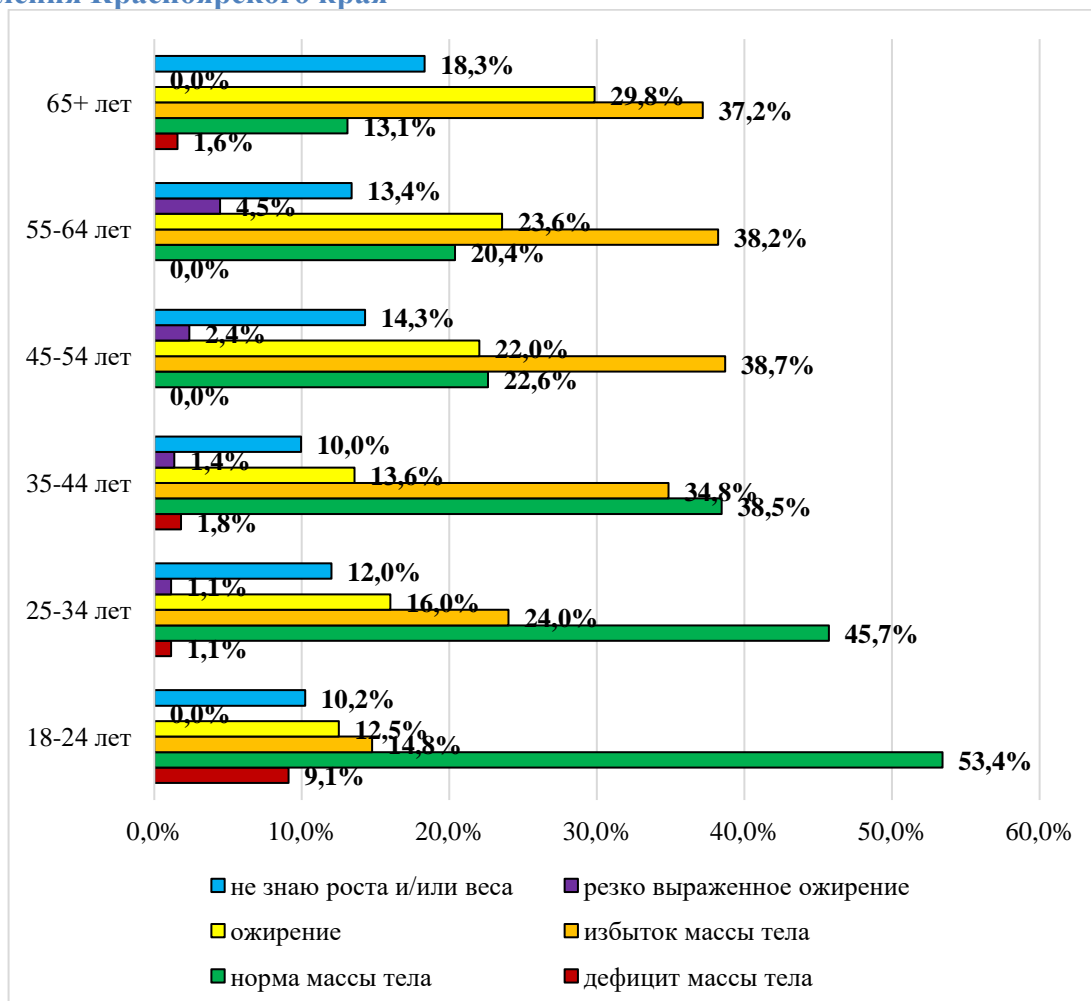
Среди мужчин недостаточную массу тела имеют 0,7% респондентов, среди женщин низким ИМТ обладают 2,6% опрошенных.

Избыток массы тела имеют 36,3% респондентов среди мужчин, в то время, как среди женщин данным показателем обладают 29,9% опрошенных.

Количество мужчин, имеющих нормальный ИМТ, составляет 31,6%, тогда как у женщин этот показатель равен 29,9%. Женщины в большей степени не осведомлены о показателях своего роста и (или) веса, чем мужчины. Так, не смогли точно указать данные показатели 14,1% женщин и 12,1% мужчин.

Результаты исследования позволяют сделать вывод о показателях ИМТ в различных возрастных категориях взрослого населения Красноярского края. Общая закономерность состоит в том, что с увеличением возраста респондентов существенно снижается доля респондентов, имеющих низкий и нормальный ИМТ и, напротив, возрастает доля тех, кто обладает избыточной массой тела и ожирением (диаграмма 3).

**Диаграмма 3. Диаграмма ИМТ в различных возрастных категориях взрослого населения Красноярского края**



Доля лиц, обладающих нормальным ИМТ снижается во всех возрастных когортах начиная от 25 до 34 лет. В возрастной когорте от 25 до 34 лет показатель нормального ИМТ составляет 45,7%. У респондентов в возрасте от 35 до 44 лет индекс ИМТ, характеризующийся как нормальный, наблюдается в 38,5% случаев. Чаще всего нормальный ИМТ наблюдается в возрастной категории от 18 до 24 лет и составляет 53,4%. Количество респондентов, обладающих низким ИМТ, достигает максимального значения в подвыборке от 18 до 24 лет и составляет 9,1%, а в возрастной категории от 25 до 34 лет составляет 1,1%. При этом, в возрасте от 35 до 44 лет низкий показатель ИМТ составляет 1,8%, в свою очередь у представителей возрастной когорты 65 лет и старше составляет 1,6%.

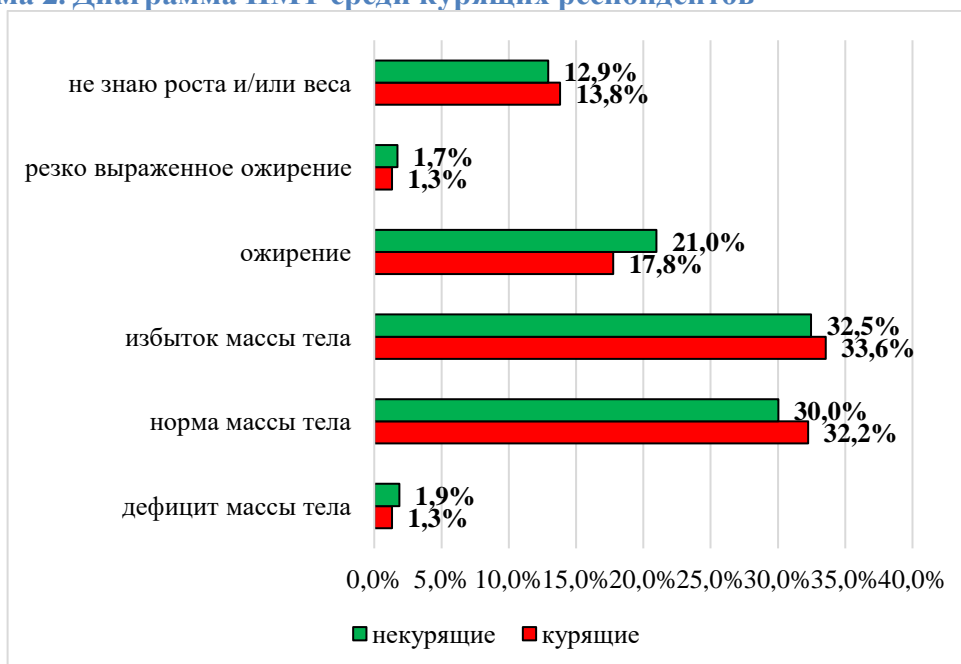
Количество респондентов, имеющих избыточную массу тела, также имеет зависимость от возраста. Так, в возрастной когорте от 18 до 24 лет, число респондентов, имеющих избыточную массу тела, составляет 14,8%, этот показатель возрастает с возрастом. Так, у респондентов от 25 до 34 лет уровень избыточной массы тела составил 24,0%, а среди тех, кому от 35 до 44 лет данный показатель составляет 34,8% и является самым высоким среди остальных. Представители возрастной когорты от 45-54 лет имеющие избыточную массу тела составляют 38,7%, далее идет снижение и уже в категории от 55 до 64 лет составляет 38,2%, а в возрасте 65 лет и старше 37,2%.

Доля лиц, имеющих ожирение, увеличивается с 12,5% в возрастной когорте от 18 до 24 лет до 29,8% в возрасте 65 лет и старше.

Показатели ИМТ среди курящих и некурящих жителей Красноярского края имеют различия. Так, среди курящих респондентов доля имеющих нормальный ИМТ оказалась больше и составила 32,2%, среди некурящих респондентов – 30,0%. Количество респондентов, обладающих низким ИМТ, достигает 1,9% среди некурящих и 1,3% среди курящих респондентов. Избыточной массой тела обладают 32,5% некурящих и 33,6% курящих респондентов. Однако, среди некурящих респондентов оказалось больше тех, кто имеет ожирение. Так, доля некурящих респондентов, имеющих

ожирение, составила 21% и 17,8% курящих респондентов. Не знают своего роста и/или веса 13,8% курящих и 12,9% некурящих респондентов.

**Диаграмма 2. Диаграмма ИМТ среди курящих респондентов**



Таким образом, при условии, что риск развития хронических неинфекционных заболеваний возрастает при отклонении ИМТ от нормального, распространенность факторов такого риска, связанных с дефицитом массы тела, избыточной массой тела и ожирением, во взрослом населении Красноярского края составляет 56,1%. До 30,7% опрошенных обладают нормальным ИМТ и 13,2% респондентов указали, что не осведомлены о показателях своего роста и (или) веса. Нормальный индекс массы тела, во взрослом населении отличается в малой степени среди мужчин и женщин, так среди мужчин 31,6%, а среди женщин 29,9%. Среди мужчин зафиксировано больше тех, кто обладает избыточной массой тела. Среди женщин чаще встречаются те, кто обладают избыточной массой тела в равном количестве с нормальным индексом массы тела. Показатели по долям курящих и некурящих жителей Красноярского края, в определении индекса массы тела, имеют различия. Среди курящих респондентов доля имеющих нормальный ИМТ оказалась больше чем, среди некурящих респондентов.

По результатам исследований с 2013 года по 2023 год, доля жителей Красноярского края, имеющих нормальный ИМТ, снизилась до 30,7% а доля лиц, кто обладает избыточной массой тела и ожирением выросло до 56,1% (таблица 1).

**Таблица 1. Показатели ИМТ среди населения Красноярского края 2013-2023 гг.**

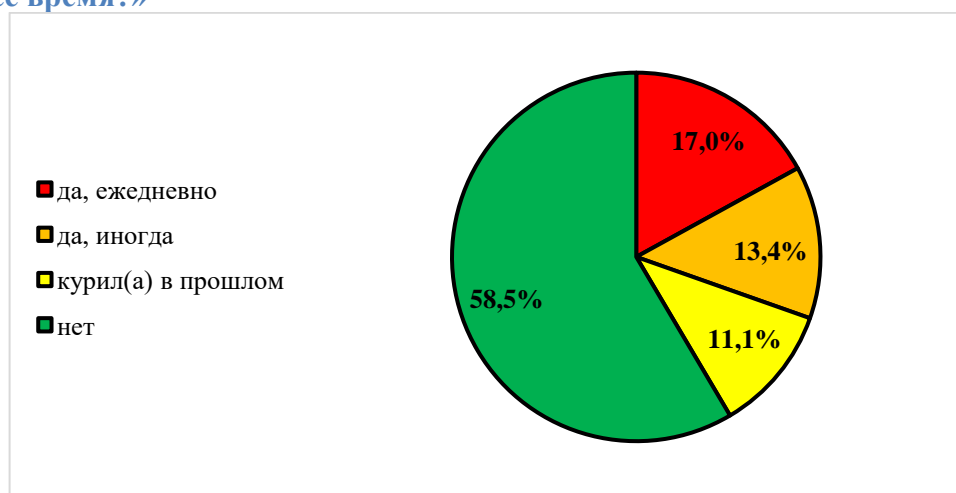
	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
Не знаю роста и/или веса	17,1%	20,8%	13,0%	11,2%	10,7%	11,1%	10,7%	19,8%	14,0%	12,5%	13,2%
Дефицит массы тела	4,0%	3,6%	3,0%	4,0%	2,4%	4,9%	3,6%	3,2%	4,9%	3,7%	1,7%
Норма веса	39,7%	36,6%	49,0%	40,8%	38,1%	41,9%	44,6%	38,3%	40,5%	40,2%	30,7%
Избыточная масса тела	24,7%	25,7%	25,0%	28,0%	31,5%	28,9%	29,9%	25,1%	26,5%	26,4%	32,8%
Ожирение	14,4%	13,3%	10,0%	15,6%	16,0%	13,3%	11,3%	13,6%	14,1%	17,2%	21,6%

## §2. Распространенность факторов риска, связанных с уровнем курения

Согласно данным полученным нами в 2013 г., доля курящих среди населения Красноярского края составила 32,5%, в 2014 году – 33,0%, в 2015 году – 38%, и с 2015 года распространенность курящих респондентов имела тенденцию к сокращению - в 2016 году – 32,2%, в 2017 году - 31,5%, в 2018 году – 31,3% и к 2019 году доля курящих респондентов составляла 28,3%. В 2020 году процент курящих респондентов составил 32,3% и к 2021 году доля курящих респондентов составила 34,2%, что свидетельствовало о тенденции к росту числа курящих (либо потребляющих никотинсодержащие изделия). Стоит отметить, что с 2021 года используется новая методика выявления курящих респондентов в связи с распространением потребления некурительных никотинсодержащих изделий в последние годы, респондентам было предложено выбрать никотинсодержащее изделие, которое они потребляют в настоящее время (обычные сигареты, электронные сигареты, вэйпы, снюсы и т.д.). В 2022 году доля респондентов, потребляющих никотинсодержащие изделия составила 30,7%, а в 2023 году показатель стал ниже и составил 30,4%.

Отвечая на вопросы социологической анкеты, большинство курильщиков указали, что курят ежедневно 17,0%, курят иногда – 13,4% (диаграмма 5).

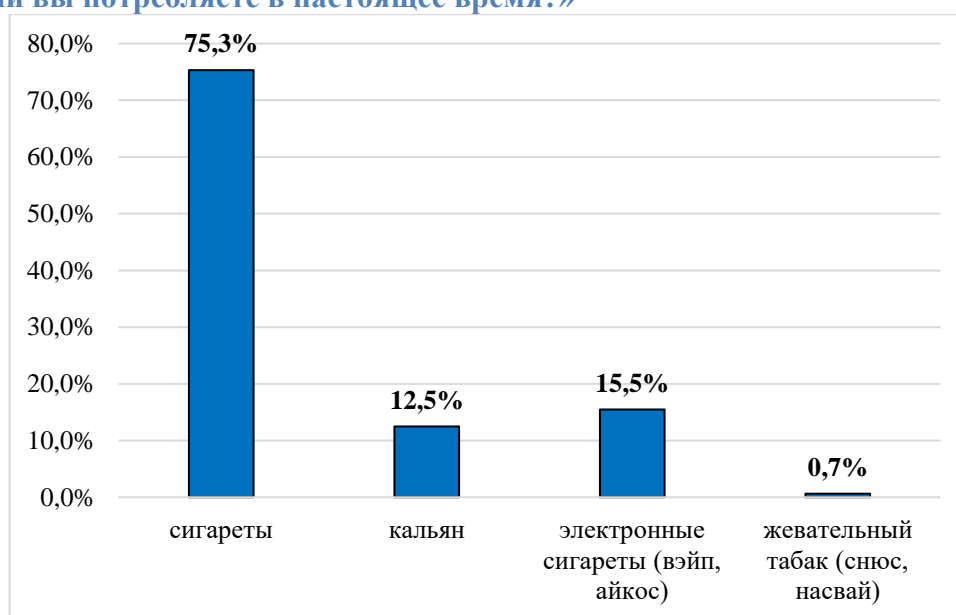
**Диаграмма 3. Распределение ответов респондентов на вопрос «Курите ли Вы в настоящее время?»**



К категории некурящих себя отнесли 69,6% взрослого населения Красноярского края. Из них 58,5% респондентов указали, что не курят вообще, 11,1% респондентов признались, что курили в прошлом.

В ходе исследования выяснилось, что большинство курящих респондентов потребляют в настоящее время сигареты – 75,3%. Около 15,5% респондентов указали, что потребляют электронные сигареты - вэйп и айкос. Потребляют в настоящее время кальян 12,5% респондентов и 0,7% отметили, что потребляют жевательный табак (снюс, насвай).

**Диаграмма 4. Распределение ответов респондентов на вопрос «Какой вид табачной продукции вы потребляете в настоящее время?»**

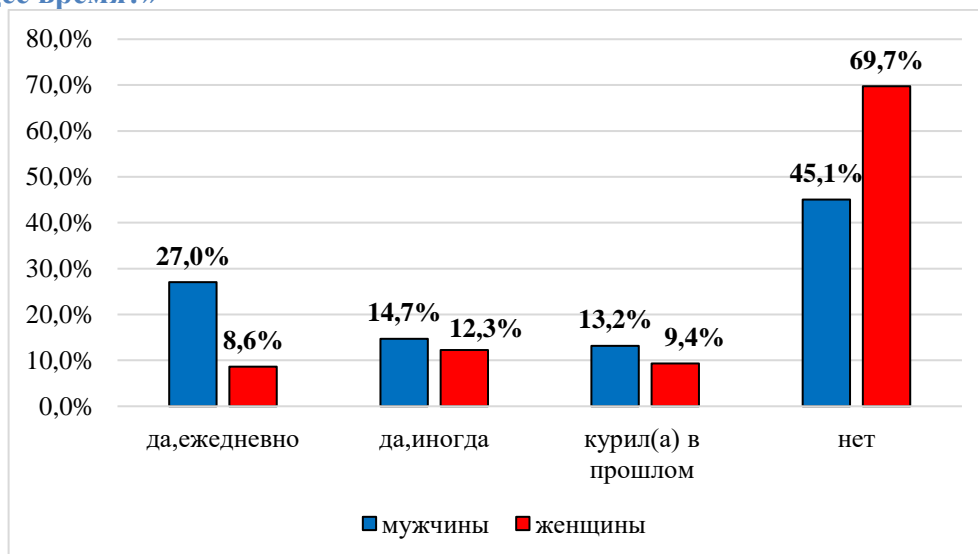


Доля курильщиков во взрослом населении Красноярского края среди мужчин почти на 50% больше, чем среди женщин. Так, процент курящих мужчин составляет 62,5%, в то время как доля курящих женщин – 37,5%.

Среди всего взрослого населения Красноярского края, ежедневно курят 27,0% мужчин и 8,6% женщин. Тех, кто курит иногда значительно меньше, почти 15% составили мужчины и 12,3% женщины.

При этом, количество тех, кто бросил курить выше у мужчин, чем у женщин, например, курили в прошлом 13,2% мужчин, а женщин 9,4%, но в свою очередь, не курящих женщин больше чем мужчин почти на 30 %, 69,7% женщин и 45,1% мужчин соответственно (диаграмма 7).

**Диаграмма 5. Распределение ответов мужчин и женщин на вопрос «Курите ли Вы в настоящее время?»**



На диаграмме 8 видно, что мужчины чаще, чем женщины потребляют сигареты – 51,6% и 23,7% соответственно. Мужчины и женщины в одинаковой мере потребляют в настоящее время электронные сигареты – 7,9% и 7,6%. Около 6,6% женщин и 5,9% мужчин потребляют кальян. Такой вид табачной продукции как жевательный табак потребляют в настоящее время 0,3% мужчин и женщин.

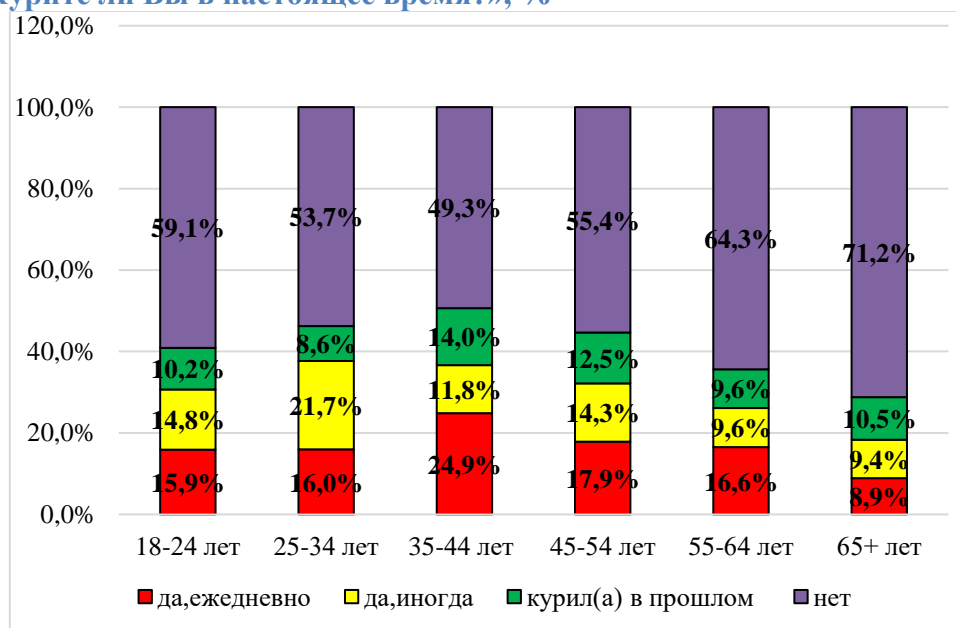
**Диаграмма 6. Распределение ответов мужчин и женщин на вопрос «Какой вид табачной продукции вы потребляете в настоящее время?»**



Существуют различия в уровне курения среди представителей различных возрастных категорий взрослого населения Красноярского края.

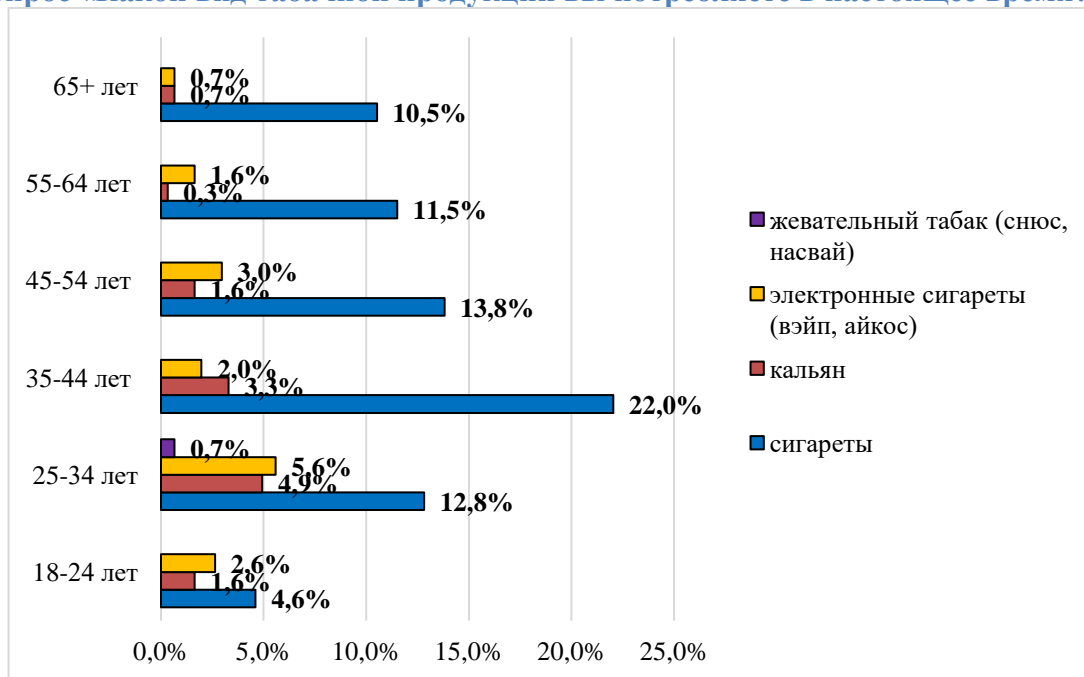
Наибольшая доля курящих респондентов приходится на возрастные категории от 25 до 34 лет, от 35 до 44 лет и от 45 до 54 лет – 37,7%, 36,7% и 32,2% соответственно. Доля курящих сокращается среди жителей Красноярского края в возрасте от 18-24 лет (30,7%), от 55 до 64 лет (26,6%) и категории от 65 лет и старше (18,3%). Данные представлены на диаграмме 9.

**Диаграмма 7. Распределение ответов респондентов различных возрастных категорий на вопрос «Курите ли Вы в настоящее время?», %**



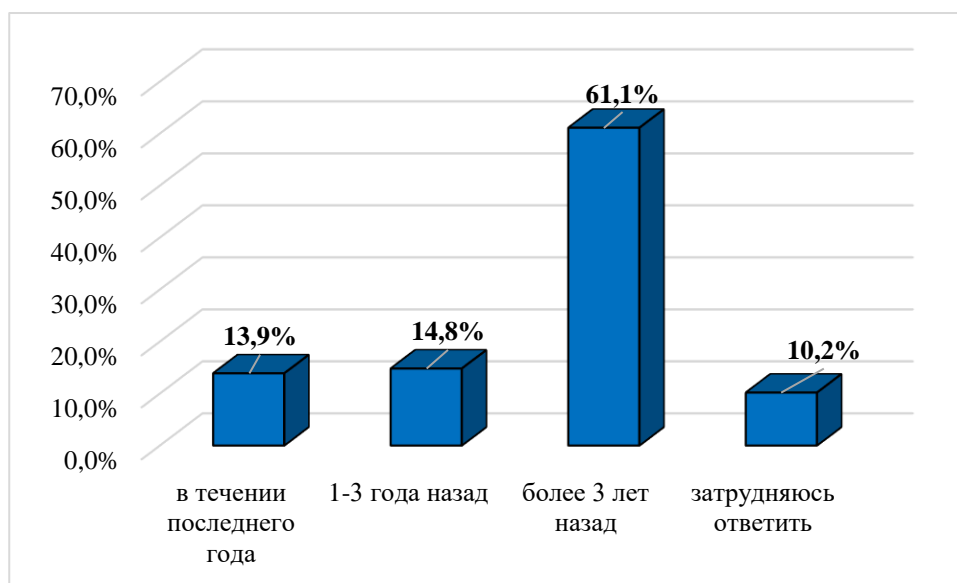
Большинство респондентов, которые в настоящее время потребляют сигареты, приходится на все возрастные категории. Среди респондентов всех возрастных когорт этот показатель колеблется от 10,5% до 22,0%. Респонденты из младших возрастных когорт чаще предпочитают курить электронные сигареты или кальян. Так, в возрасте от 25 до 34 лет 5,6% респондентов потребляют в настоящее время электронные сигареты. Данные представлены на диаграмме 10.

**Диаграмма 8. Распределение ответов респондентов различных возрастных категорий на вопрос «Какой вид табачной продукции вы потребляете в настоящее время?»**



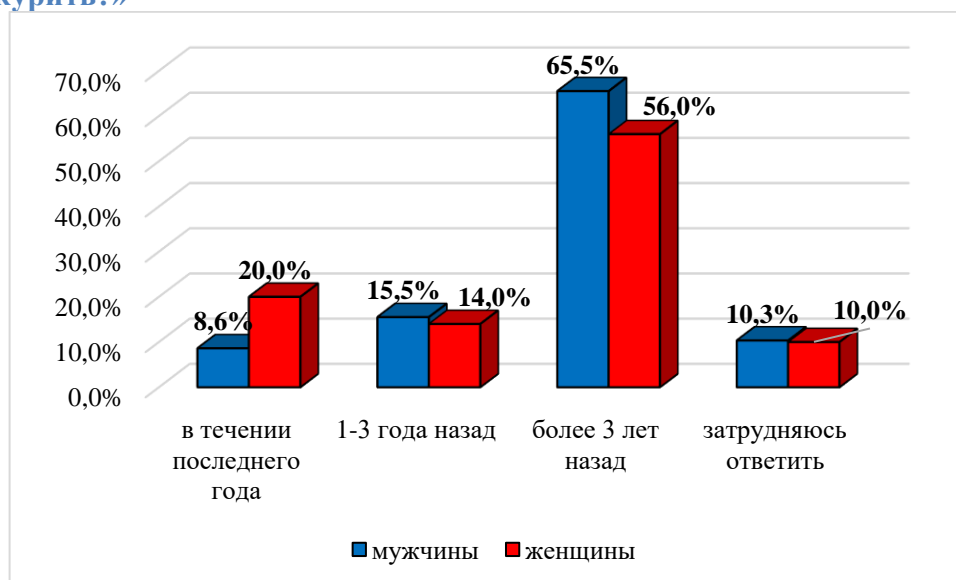
Распределение ответов респондентов на вопрос «Как давно вы бросили курить?», показало, что 61,1% респондентов, бросивших курить, расстались с этой пагубной привычкой более 3 лет назад, 14,8% сделали это более года назад и 13,9% бросили курить в течение последнего года. Около 10,2% респондентов затруднились дать ответ на вопрос (диаграмма 11).

**Диаграмма 9. Распределение ответов респондентов на вопрос «Как давно вы бросили курить?»**



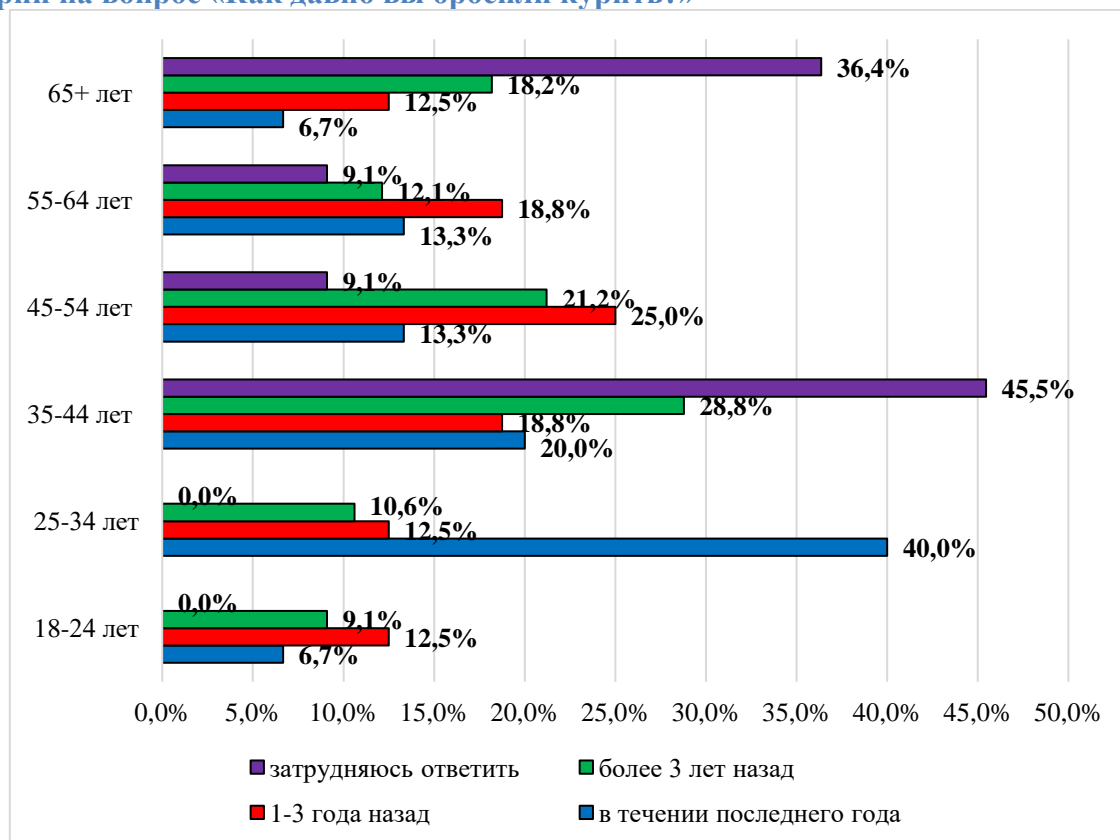
Курящие в прошлом, как мужчины, так и женщины затрудняются ответить на вопрос, когда они бросили курить – 10,3% и 10,0% соответственно. Существенных различий среди мужчин и женщин, бросивших курить, не оказалось. Мужчины и женщины отмечают, что бросили курить более 3 лет назад – 65,5% и 56,0% соответственно. Около 14,0% бросивших курить женщин сказали, что бросили курить чуть более года назад и 20% признались, что отказались от привычки в течение последнего года (диаграмма 12).

**Диаграмма 10. Распределение ответов мужчин и женщин на вопрос «Как давно вы бросили курить?»**



В течении последнего года чаще всего пытаются отказаться от курения респонденты в возрасте от 25 до 34 лет и от 35 до 44 лет, 40,0% и 20,0% соответственно. Более 3 лет назад бросили курить преимущественно респонденты в возрасте от 35 до 44 лет, от 45 до 54 лет и от 65 лет и старше - 28,8%, 21,2% и 18,2% респондентов соответственно. Данные представлены на диаграмме 13.

**Диаграмма 11. Распределение ответов респондентов различных возрастных категорий на вопрос «Как давно вы бросили курить?»**



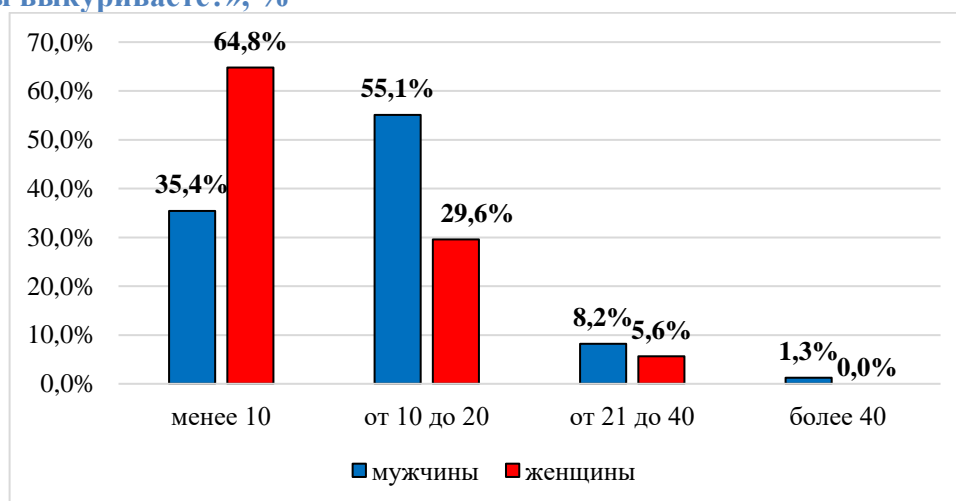
С целью оценки интенсивности курения среди курящего взрослого населения Красноярского края респондентам был задан вопрос «Сколько сигарет в день Вы выкуриваете?». Результаты анализа ответов показали, что интенсивность курения населения с 2020 года имеет тенденцию к снижению: так, в 2020 году интенсивность курения до 10 сигарет в день составляла 35,5%, в 2021 году – 39,4% , в 2022 году – 48,8% и на данный момент значение этого показателя составляет 44,5%. То есть курящие респонденты стали выкуривать менее 10 сигарет в день к 2023 году. Количество респондентов, выкуривающих от 10 до 20 сигарет в день составляет 47,2%. Процент злостных курильщиков, выкуривающих более пачки сигарет в день, составляет 7,4% (таблица 2).

**Таблица 2. Оценка интенсивности курения взрослого населения Красноярского края в 2013-2023 гг.**

Сколько сигарет в день Вы выкуриваете?	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
менее 10 сигарет	44,7%	27,9%	43%	51%	36,8%	52,1%	57,6%	35,5%	39,4%	48,8%	44,5%
от 10 до 20 сигарет	40,9%	48,3%	40%	39%	55%	38,7%	31,1%	49,2%	53%	40,1%	47,2%
от 21 до 40 сигарет	12,3%	19,8%	15%	8%	7,5%	7,3%	9,2%	14,9%	7,6%	10,1%	7,4%
более 40 сигарет	2,1%	1,5%	1%	2%	0,6%	1,9%	2,1%	0,6%	0,0%	0,9%	0,9%
нет ответа	0%	2,4%	0%	0%	0%	0%	0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%

Более интенсивного режима курения придерживаются мужчины по сравнению с женщинами. Так, среди мужчин больше тех, кто выкуривает в день от 10 до 20 сигарет – 55,1% и от 21 до 40 сигарет – 8,2%. Курящие женщины же в большинстве случаев выкуривают в день до 10 сигарет – 64,8% и от 10 до 20 сигарет – 29,6%. Количество респондентов, выкуривающих более 40 сигарет в день, составило около 1,3% среди мужчин (диаграмма 14).

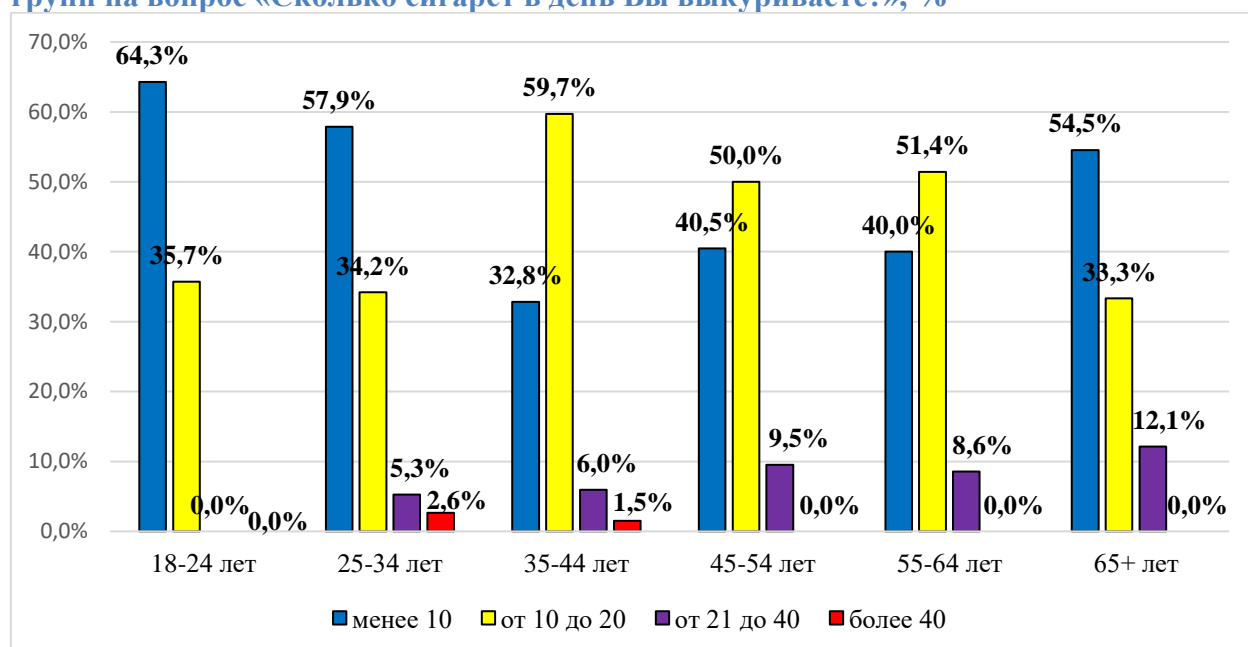
**Диаграмма 12. Распределение ответов мужчин и женщин на вопрос «Сколько сигарет в день Вы выкуриваете?», %**



Различные режимы интенсивности курения имеют неодинаковую динамику в разных возрастных группах взрослого курящего населения Красноярского края (диаграмма 15). Чаще всего курящие респонденты выкуривают менее 10 сигарет в день и от 10 до 20 сигарет в день. Режим

курения менее 10 сигарет в день является преобладающим среди респондентов большинства возрастных категорий, однако чаще остальных его придерживаются респонденты в возрасте от 18 до 24 лет – 64,3%. Режим курения от 10 до 20 сигарет в день, чаще всего используется респондентами в возрасте от 35 до 44 лет и от 55 до 64 лет. Больше остальных курят респонденты в возрасте от 45 до 54 лет, от 55 до 64 лет и от 65 лет и старше. Респонденты данных возрастных когорт выкуривают от 21 до 40 сигарет в день (9,5%, 8,6% и 12,1% соответственно). Данные представлены на диаграмме 15.

**Диаграмма 13. Распределение ответов курящих респондентов различных возрастных групп на вопрос «Сколько сигарет в день Вы выкуриваете?», %**

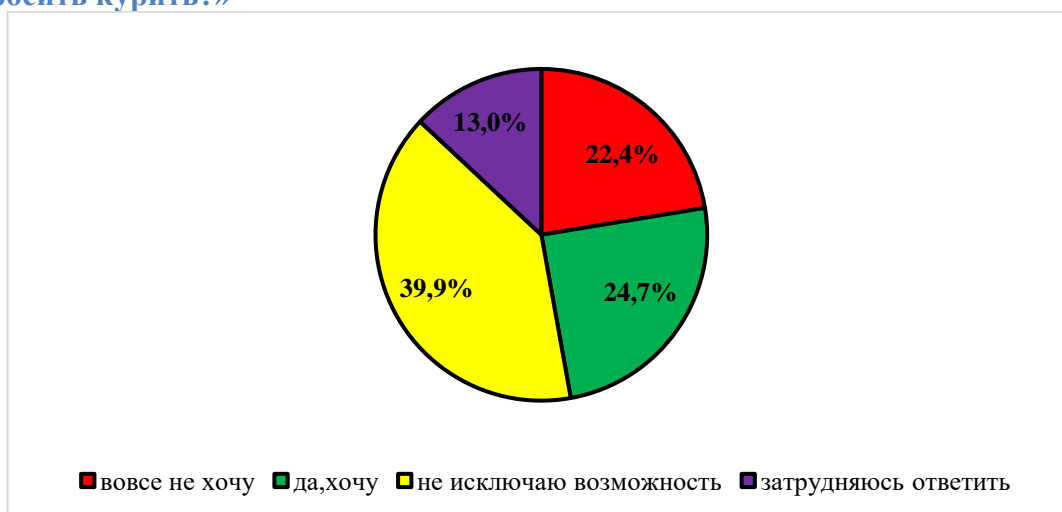


Таким образом, интенсивность курения населения к 2023 году значительно не изменилась по сравнению с предыдущими годами. При этом 44,5% курящего населения Красноярского края выкуривает до 10 сигарет в день и 47,2% от 10 до 20 сигарет в день. Мужчины придерживаются более интенсивного режима курения по сравнению с женщинами.

Как показывает диаграмма 16, 24,7% курящего населения Красноярского края в возрасте от 18 до 65 лет и старше хотели бы бросить курить. Не исключают возможность отказаться от привычки курения 39,9% курильщиков. До 22,4% респондентов убеждены в том, что не хотят бросать

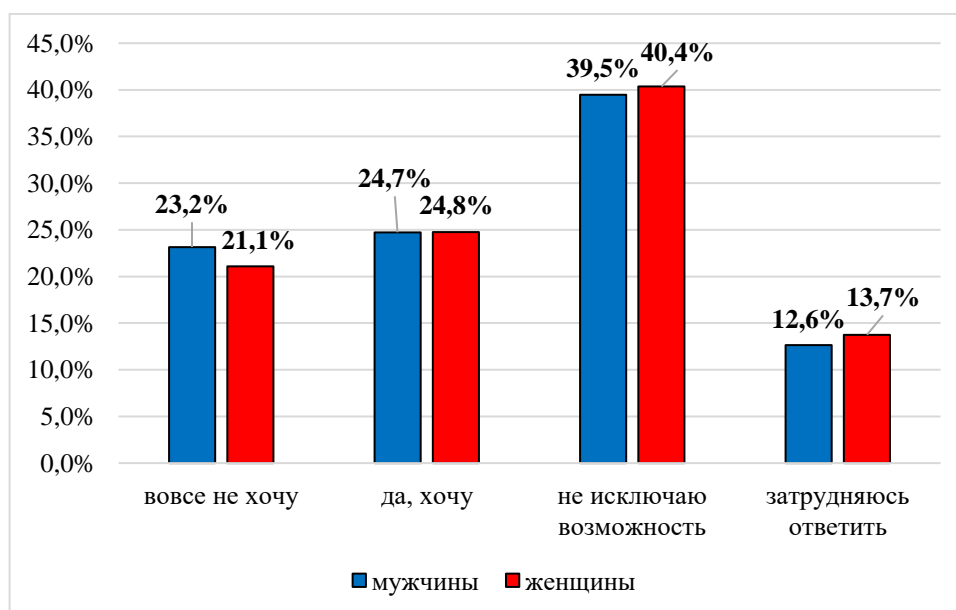
курить, и 13,0% респондентов затруднились дать однозначный ответ на этот вопрос.

**Диаграмма 14. Распределение ответов курящих респондентов на вопрос «Хотели бы Вы бросить курить?»**



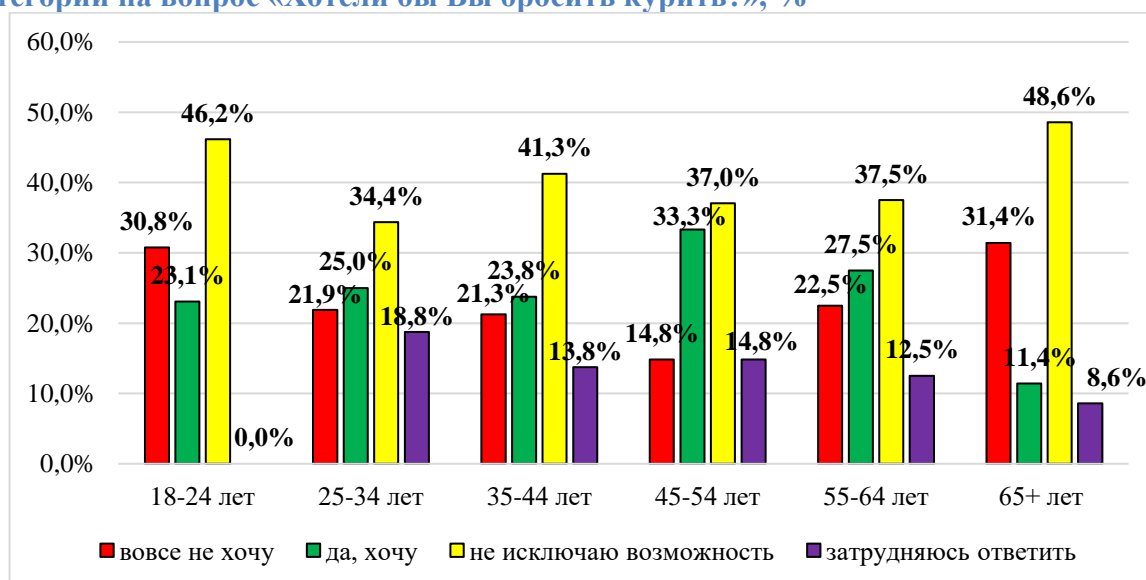
Среди курильщиков, высказавших определенное желание бросить курить, процент мужчин составляет 24,7%, женщин – 24,8% (диаграмма 17). Доля мужчин и женщин, не готовых бросить курить, составляет 23,2% и 21,1% соответственно. Не исключают возможность бросить курить около 39,5% мужчин и 40,4% женщин. Затруднились дать однозначный ответ на этот вопрос 12,6% мужчин и 13,7% женщин.

**Диаграмма 15. Распределение ответов курящих мужчин и женщин на вопрос «Хотели бы Вы бросить курить?», %**



Что касается распределения ответов курящего населения Красноярского края различного возраста на вопрос «Хотели бы Вы бросить курить?», то желание отказаться от курения преобладает в возрастных группах от 45 до 54 и от 55 до 64 лет – 33,3% и 27,5% соответственно (диаграмма 18). Наименьшее желание бросить курить выражают представители возрастной категории от 65 лет и старше – лишь 11,4% респондентов этой категории хотят отказаться от пагубной привычки. Количество курильщиков, не исключающих возможность бросить курить, колеблется в различных возрастных категориях от 34,4% до 48,6%.

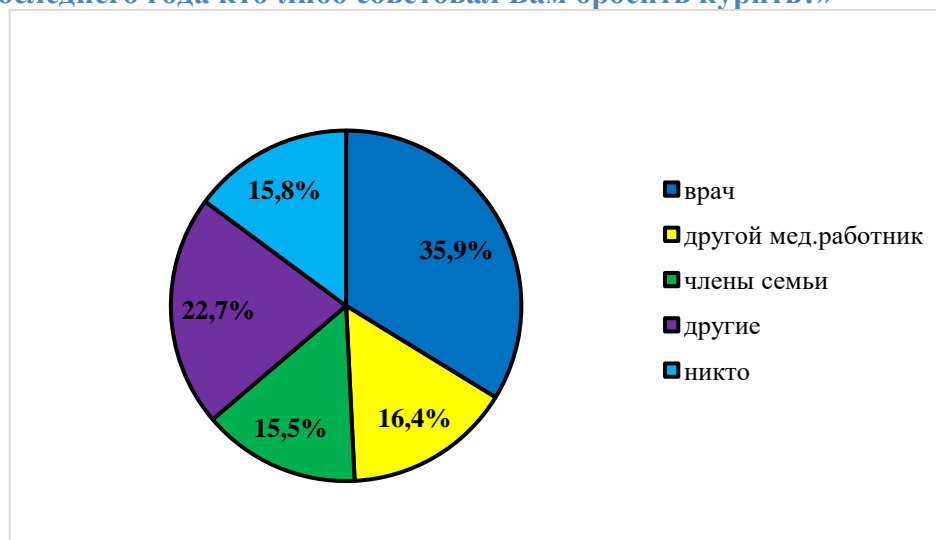
**Диаграмма 16. Распределение ответов курящих респондентов разных возрастных категорий на вопрос «Хотели бы Вы бросить курить?», %**



Таким образом, доля респондентов, высказавших желание отказаться от курения, среди курящего населения Красноярского края составляет 24,7%. При этом 22,4% респондентов убеждены, что не желают отказаться от потребления табака. Мужчины и женщины в равной степени высказали желание бросить курить.

Результаты исследования свидетельствуют о том, что чаще всего воздействие на курильщиков с целью привести их к решению бросить курить, оказывает врач. Так, на вопрос «В течение последнего года кто-либо советовал Вам бросить курить?» 35,9% из числа курящего населения Красноярского края ответили «врач» (диаграмма 19).

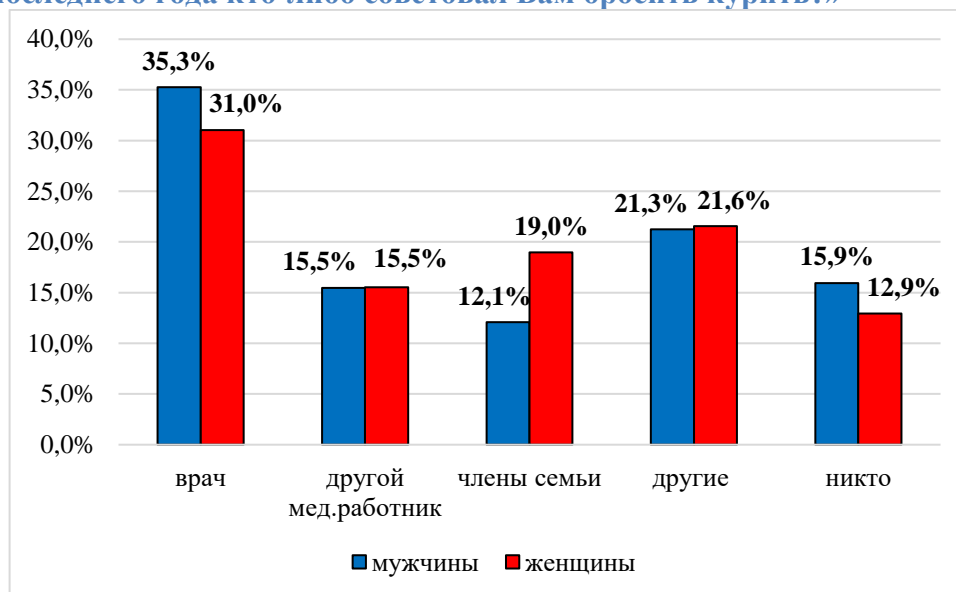
**Диаграмма 17. Распределение ответов курящих респондентов на вопрос «В течение последнего года кто-либо советовал Вам бросить курить?»**



Респонденты ни от кого не слышали таких советов за последний год, в 15,8% случаев. Около 16,4% респондентов сообщили, что такой совет им давали другие медицинские работники. При этом 15,5% курильщиков слышали такой совет от членов семьи. Также 13,2% респондентов слышали такой совет в свой адрес от других людей.

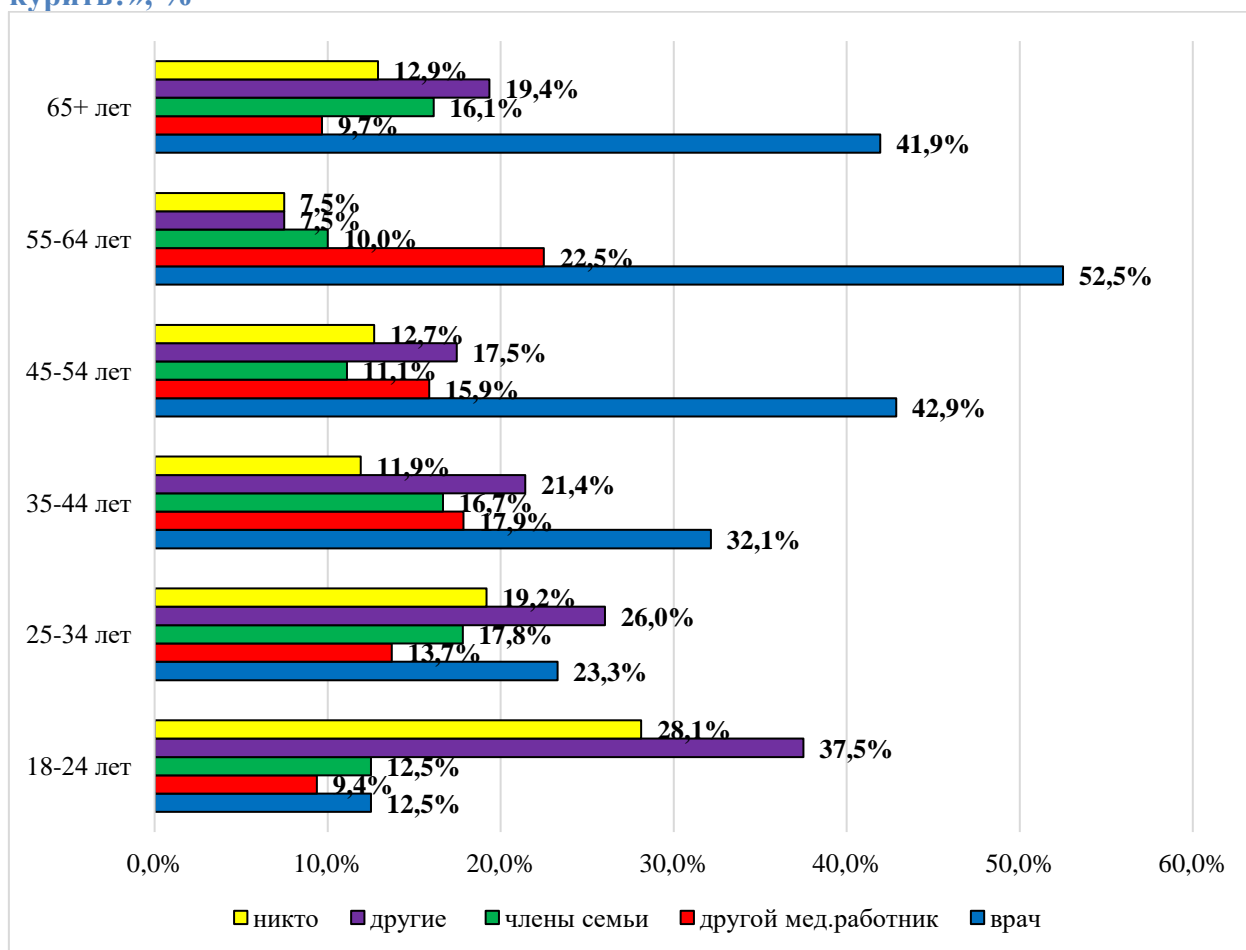
Как показывает диаграмма 20, курящие мужчины чаще получают советы бросить курить, по сравнению с женщинами. От врачей и других медицинских работников получали советы по отказу от курения половина мужчин 50,8% и около половины женщин 46,5%. Члены семьи чаще советуют бросить курить женщинам, нежели мужчинам – 19,0% и 12,1% соответственно. Женщинам, по их словам, никто не советует бросить курить реже, нежели мужчинам – 12,9% и 15,9% соответственно.

**Диаграмма 18. Распределение ответов курящих мужчин и женщин на вопрос «В течение последнего года кто-либо советовал Вам бросить курить?»**



Врачи чаще всего советуют бросить курить респондентам возрастных категорий от 35 лет до 65 лет и старше. Однако чаще остальных советы отказаться от курения от врачей слышат курильщики в возрасте от 55 до 64 лет: среди них 52,5% тех, кто указал на данное обстоятельство. Представители возрастных групп от 18 до 24 лет и от 25 до 34 лет также часто получали совет бросить курить от других людей (друзей, знакомых) – 37,5% и 26,0% соответственно.

**Диаграмма 19. Распределение ответов курящих респондентов разных возрастных категорий на вопрос «В течение последнего года кто-либо советовал Вам бросить курить?», %**

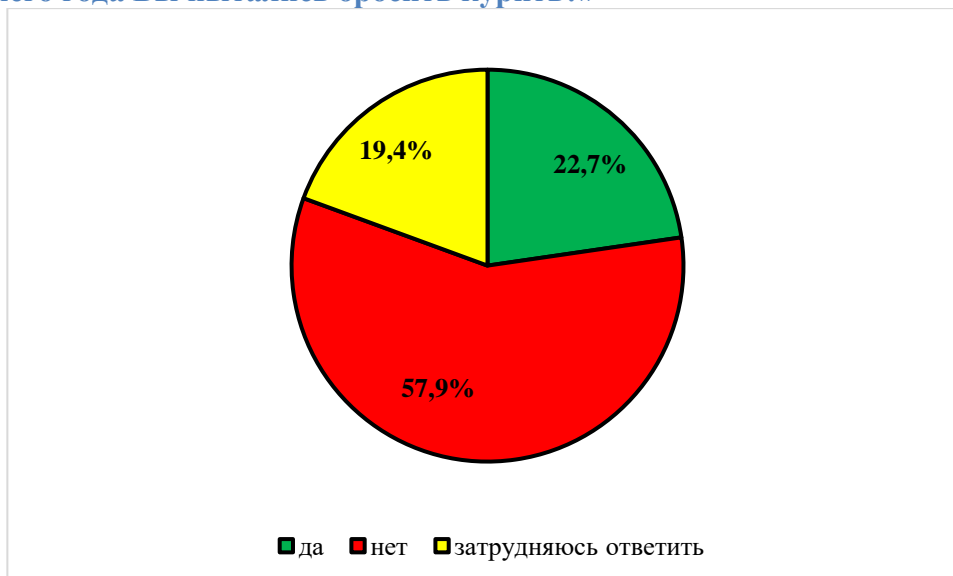


Таким образом, в большей мере воздействие на курящих представителей взрослого населения Красноярского края с целью привести их к решению отказаться от курения, оказывают врачи. Около 35,9% опрошенных курильщиков указали, что слышали за последний год такой совет от врачей или других медицинских работников – 16,4%. Среди тех, кто не получает такие советы, больше, женщин чем мужчин. Как правило, чаще всего советы отказаться от курения от врачей слышат курильщики в возрасте от 55 до 64 лет. Также, около 37,5% курильщиков в возрасте от 18 до 24 лет получали советы по отказу от курения от других людей (друзей, знакомых).

Несмотря на то, что большинство курящего населения Красноярского края в возрасте от 18 до 65 лет и старше получали советы по отказу от курения, более половины курильщиков в течение последнего года не пытались бросить курить (57,9%).

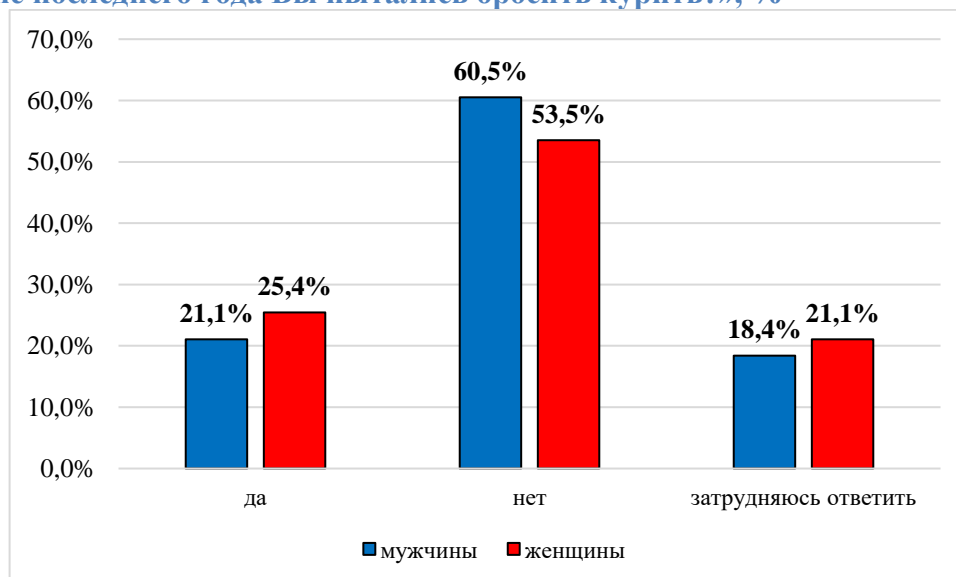
Доля тех, кто в течение года пытался отказаться от курения составляет 22,7%. Затруднились однозначно ответить на вопрос 19,4% респондентов. Данные представлены на диаграмме 22.

**Диаграмма 20. Распределение ответов курящих респондентов на вопрос «В течение последнего года Вы пытались бросить курить?»**



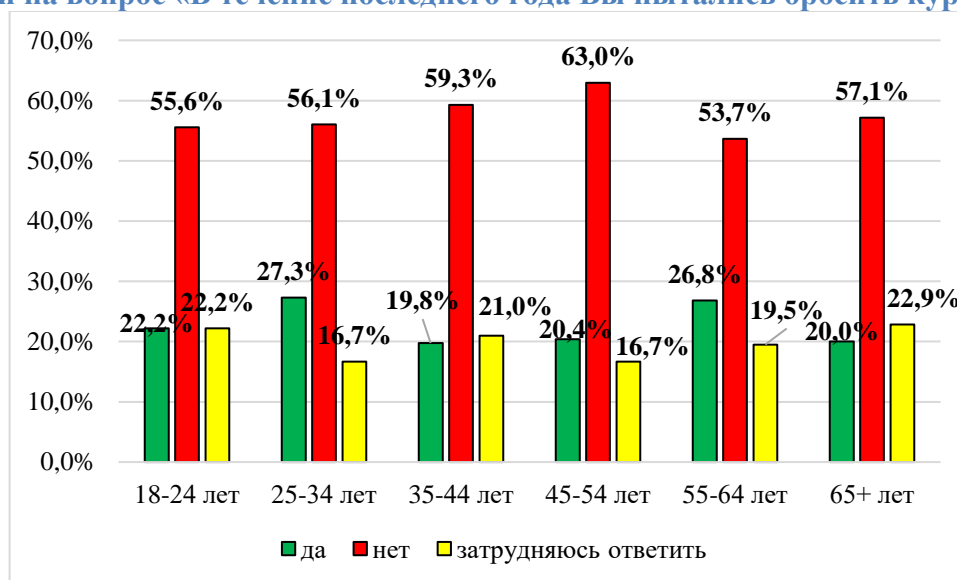
У курящих женщин чаще возникает желание бросить курить: так, в течение года пробовали отказаться от курения табака 25,4% женщин, среди мужчин этот показатель составил – 21,1% (диаграмма 23). Большинство мужчин, напротив, не прибегали к попыткам бросить курить в течение года – 60,5% (среди женщин данный показатель составляет 53,5%). Затруднились ответить на вопрос 18,4% мужчин и 21,1% женщин.

**Диаграмма 21. Распределение ответов курящих мужчин и женщин на вопрос «В течение последнего года Вы пытались бросить курить?», %**



Чаще остальных пробовали отказаться от курения в течение года респонденты в возрасте от 25 до 34 лет – около 27,3%. Реже остальных пробовали отказаться от курения представители возрастной категории от 35 до 44 лет – 19,8%, и 59,3% респондентов этой когорты не предпринимали попыток отказаться от курения в течении последнего года (диаграмма 24).

**Диаграмма 22. Распределение ответов курящих респондентов разных возрастных категорий на вопрос «В течение последнего года Вы пытались бросить курить?»», %**



Таким образом, 22,7% курящего населения Красноярского края пытались отказаться от привычки курения в течение года. Доля тех, кто не осуществлял таких попыток, составляет 57,9%. При этом женщины чаще осуществляют попытки по отказу от курения по сравнению с мужчинами. Среди представителей различных возрастных категорий наиболее активные попытки по отказу от курения предпринимали курильщики в возрасте от 25 до 34 лет (27,3%).

С 2021 году используется новая методика выявления курящих респондентов. Так, в связи с распространением потребления некурительных никотинсодержащих изделий в последние годы, респондентам было предложено выбрать никотинсодержащее изделие, которое они потребляют в настоящее время (обычные сигареты, электронные сигареты, вэйп, снюс и т.д.). Данный показатель имеет тенденцию к росту за счет потребления населением края помимо обычных сигарет, других никотинсодержащих

изделий. В 2023 году доля респондентов, потребляющих никотинсодержащие изделия составила 30,4%. Обычные сигареты потребляют до 22,9% из популяции, электронные сигареты потребляют до 4,7% из популяции, до 3,8% опрошенных в расчете на популяцию регулярно курят кальян и 0,2% потребляют некурительные никотинсодержащие изделия, такие как снюс и насвай.

**Таблица 3. Распространенность потребления никотинсодержащей продукции среди населения Красноярского края, данные с 2013 по 2023 год.**

Год	2013г.	2014 г.	2015 г.	2016 г.	2017 г.	2018 г.	2019 г.	2020 г.	2021г.	2022г.	2023г.
Процент	32,5%	33%	37,5%	32,2%	31,5%	31,30%	28,30%	32,3%.	34,2%	30,7%	30,4%

### §3. Распространенность поведенческих факторов риска, связанных с уровнем физической активности

Уровень физической активности представителей взрослого населения Красноярского края оценивался с помощью опросника, в котором респондентам предлагалось оценить уровень своей физической активности (ходьба, неинтенсивная нагрузка, интенсивная нагрузка) за неделю в днях и минутах в день. О гиподинамии свидетельствовала сумма менее 14 баллов.

Выяснилось, что недостаточная физическая активность наблюдается у 33,6% респондентов 66,4% населения Красноярского края имеют адекватную физическую активность (диаграмма 25).

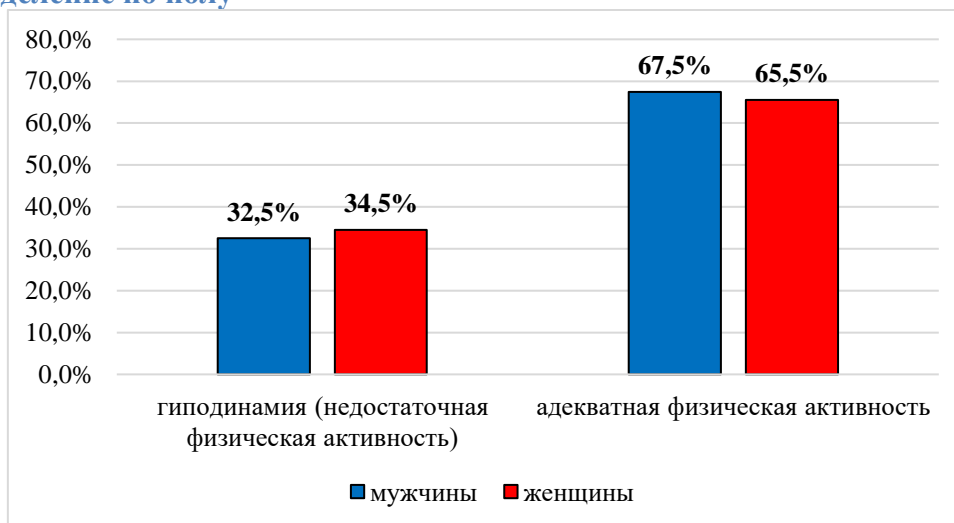
**Диаграмма 23. Уровень физической активности взрослого населения Красноярского края**



Среди представителей взрослого населения Красноярского края 35,1% указали, что в течение последнего года пытались увеличить физическую нагрузку, не пытались увеличить физическую активность 46,3% респондентов, затруднились ответить на этот вопрос 18,6% ответивших (диаграмма 29).

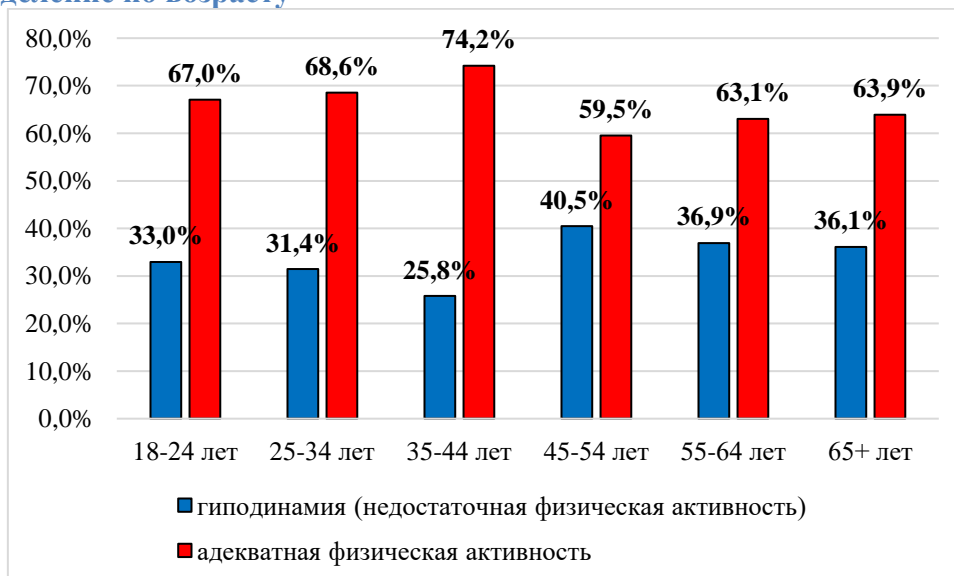
Что касается уровня физической активности среди мужчин и женщин, то существенных различий не было обнаружено. Однако, 67,5% мужчин имеют адекватную физическую активность, против 65,5% женщин. Около 34,5% женщин и 32,5% мужчин обладают недостаточной физической активностью (диаграмма 26).

**Диаграмма 24. Уровень физической активности взрослого населения Красноярского края, распределение по полу**



Адекватной физической активностью обладают чаще остальных респонденты в возрасте от 35 до 44 лет – 74,2%. Респонденты следующей возрастной когорты (от 45 до 54 лет) обладают гиподинамией в 40,5% случаев. Это самый высокий показатель среди всех респондентов.

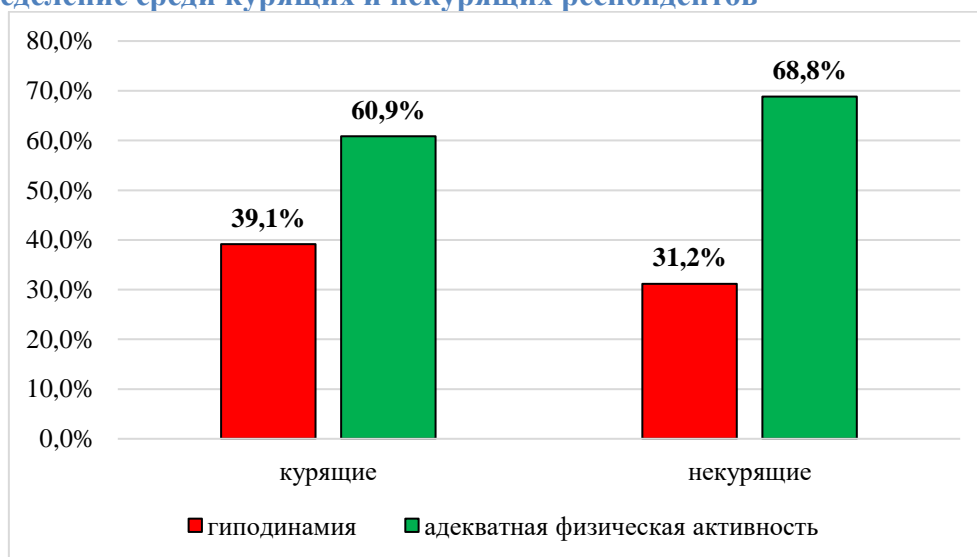
**Диаграмма 25. Уровень физической активности взрослого населения Красноярского края, распределение по возрасту**



Некурящие респонденты в 68,8% случаев обладают адекватной физической активностью, курящие – 60,9%. Гиподинамия преобладает

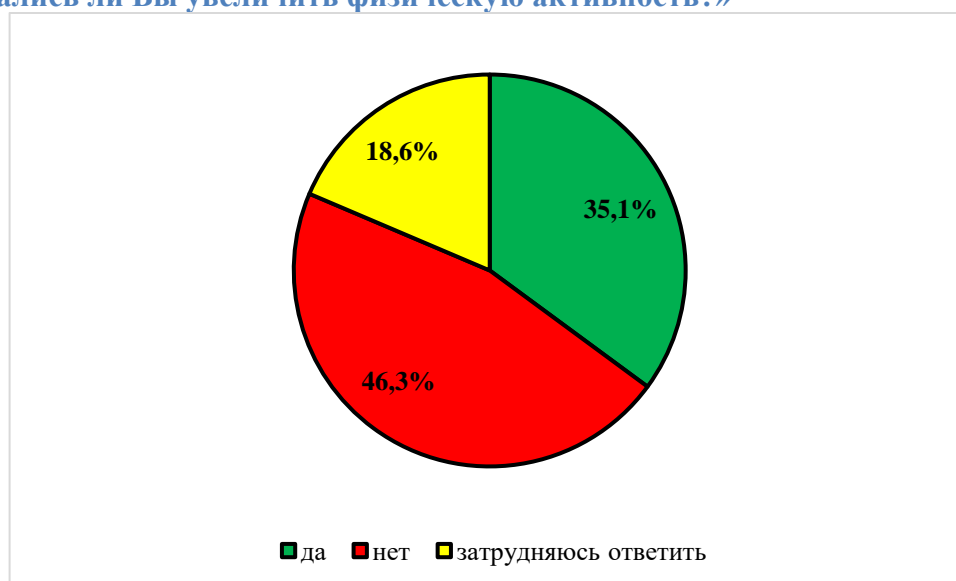
у курящих респондентов и составляет 39,1% против 31,2% среди некурящих респондентов (диаграмма 28).

**Диаграмма 26. Уровень физической активности взрослого населения Красноярского края, распределение среди курящих и некурящих респондентов**



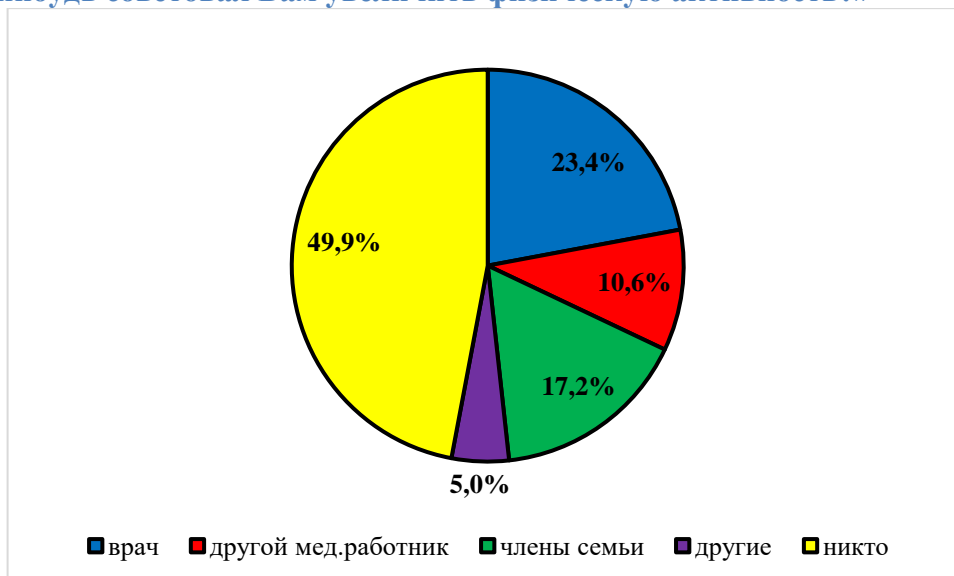
Среди представителей взрослого населения Красноярского края 35,1% указали, что в течение последнего года пытались увеличить физическую активность, не пытались увеличить физическую активность 46,3% респондентов, затруднились ответить на этот вопрос 18,6% ответивших (диаграмма 29).

**Диаграмма 27. Распределение ответов респондентов на вопрос «В течение последнего года пытались ли Вы увеличить физическую активность?»**



Половина представителей взрослого населения Красноярского края (49,9%) указали, что в течение последнего года им никто не советовал увеличить физическую активность (диаграмма 30).

**Диаграмма 28. Распределение ответов респондентов на вопрос «В течение последнего года кто-нибудь советовал Вам увеличить физическую активность?»**



Доля тех, кому советовали увеличить свою физическую активность врач или другой медицинский работник составляет 23,4% и 10,6%. Доля респондентов, которым советовали увеличить физическую активность члены семьи составляет 17,2%, и 5,0% выбрали вариант ответа «другие».

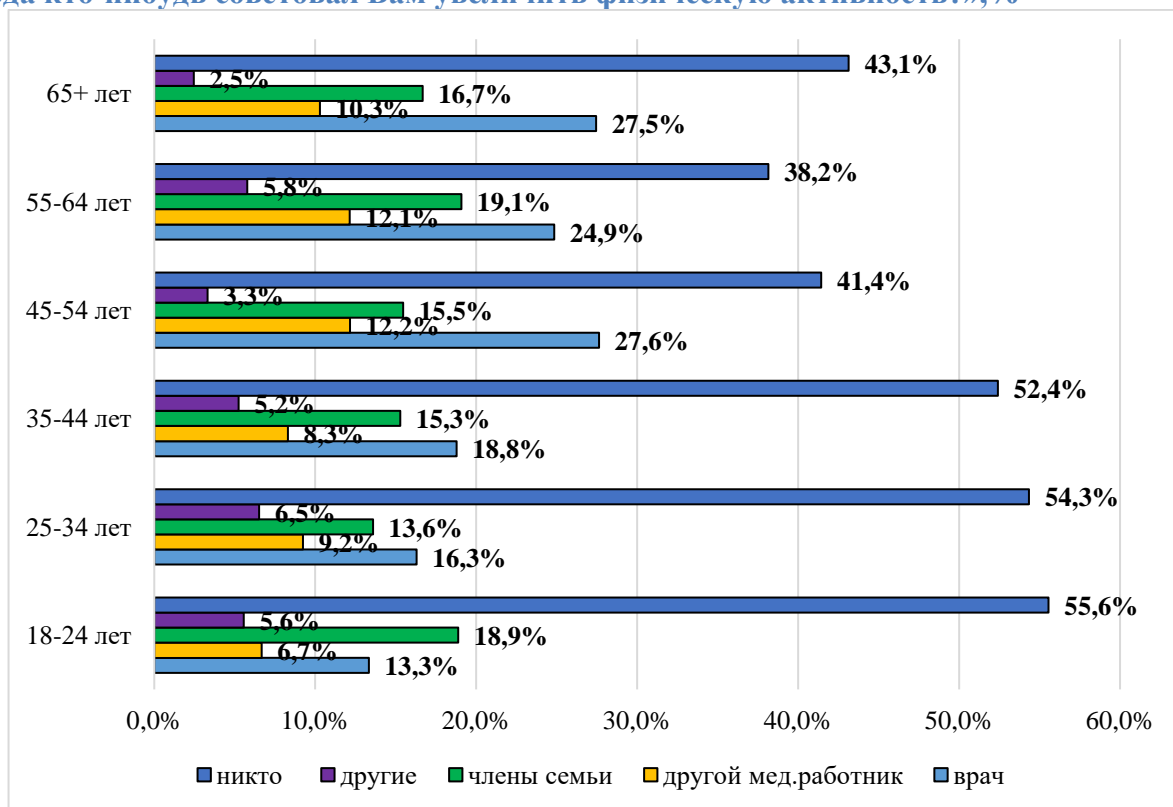
Несколько различна доля мужчин и женщин, которым никто не советовал увеличить физическую активность в течение последнего года, 46,4% и 47,6% соответственно. Среди женщин несколько меньше тех, кто получал совет увеличить физическую активность от членов семьи – 16,1%, среди мужчин данный показатель составляет 16,4%. Однако среди мужчин меньше тех, кому увеличить физическую активность советовали другие медицинские работники – 8,6% (женщинам – 11,2%). Данные представлены на диаграмме 31.

**Диаграмма 29. Распределение ответов респондентов на вопрос «В течение последнего года кто-нибудь советовал Вам увеличить физическую активность?»**



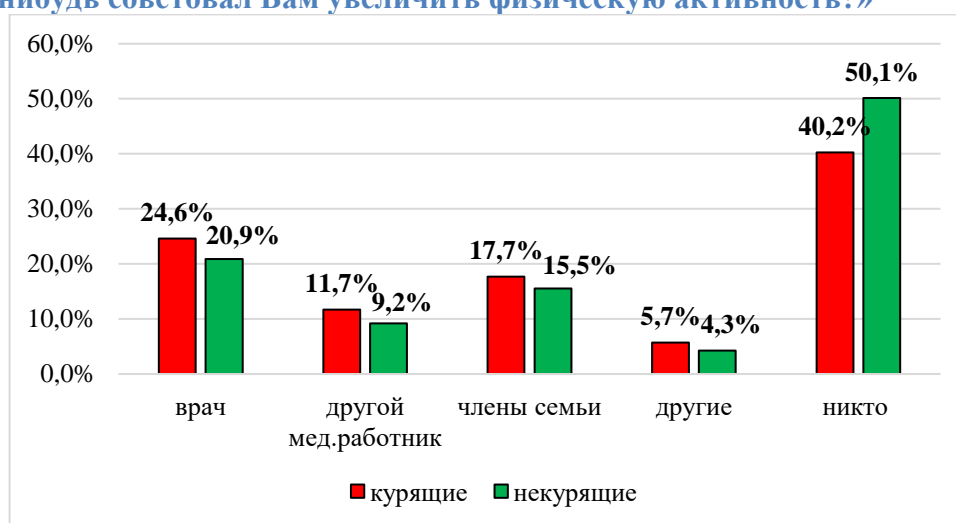
Наибольший показатель доли респондентов, которым советовали увеличить физическую активность в течение последнего года врачи, находится в возрастных когортах от 45 до 54 лет и от 65 лет и старше, среди респондентов в возрасте от 45 до 54 лет такая доля составляет 27,6%, среди представителей возрастной когорты от 65 лет и старше – 27,5%. Никто не советовал увеличить физическую активность чаще всего респондентам в возрастных когортах от 18 до 24 лет, от 25 до 34 лет, от 35 до 44 лет в данных когортах самые высокие показатели – более 55%. Среди остальных возрастных когорт этот показатель варьируется от 38,2% до 43,1% (диаграмма 32).

**Диаграмма 30. Распределение ответов респондентов на вопрос «В течение последнего года кто-нибудь советовал Вам увеличить физическую активность?», %**



Совет «увеличить физическую активность» курящим дают чаще всего врачи – 24,6% и члены семьи – 17,7%. Вариант ответа «никто», выбрали 50,1% некурящих респондентов и 40,2% курящих (диаграмма 33).

**Диаграмма 31. Распределение ответов респондентов на вопрос «В течение последнего года кто-нибудь советовал Вам увеличить физическую активность?»**



Таким образом, около 66,4% населения Красноярского края имеют адекватную физическую активность. Большинство мужчин и женщин имеют

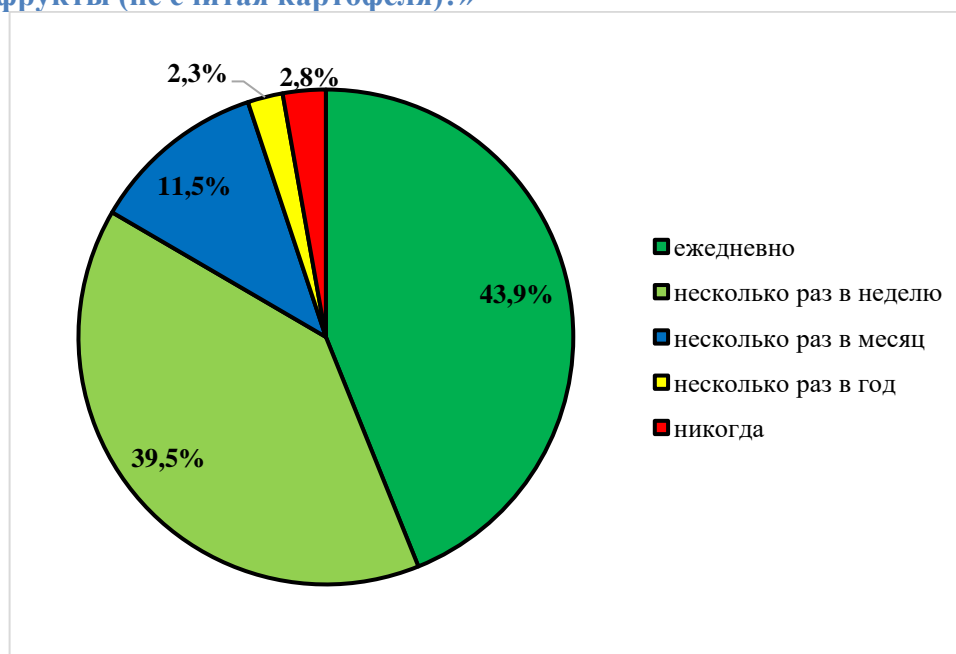
адекватную физическую активность, сюда же относятся представители младших возрастных когорт. Что касается курящих, то они в меньшей степени обладают адекватной физической активностью, чем некурящие. Половина представителей взрослого населения Красноярского края указали, что никто им не советовал увеличить свою физическую активность в течение года. Большинству жителей Красноярского края, врачи советовали увеличить физическую активность. Как оказалось, курение не влияет на частоту получения респондентами совета увеличить физическую активность, показатели результатов курящих и некурящих респондентов не имеют больших отличий.

#### §4. Распространенность поведенческих факторов риска, связанных с режимом питания.

Риски, связанные с режимом питания изучались через выявление режима потребления жителями Красноярского края в возрасте от 18 до 65 лет и старше фруктов и овощей в любом виде (исключая картофель). Наряду с этим изучался показатель доли жителей Красноярского края, пытавшихся придерживаться режима здорового питания путем стремления употреблять больше овощей и фруктов, меньше жира, сахара, соли и алкоголя.

Как показали результаты исследования, наиболее распространенный среди респондентов режим потребления овощей и фруктов – «ежедневно» (диаграмма 34). Так, 43,9% опрошенных респондентов указали, что именно с такой частотой употребляют овощи и фрукты. Несколько раз в неделю потребляют овощи и фрукты 39,5% жителей Красноярского края. Употребляют овощи и фрукты несколько раз в месяц 11,5% респондентов.

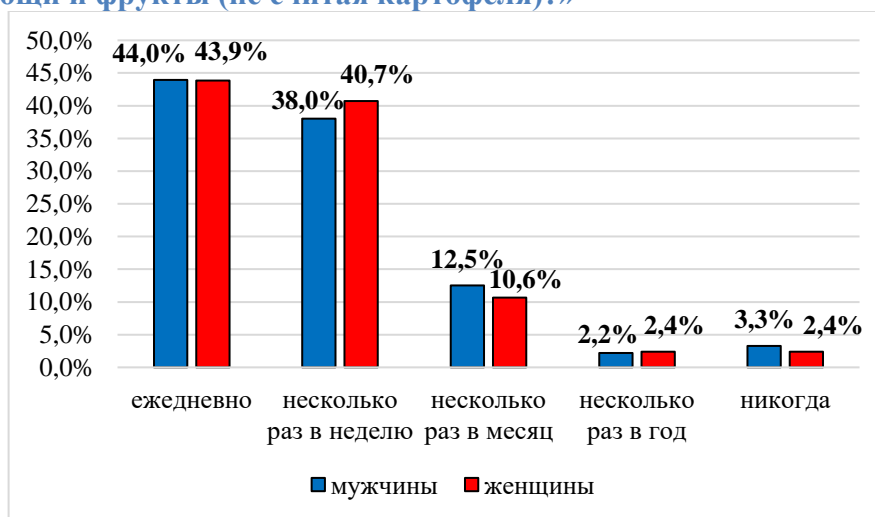
Диаграмма 32. Распределение ответов респондентов на вопрос «Как часто Вы едите овощи и фрукты (не считая картофеля)?»



Сравнительный анализ ответов мужчин и женщин показал, что женщины наравне с мужчинами придерживаются интенсивного режима потребления овощей и фруктов (диаграмма 35). Так, среди тех, кто ежедневно употребляет овощи, и фрукты в пищу, 40,0% мужчин и 39,9% женщин.

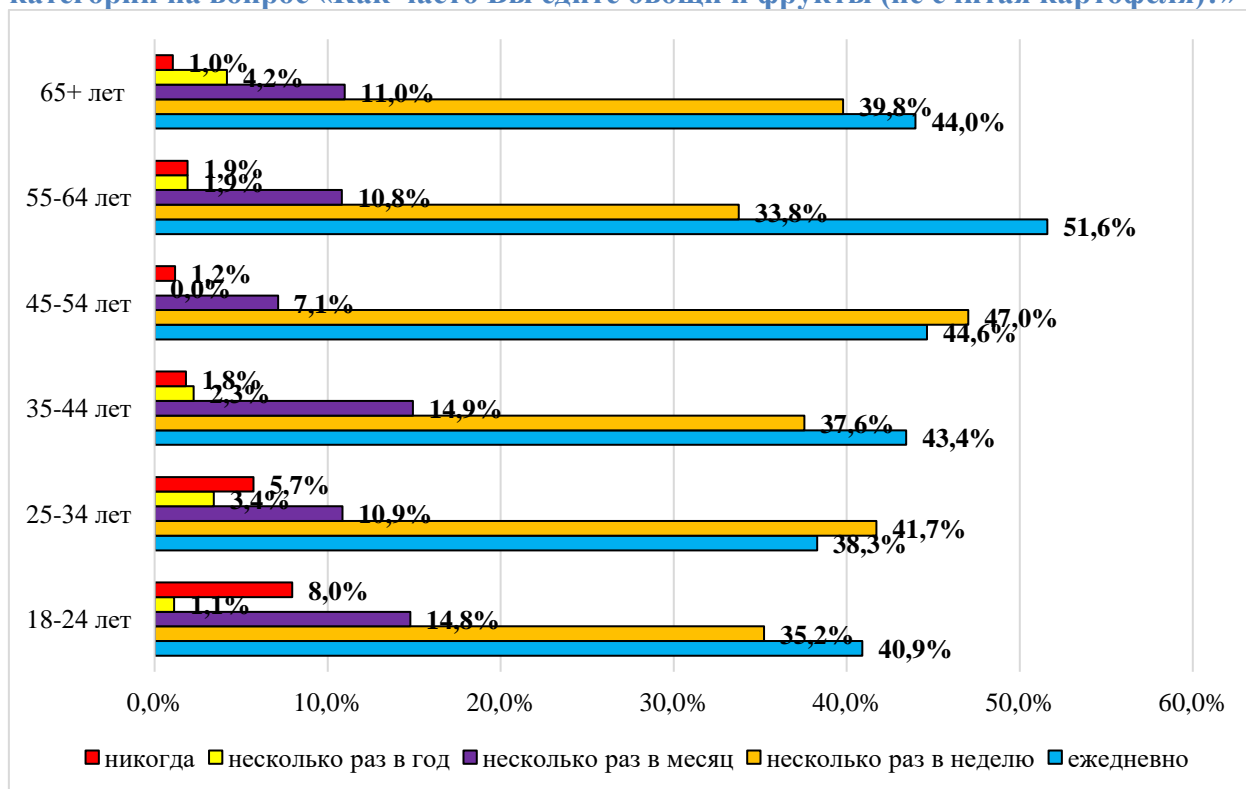
Несколько раз в неделю употребляют овощи и фрукты в пищу чаще женщины, чем мужчины. Мужчины практикуют менее интенсивный режим потребления овощей и фруктов: среди них больше, по сравнению с женщинами, тех, кто употребляет их несколько раз в месяц – 12,5% (среди женщин этот показатель составляет 10,6%).

**Диаграмма 33. Распределение ответов мужчин и женщин на вопрос «Как часто Вы едите овощи и фрукты (не считая картофеля)?»**



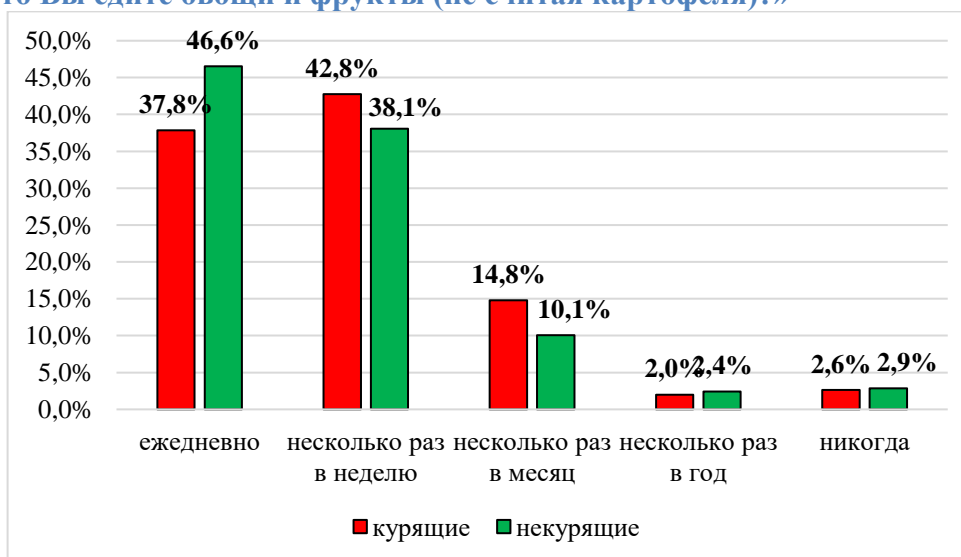
Возрастная динамика режимов потребления свежих фруктов во взрослом населении Красноярского края в возрасте от 18 до 65 лет и старше имеет следующие тенденции. Во всех возрастных когортах чаще всего практикуется потребление овощей и фруктов ежедневно и несколько раз в неделю. Ежедневно потребляют овощи и фрукты чаще остальных респонденты старших возрастных когорт в возрасте от 45 до 54 лет и от 55 до 64 лет – 44,6% и 51,6% соответственно. Несколько раз в неделю потребляют овощи и фрукты чаще всего респонденты возрастных категорий от 25 до 34 лет (41,7%) и от 45 до 54 лет – 47%. Что касается режима потребления овощей и фруктов «несколько раз в месяц», то чаще остальных так потребляют овощи и фрукты представители возрастной когорты от 35 до 44 лет – 14,9%, а также респонденты младшей возрастной когорты в возрасте от 18 до 24 лет – 14,8%.

**Диаграмма 34. Распределение ответов респондентов различных возрастных категорий на вопрос «Как часто Вы едите овощи и фрукты (не считая картофеля)?»**



На диаграмме 37 видно, что ежедневно едят овощи и фрукты чаще некурящие респонденты – 46,6% (курящие – 37,8%). Как и в случае ежедневного потребления овощей и фруктов, и Курящие респонденты предпочитают употреблять фрукты и овощи несколько раз в неделю – 42,8% или несколько раз в месяц – 14,8%, в свою очередь у некурящих респондентов данный показатель ниже.

**Диаграмма 35. Распределение ответов курящих и некурящих респондентов на вопрос «Как часто Вы едите овощи и фрукты (не считая картофеля)?»**

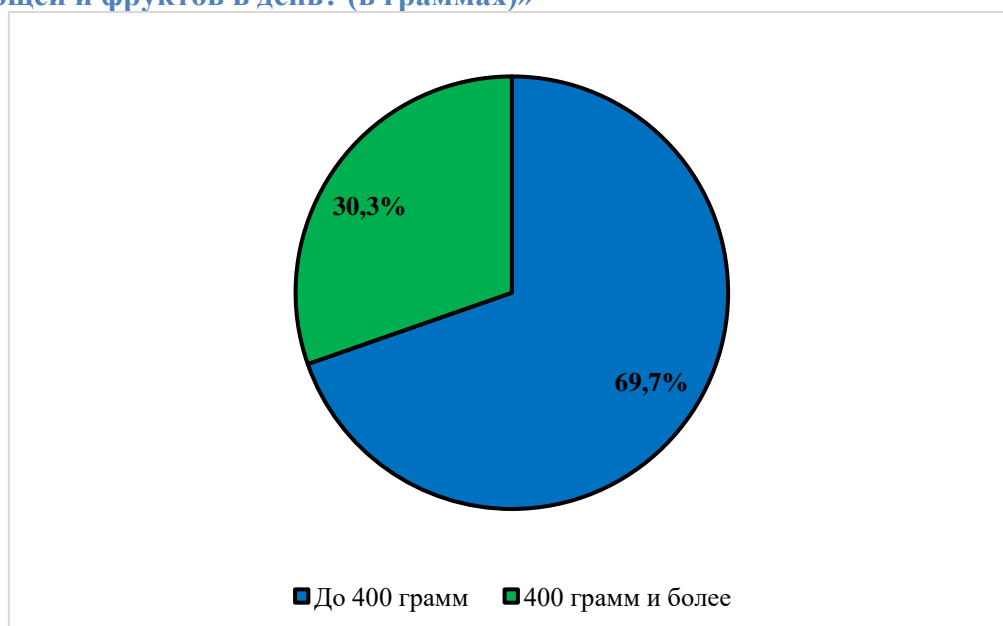


Таким образом, овощи и фрукты употребляют в пищу 97,2% представителей взрослого населения Красноярского края. При этом наиболее распространенный режим потребления овощей и фруктов – ежедневно (43,9%). Женщины придерживаются более интенсивного режима потребления овощей и фруктов, по сравнению с мужчинами. Представители всех возрастов чаще всего употребляют свежие фрукты ежедневно и несколько раз в неделю. При этом наиболее интенсивный режим потребления овощей и фруктов реже практикуется в возрасте от 25 до 34 лет. Ежедневно едят овощи и фрукты чаще некурящие респонденты, курящие респонденты едят овощи и фрукты в большинстве случаев несколько раз в неделю.

Сравнивая полученные в ходе настоящего исследования данные с данными, полученными в 2017-2023 годах, можно сказать о тенденции к повышению потребления респондентами свежих овощей и фруктов.

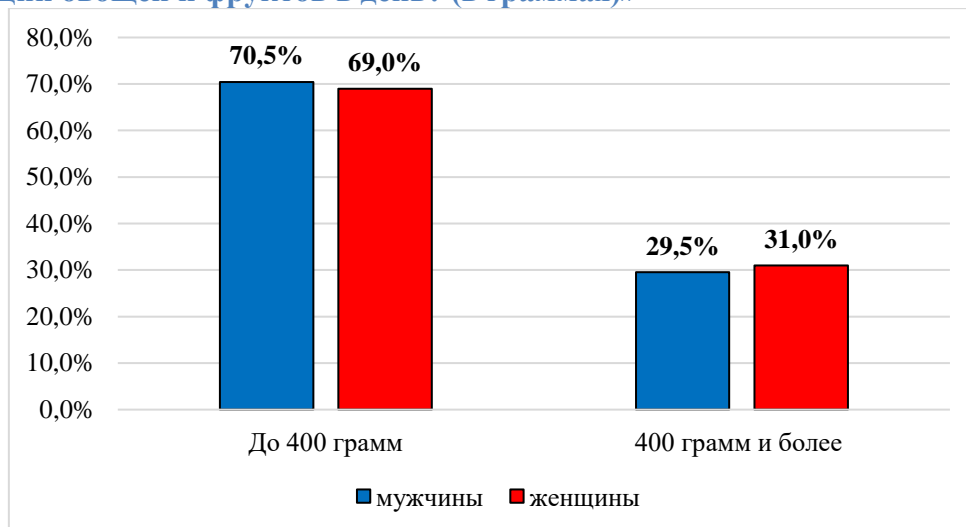
Респонденты в 69,7% случаев указали, что размер их средней порции овощей и фруктов в день составляет менее 400 грамм. До 30,3% опрошенных респондентов отметили, что в среднем их порция овощей и фруктов в день составляет 400 грамм и более (диаграмма 38).

**Диаграмма 36. Распределение ответов респондентов на вопрос «Каков размер средней порции овощей и фруктов в день? (в граммах)»**



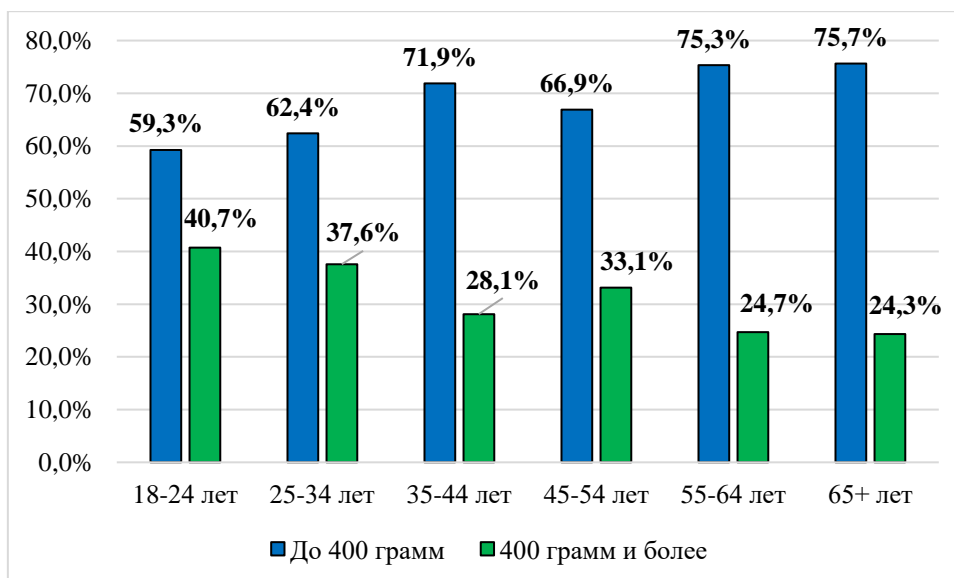
Как показывает диаграмма 39, 70,5% мужчин и 69,0% женщин указали, что размер их средней порции овощей и фруктов в день составляет менее 400 грамм.

**Диаграмма 37. Распределение ответов мужчин и женщин на вопрос «Каков размер средней порции овощей и фруктов в день? (в граммах)»**



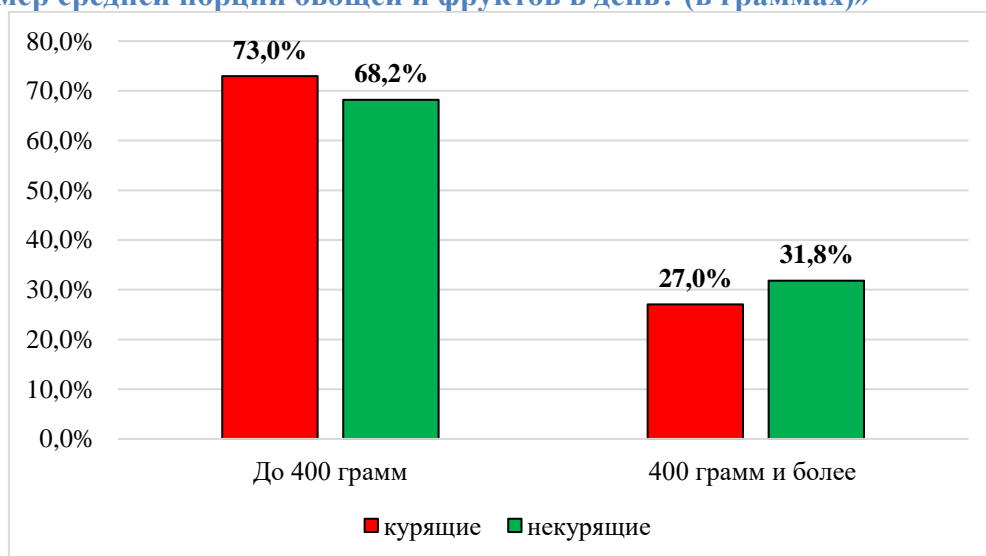
В возрастной когорте от 18 до 24 лет в 40,7% случаев респонденты указали, что размер их средней порции овощей и фруктов в день составляет 400 грамм и более. Это самый высокий показатель среди всех возрастных когорт. До 400 грамм овощей и фруктов чаще остальных потребляют респонденты в возрасте от 65 лет и старше – 75,7% (диаграмма 40).

**Диаграмма 38. Распределение ответов респондентов различных возрастных категорий на вопрос «Каков размер средней порции овощей и фруктов в день? (в граммах)»**



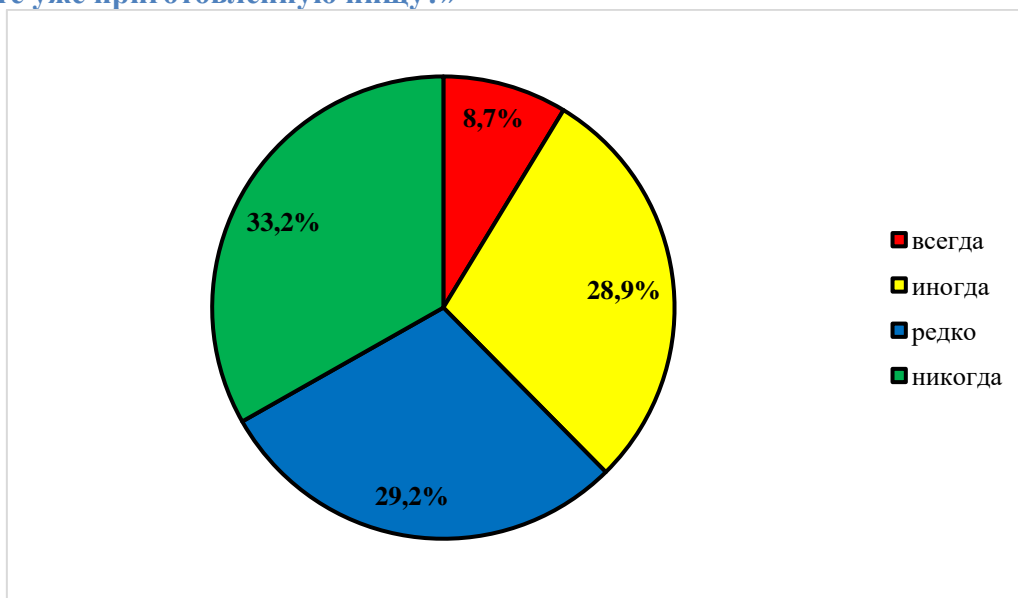
Среди курящих респондентов немного больше оказалось тех, кто потребляет до 400 грамм овощей и фруктов в день, чем среди некурящих – 73,0% и 68,2% соответственно. Так же различия имеются в потреблении овощей и фруктов в день 400 грамм и более среди курящих и некурящих респондентов. Так среди некурящих больше тех, чья средняя порция фруктов и овощей составляет более 400 грамм в день – 31,8%, а среди курящих – 27,0% соответственно (диаграмма 41).

**Диаграмма 39. Распределение ответов курящих и некурящих респондентов на вопрос «Каков размер средней порции овощей и фруктов в день? (в граммах)»**



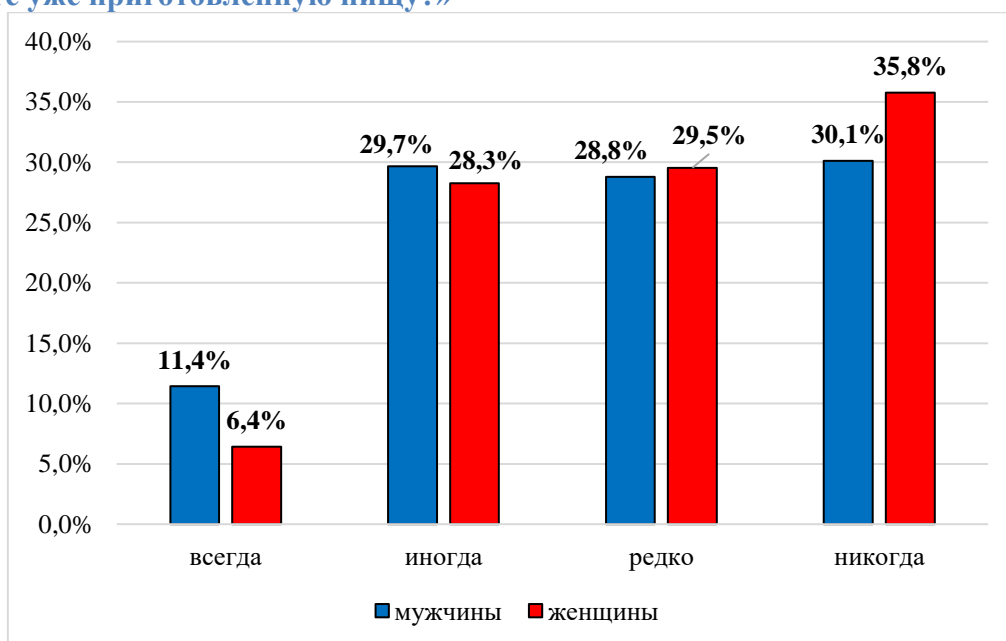
На диаграмме 42 видно, что 33,2% опрошенных респондентов никогда не досаливают уже приготовленную пищу. Также 29,2% респондентов отметили, что подсаливают приготовленную пищу изредка. Около 28,9% респондентов указали, что подсаливают пищу иногда и 8,7% опрошенных респондентов подсаливают пищу всегда.

**Диаграмма 40. Распределение ответов респондентов на вопрос «Как часто Вы досаливаете уже приготовленную пищу?»**



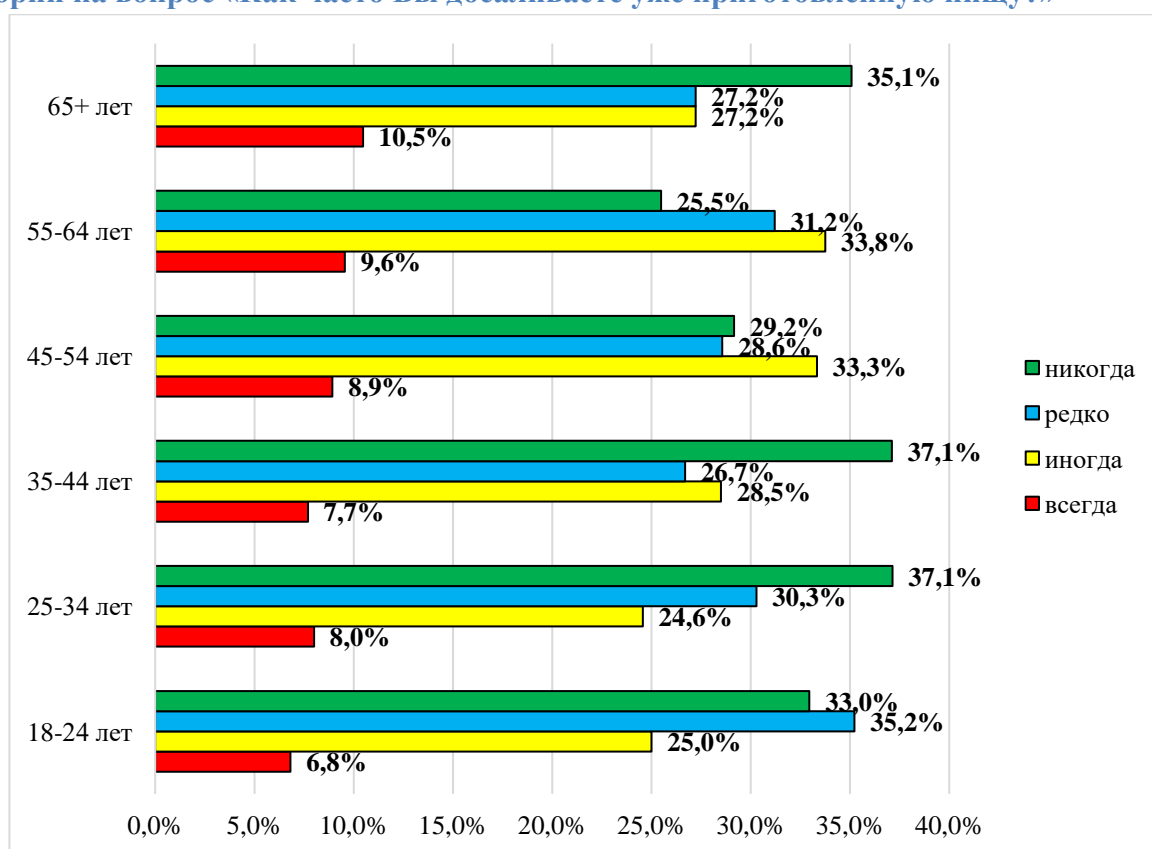
Мужчины и женщины в разной степени относятся к своему здоровью, женщины в большинстве случаев никогда не подсаливают уже приготовленную пищу – 35,8%, у мужчин данный показатель немного ниже и составляет – 30,1%. Также, мужчины в 11,4% случаев указали, что подсаливают уже приготовленную пищу всегда, в то время как таких женщин оказалось почти вдвое меньше – 6,4% (диаграмма 43).

**Диаграмма 41. Распределение ответов мужчин и женщин на вопрос «Как часто Вы досаливаете уже приготовленную пищу?»**



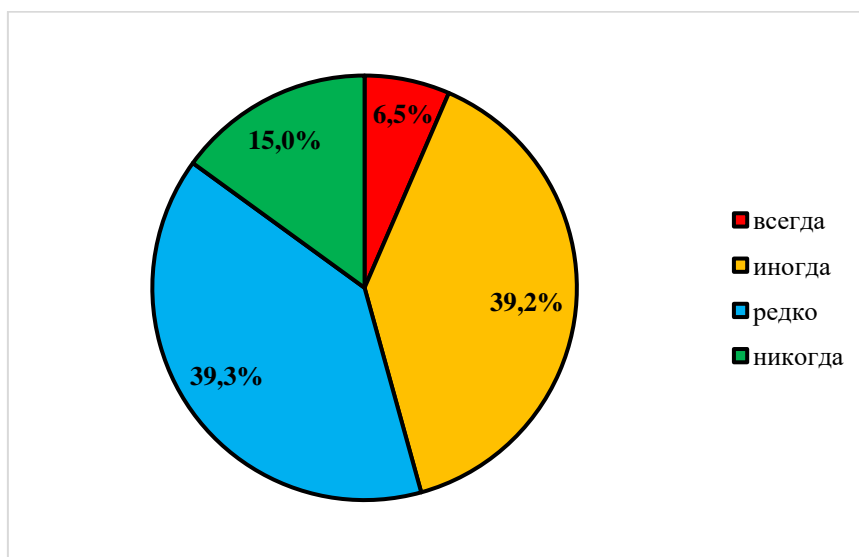
На диаграмме 44 видно, что во всех возрастных когортах респонденты преимущественно никогда не досаливают пищу. Этот показатель колеблется от 25,5% до 37,1% во всех возрастных группах. Иногда досаливают уже приготовленную пищу чаще респонденты в возрасте от 55 до 64 лет – 33,8%. Всегда досаливают приготовленную пищу в большинстве случаев 10,5% респондентов возрасте от 65 лет и старше, данный показатель снижается с каждой возрастной когортой и в возрасте от 18 до 24 лет респонденты всегда досаливают приготовленную пищу в 6,8% случаев.

**Диаграмма 42. Распределение ответов респондентов различных возрастных категорий на вопрос «Как часто Вы досаливаете уже приготовленную пищу?»**



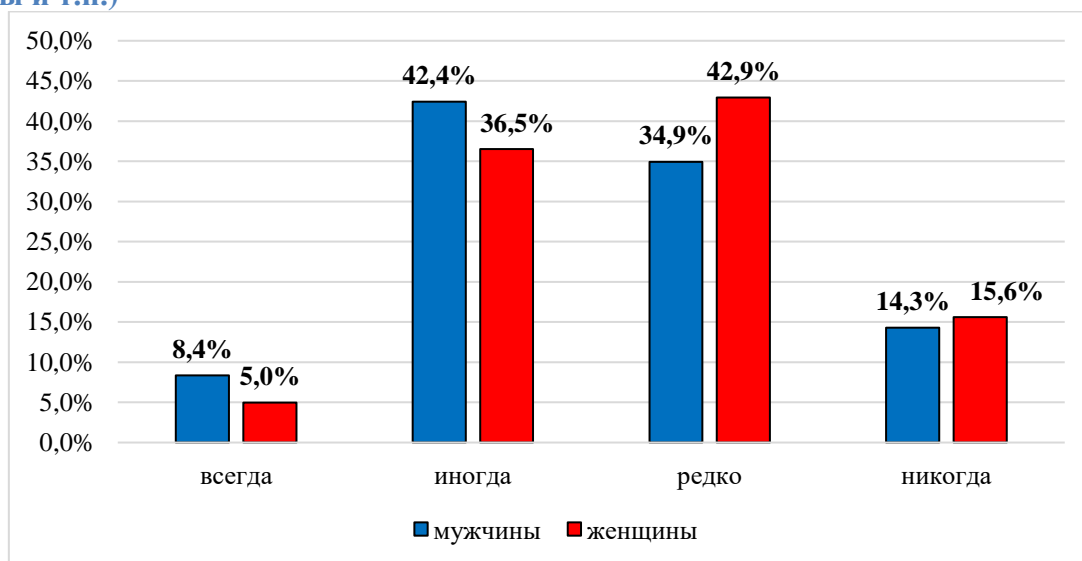
Выяснилось, что большинство респондентов изредка едят готовые продукты с высоким содержанием соли – 39,3%. Иногда едят такие продукты 39,2% опрошенных респондентов. Около 15,0% респондентов указали, что никогда не ели готовые продукты с высоким содержанием соли и 6,5% респондентов ответили, что всегда едят такие продукты (диаграмма 45).

**Диаграмма 43. Распределение ответов респондентов на вопрос «Как часто Вы едите готовые продукты с высоким содержанием соли? (копчености, чипсы, консервы и т.п.)»**



Женщины в 42,9% случаев отметили, что изредка едят готовые продукты с высоким содержанием соли. Таких мужчин оказалось 34,9%. Всегда едят готовые продукты с высоким содержанием соли 8,4% мужчин и 5,0% женщин. Никогда не едят такие продукты 15,6% женщин и 14,3% мужчин (диаграмма 46).

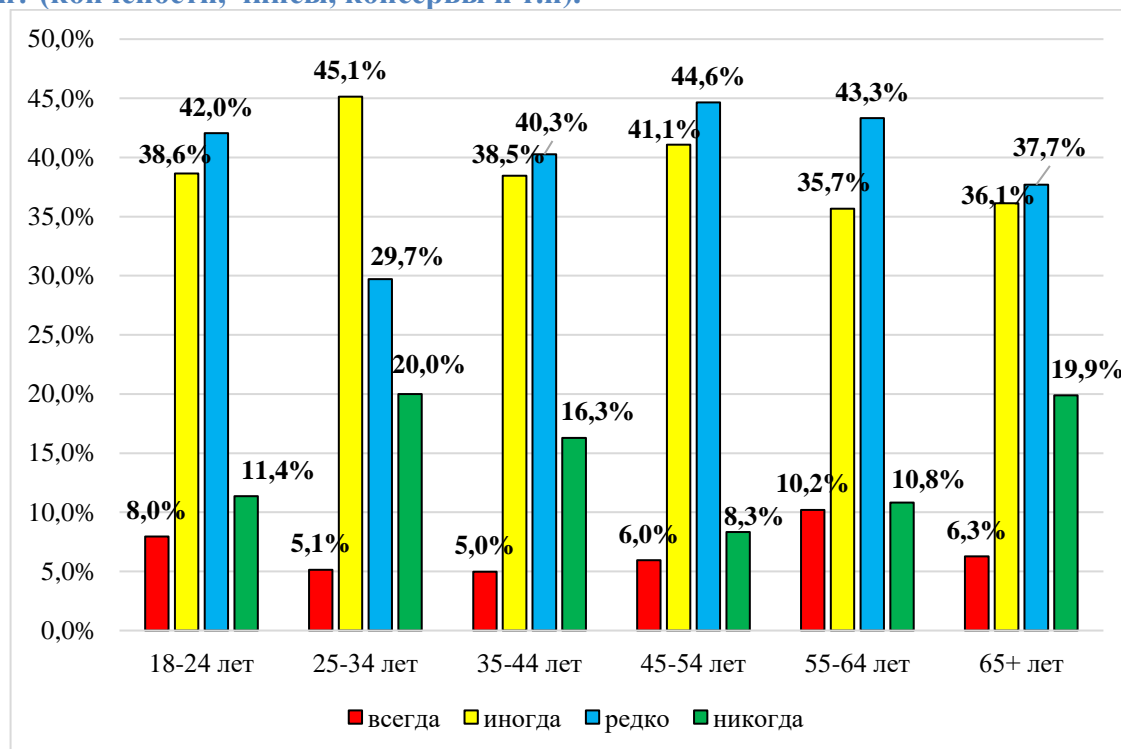
**Диаграмма 44. Распределение ответов мужчин и женщин на вопрос «Как часто Вы едите готовые продукты с высоким содержанием соли? (копчености, чипсы, консервы и т.п.)»**



Как показывает диаграмма 47, большинство респондентов едят готовые продукты с высоким содержанием соли изредка во всех возрастных когортах.

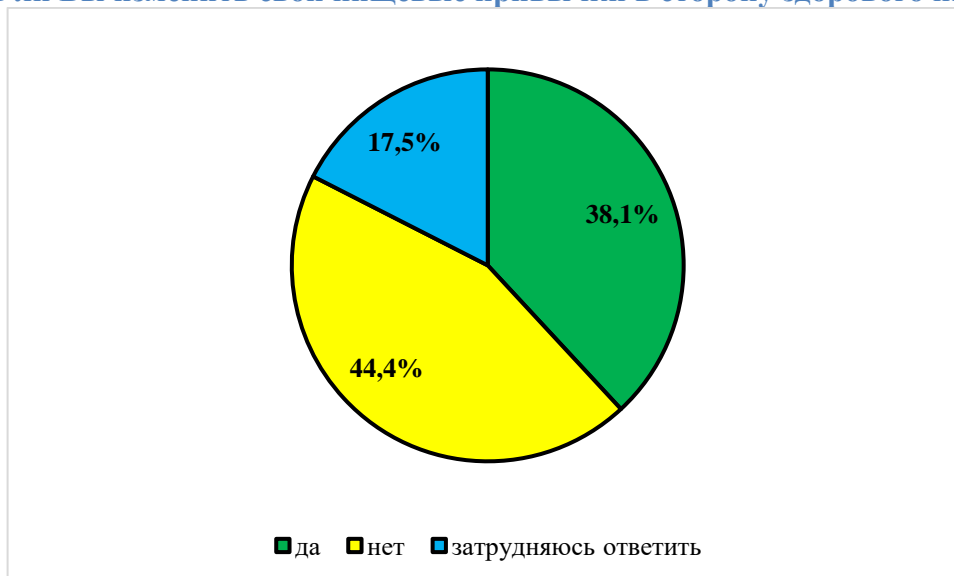
Стоит отметить, что чаще остальных в возрастной когорте от 55 до 64 лет в 10,2% случаев респонденты всегда едят готовые продукты с высоким содержанием соли, реже всех респонденты в возрасте от 35 до 44 лет – 5,0%. Никогда не едят такие продукты респонденты в возрасте от 25 до 34 лет, нежели остальные – 20,0%.

**Диаграмма 45. Распределение ответов респондентов различных возрастных категорий на вопрос «Как часто Вы едите готовые продукты с высоким содержанием соли? (копчености, чипсы, консервы и т.п).»**



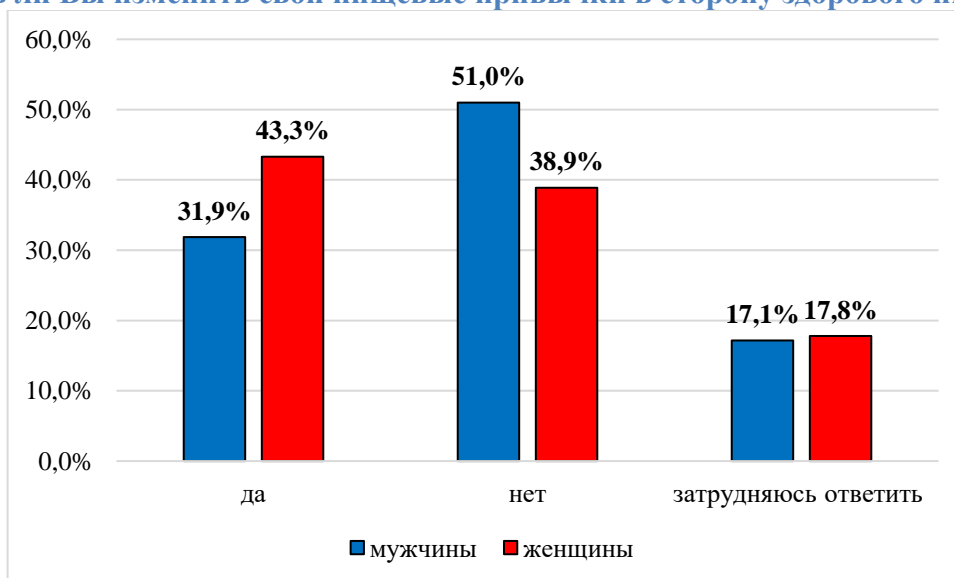
На вопрос социологической анкеты «В течение последнего года пытались ли Вы изменить свои пищевые привычки в сторону здорового питания?» ответы распределились следующим образом: около 38,1% респондентов пытались изменить свои привычки в сторону здорового питания в течение последнего года и 44,4% респондентов ответили, что не совершали такую попытку. При этом 17,5% затруднились ответить на этот вопрос.

**Диаграмма 46. Распределение ответов респондентов на вопрос «В течение последнего пытались ли Вы изменить свои пищевые привычки в сторону здорового питания?»**



Среди женщин доля тех, кто пытался изменить свои пищевые привычки в сторону здорового питания в течение последнего года, составляет 43,3%, а доля мужчин – 31,9% (диаграмма 49).

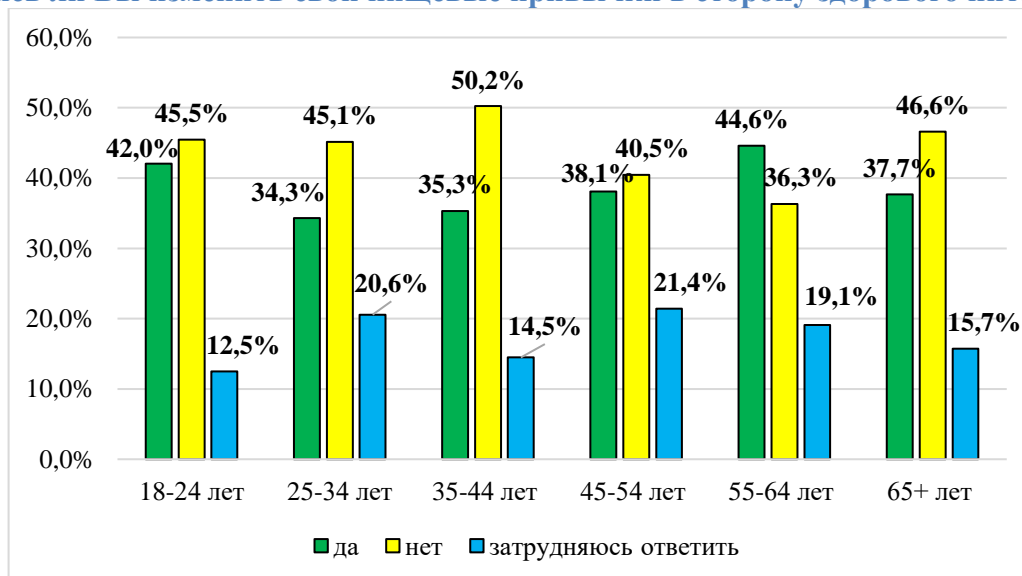
**Диаграмма 47. Распределение ответов респондентов на вопрос «В течение последнего пытались ли Вы изменить свои пищевые привычки в сторону здорового питания?»**



Распределение по возрасту ответов респондентов на вопрос «В течение последнего пытались ли Вы изменить свои пищевые привычки в сторону здорового питания?» показало, что реже остальных возрастных когорт пытаются изменить свои пищевые привычки респонденты возрастной когорты

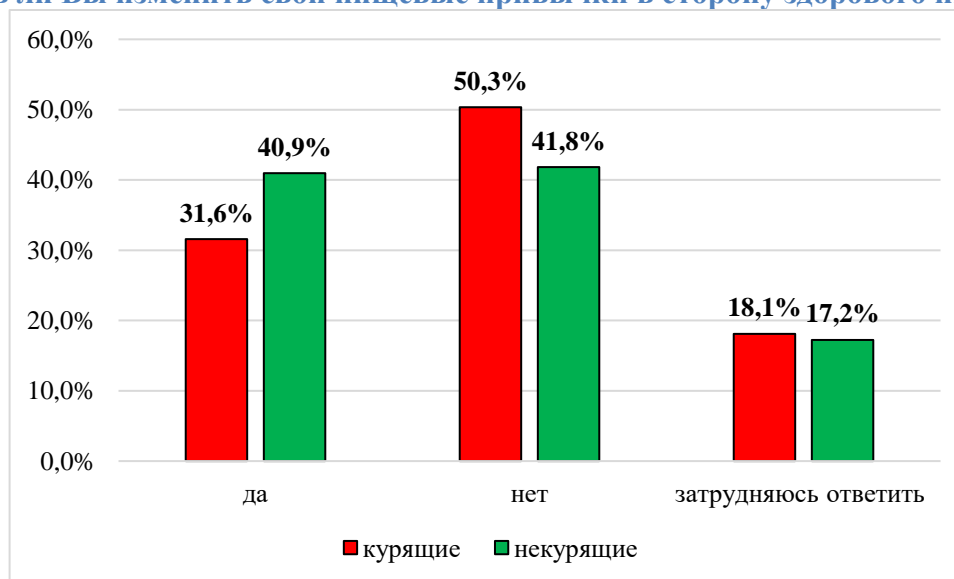
от 35 до 44 лет (50,2% не пытались это сделать). Однако, респонденты в возрасте от 18 до 24 лет чаще остальных пытались изменить свои пищевые привычки в сторону здорового питания – 42,0%.

**Диаграмма 48. Распределение ответов респондентов на вопрос «В течение последнего пытались ли Вы изменить свои пищевые привычки в сторону здорового питания?»**



Курящие респонденты реже пытались изменить свои пищевые привычки, чем некурящие – 31,6% и 40,9% соответственно. Не пытались в течение последнего года изменить свои пищевые привычки 50,3% курящих респондентов и 41,8% некурящих. Данные представлены на диаграмме 51.

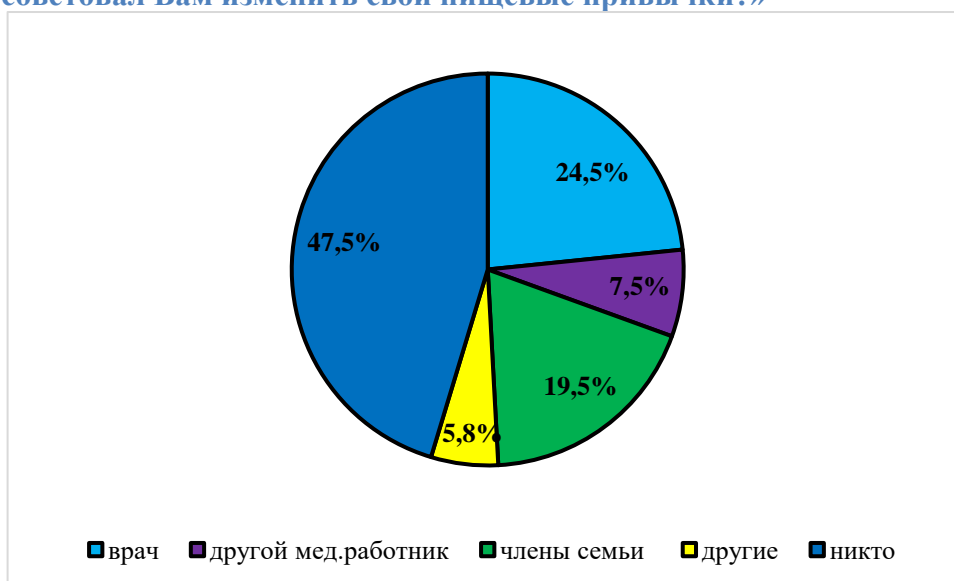
**Диаграмма 49. Распределение ответов респондентов на вопрос «В течение последнего пытались ли Вы изменить свои пищевые привычки в сторону здорового питания?»**



Таким образом, около 38,1% взрослого населения Красноярского края в возрасте от 18 лет и старше в течение последнего года пытались изменить свои пищевые привычки в сторону здорового питания. При этом среди женщин доля тех, кто ответил положительно на этот вопрос, выше, чем среди мужчин. Также некурящие жители Красноярского края чаще пытались изменить свои пищевые привычки, чем курящие. Количество респондентов, пытавшихся изменить свои пищевые привычки, имеет практически равный процент во всех возрастных категориях, однако представители младших возрастных (от 18 до 24 лет) когорт чаще склонны к изменению пищевых привычек.

Как показали результаты исследования, большинству респондентов никто не советовал изменить свои пищевые привычки (47,5%). Среди респондентов, которые получали совет изменить свои пищевые привычки, 19,5% получали такой совет от членов семьи и 32,0% от медицинских работников – из которых врачи составляют 24,5%, другие медицинские работники - (7,5%). Вариант ответа «другие» выбрали 5,8% респондентов. Данные представлены на диаграмме 52.

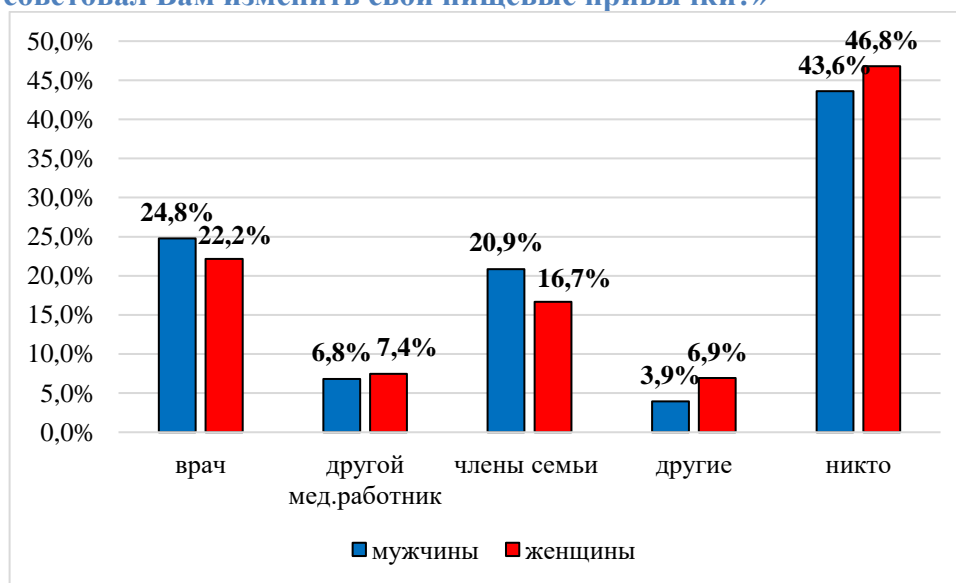
**Диаграмма 50. Распределение ответов респондентов на вопрос «В течение последнего кто-либо советовал Вам изменить свои пищевые привычки?»**



Доля мужчин и женщин, которым никто не советовал поменять свои пищевые привычки в течение последнего года, немного различна.

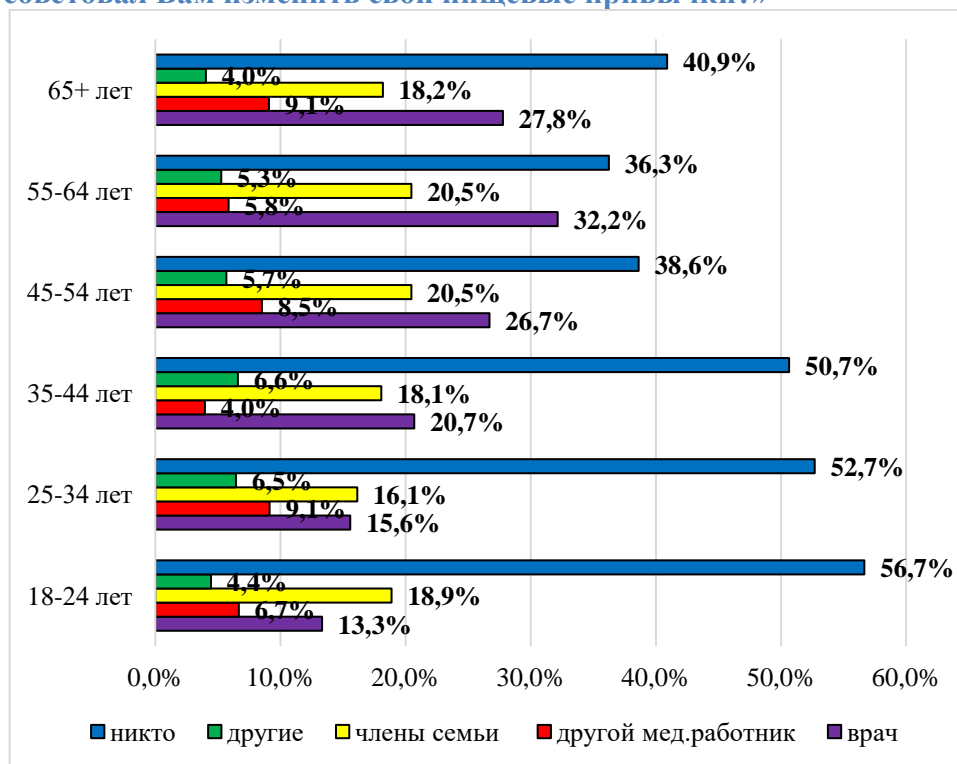
Так, мужчины чаще не получали совета изменить пищевые привычки в 43,6% случаев, а женщины в 46,8% случаев. Среди женщин и мужчин процент тех, кому советовали изменить свои пищевые привычки члены семьи, составляет – 16,7% и 20,9% соответственно. Среди женщин и мужчин процент тех, кто получал совет изменить пищевые привычки от врача, составил по 22,2 и 24,8%, от других медработников женщины получали совет в 7,4% случаев, а мужчины в 6,8% соответственно (диаграмма 53).

**Диаграмма 51. Распределение ответов респондентов на вопрос «В течение последнего кто-либо советовал Вам изменить свои пищевые привычки?»**



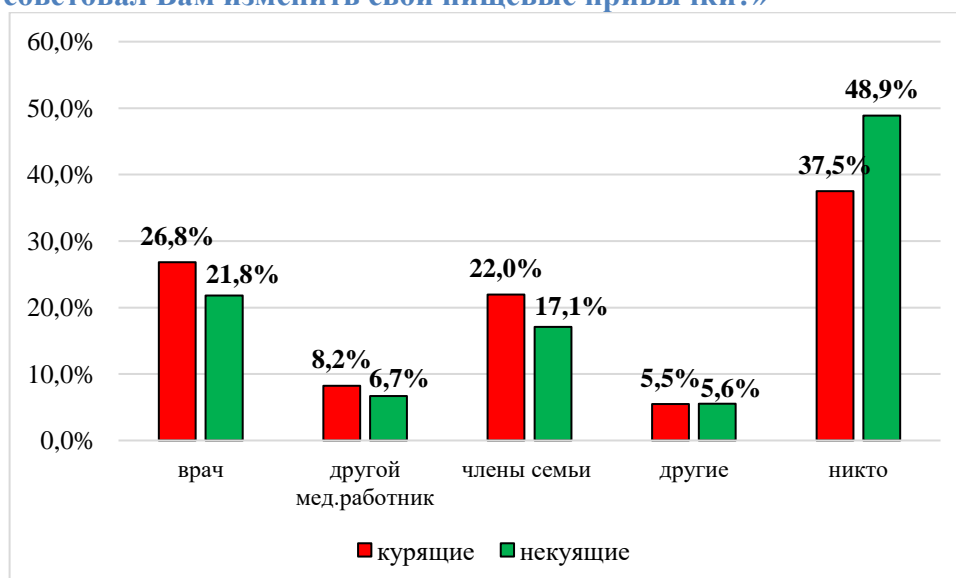
Респондентам всех возрастных когорт в большинстве случаев никто не советовал изменить свои пищевые привычки. Данный показатель колеблется от 38,6% до 56,7% (диаграмма 54). Врачи чаще всего дают совет изменить пищевые привычки респондентам в старшей возрастной категории от 55 до 64 лет и от 65 лет и старше – 32,2% и 27,8% соответственно. Члены семьи в равной степени советуют изменить пищевые привычки респондентам в возрасте от 45 до 54 лет и от 55 до 64 лет – 20,5%.

**Диаграмма 52. Распределение ответов респондентов на вопрос «В течение последнего кто-либо советовал Вам изменить свои пищевые привычки?»**



Совет – изменить свои пищевые привычки – как курящим, так и некурящим респондентам часто дают врачи – 26,8% и 21,8% соответственно. Среди курящих и некурящих респондентов, процент тех, кому члены семьи давали совет изменить свои пищевые привычки, составляет 22,0% и 17,1% соответственно. Вариант ответа «никто», выбрали 48,9% некурящих респондентов и 37,5% курящих (диаграмма 55).

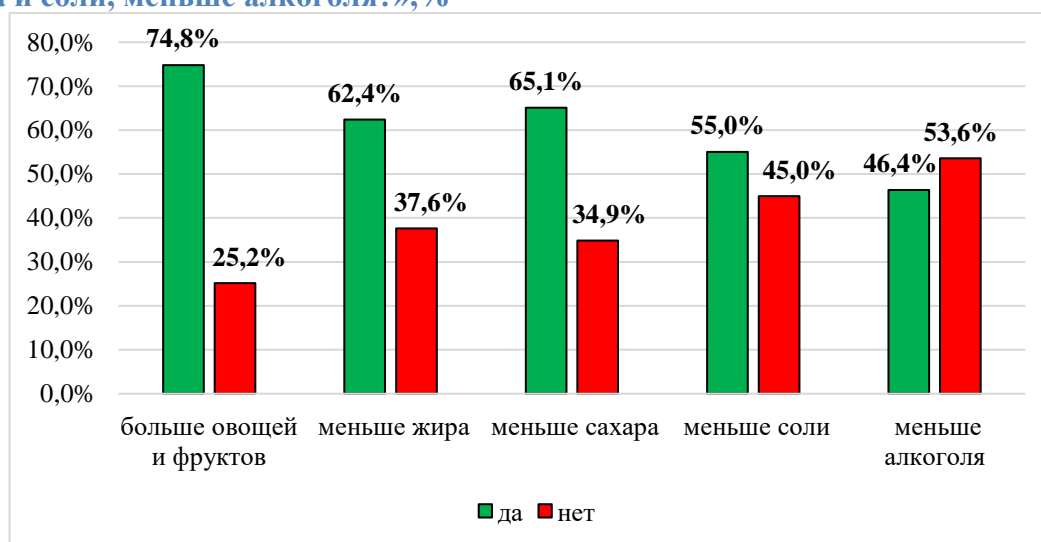
**Диаграмма 53. Распределение ответов респондентов на вопрос «В течение последнего кто-либо советовал Вам изменить свои пищевые привычки?»**



Далее следуют выводы относительно того, какие именно попытки предпринимали респонденты по изменению режима питания. Данные построены на основании анализа ответов жителей Красноярского края, указавших, что такие попытки совершались ими.

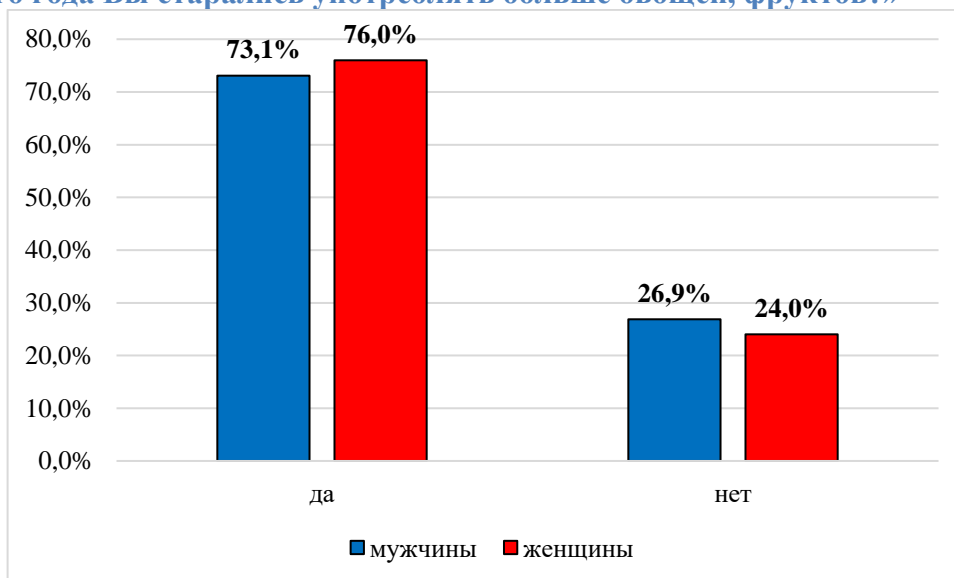
Как показывает диаграмма 56, чаще всего респонденты совершают попытки больше употреблять овощей и фруктов, а также меньше сахара (74,8% и 65,1% соответственно). Стараются употреблять меньше жира 62,4% респондентов, сократить потребление соли – 55,0% и потреблять меньше алкоголя в течение последнего года пытались, по их словам, 46,4% респондентов.

**Диаграмма 54. Распределение ответов респондентов на вопрос «В течение последнего года пытались ли Вы употреблять меньше жира, больше овощей и фруктов, меньше сахара и соли, меньше алкоголя?», %**



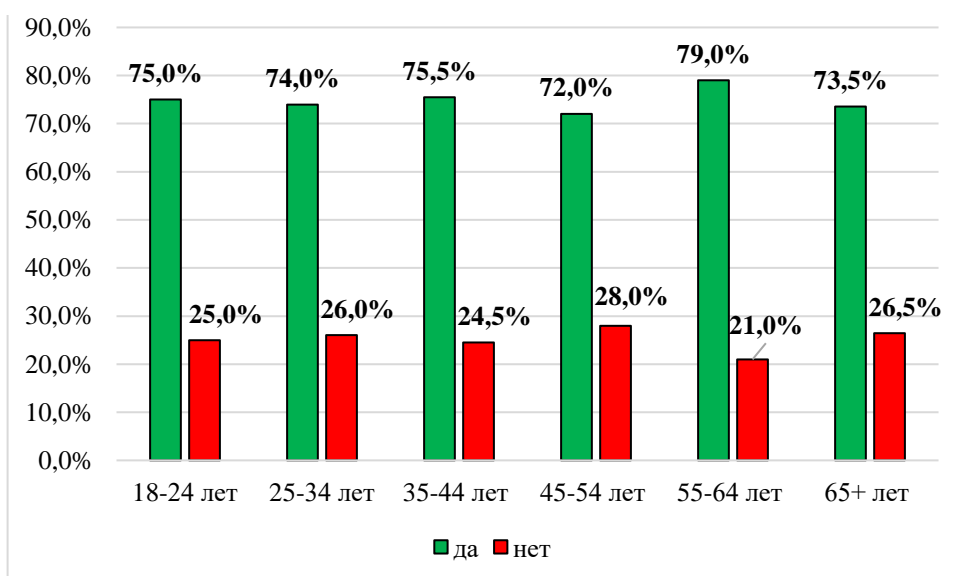
Что касается попыток употреблять больше овощей и фруктов, то их в течение последнего года совершали чаще женщины – 76,0%, среди мужчин этот показатель составил 73,1% (диаграмма 57).

**Диаграмма 55. Распределение ответов мужчин и женщин на вопрос «В течение последнего года Вы старались употреблять больше овощей, фруктов?»**



В отношении попыток употреблять больше овощей и фруктов лидирует возрастная группа от 55 до 64 лет – 79,0%. Реже остальных старались увеличить объем потребления фруктов и овощей респонденты в возрасте от 45 до 54 лет – 72,0%.

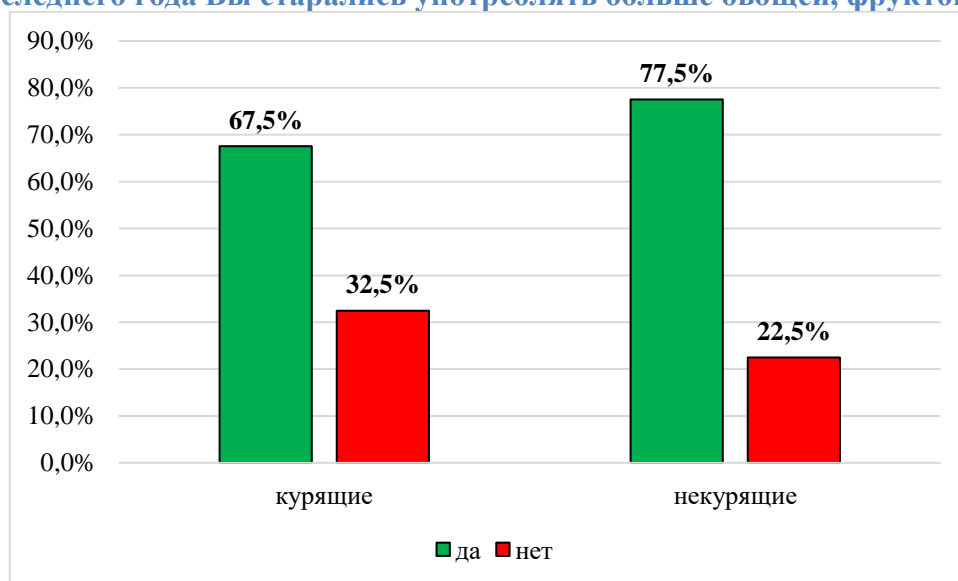
**Диаграмма 56. Распределение ответов респондентов различных возрастных категорий на вопрос «В течение последнего года Вы старались употреблять больше овощей, фруктов?»**



Что касается различий в попытках начать потреблять больше овощей и фруктов между курящими и некурящими респондентами, то среди некурящих таких оказалось больше – 77,5% респондентов. Среди курящих

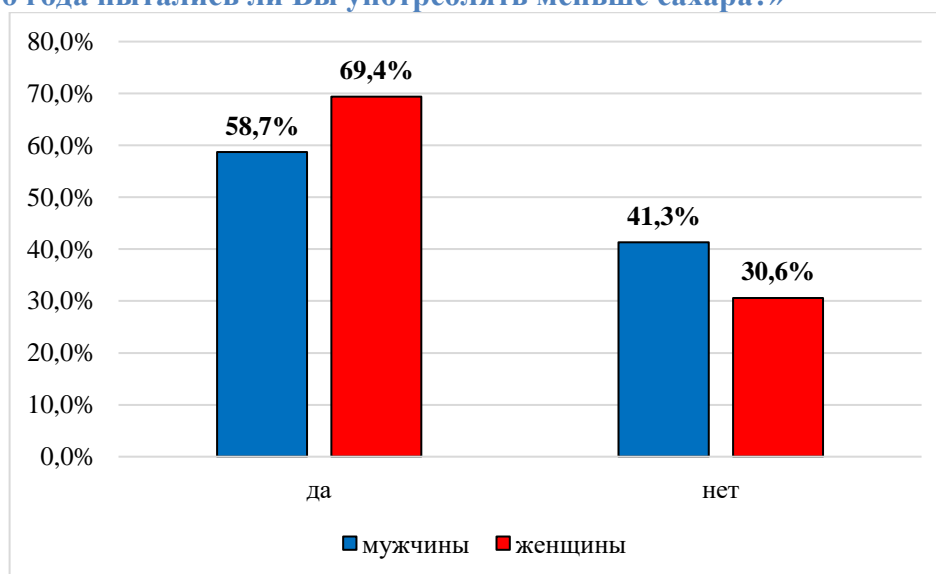
респондентов, старавшихся в течение последнего года употреблять больше овощей и фруктов, оказалось 67,5%. (диаграмма 59).

**Диаграмма 57. Распределение ответов курящих и некурящих респондентов на вопрос «В течение последнего года Вы старались употреблять больше овощей, фруктов?»**



Попытки употреблять меньше сахара реализуются чаще женщинами, чем мужчинами (диаграмма 60). Так, среди женщин доля тех, кто пытался в течение последнего года употреблять меньше сахара, составляет 69,4%, среди мужчин – 58,7%.

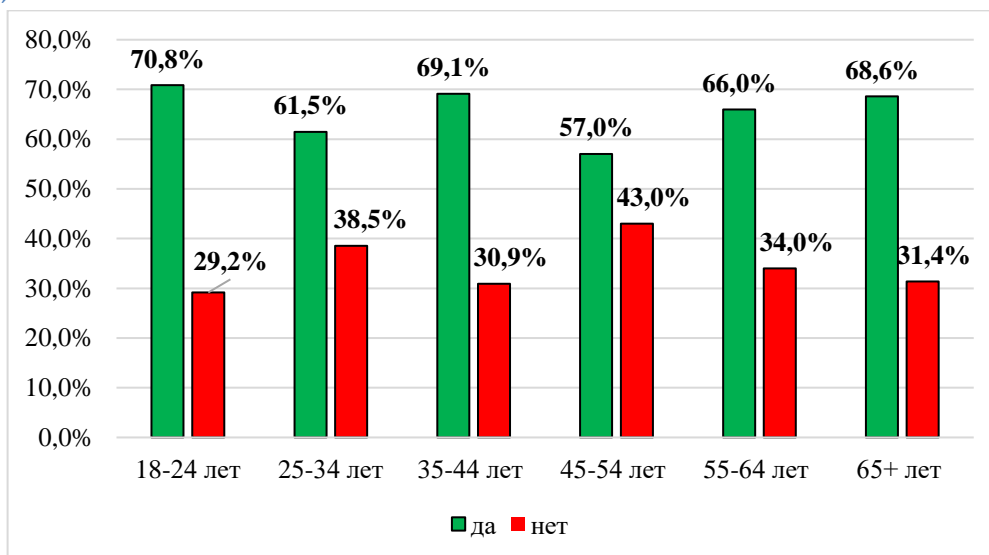
**Диаграмма 58. Распределение ответов мужчин и женщин на вопрос «В течение последнего года пытались ли Вы употреблять меньше сахара?»**



Наименьшее количество жителей Красноярского края, осуществляющих попытки по уменьшению потребления сахара оказалось в возрасте

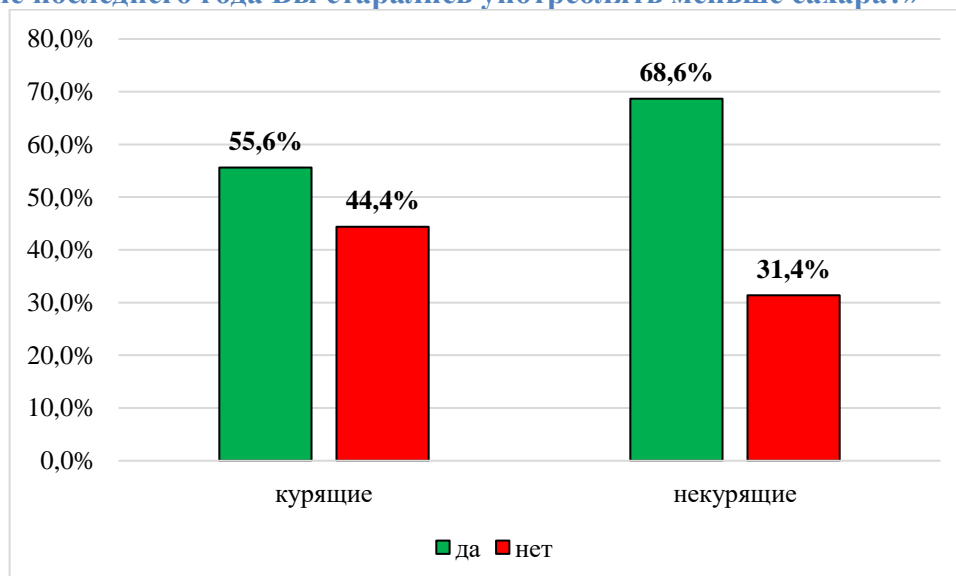
от 45 до 54 лет в среднем составляет 57,0%. Самым высоким этот показатель оказался среди респондентов возрасте от 18 до 24 лет. Так, респонденты в возрасте от 18 до 24 лет старались употреблять меньше сахара в 70,8% случаев (диаграмма 61).

**Диаграмма 59. Распределение ответов респондентов различных возрастных категорий на вопрос «В течение последнего года Вы старались употреблять меньше сахара?»**



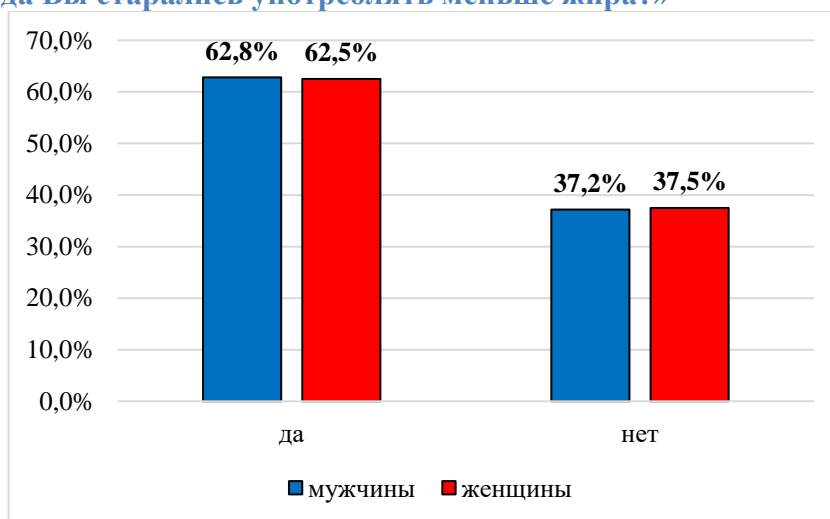
Некурящие респонденты немного внимательнее относятся к своему рациону: 68,6% респондентов ответили, что осуществляли попытки по уменьшению количества употребляемого сахара в своем рационе. Среди курящих доля таких респондентов составляет 55,6%. Данные представлены на диаграмме 62.

**Диаграмма 60. Распределение ответов курящих и некурящих респондентов на вопрос «В течение последнего года Вы старались употреблять меньше сахара?»**



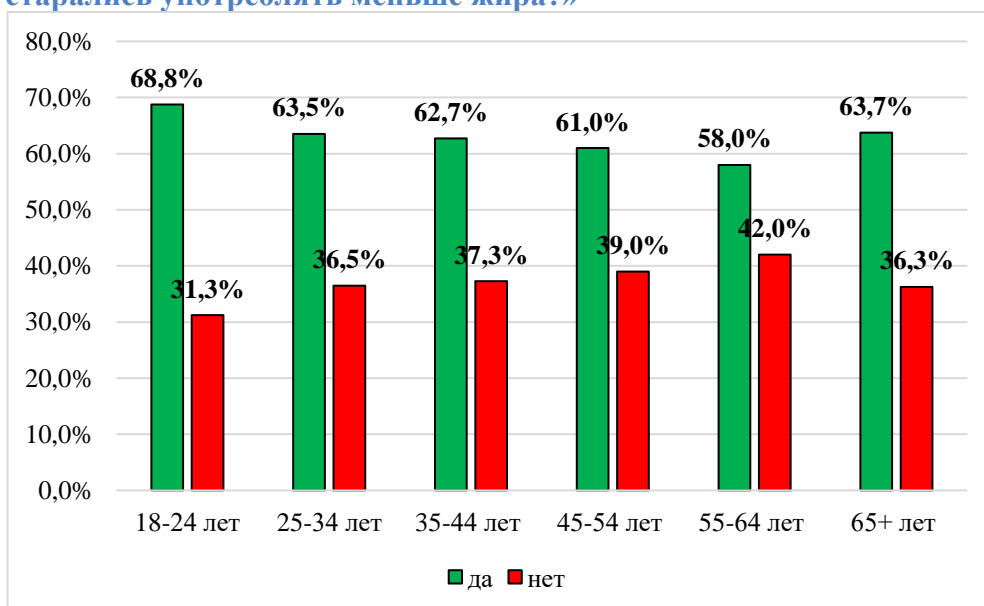
Немного чаще попытки употреблять меньше жира предпринимают мужчины. Так, если среди женщин такие попытки в течение последнего года совершали 62,5% опрошенных, то среди мужчин – 62,8%. Среди тех, кто не пытался употреблять меньше жирной пищи больше женщин, чем мужчин – 37,5% и 37,2% соответственно (диаграмма 63).

**Диаграмма 61. Распределение ответов мужчин и женщин на вопрос «В течение последнего года Вы старались употреблять меньше жира?»**



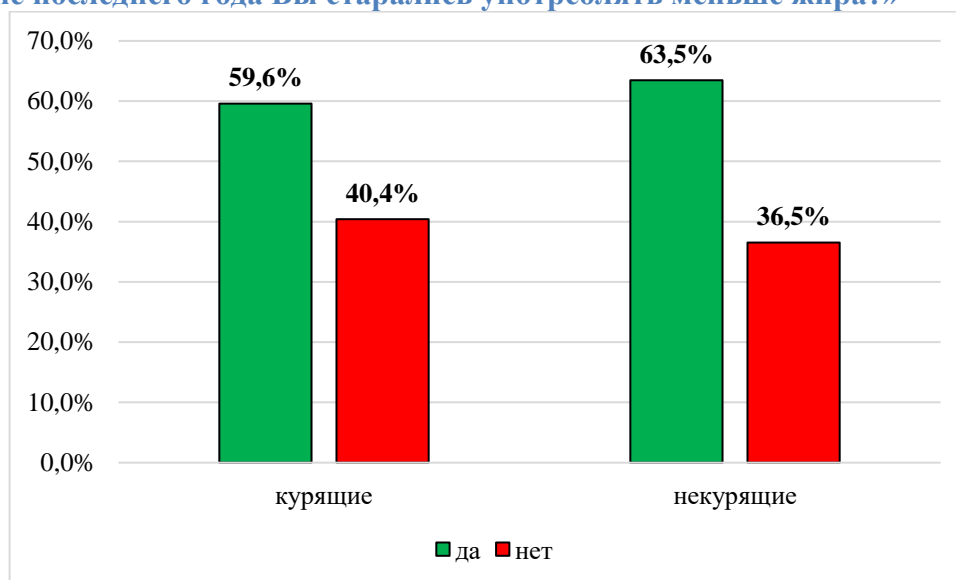
Количество жителей Красноярского края, осуществляющих попытки по уменьшению потребления жира, колеблется от 58,0% и не превышает 68,8%. Среди тех, кто не осуществлял попыток по уменьшению потребления жира больше респондентов в возрасте от 55 до 64 лет – 42,0%.

**Диаграмма 62. Распределение ответов по возрасту на вопрос «В течение последнего года Вы старались употреблять меньше жира?»**



Некурящие респонденты в 63,5% случаев ответили, что осуществляли попытки по уменьшению количества употребляемого жира в своем рационе. Среди курящих доля таких респондентов составляет 59,6%. Данные представлены на диаграмме 65.

**Диаграмма 63. Распределение ответов курящих и некурящих респондентов на вопрос «В течение последнего года Вы старались употреблять меньше жира?»**



Распределение ответов мужчин и женщин на вопрос «В течение последнего года Вы старались употреблять меньше соли?» показало, что женщины чаще, чем мужчины стараются употреблять меньше соленой пищи - 56,5% и 52,9% соответственно (диаграмма 66).

**Диаграмма 64. Распределение ответов мужчин и женщин на вопрос «В течение последнего года Вы старались употреблять меньше соли?»**

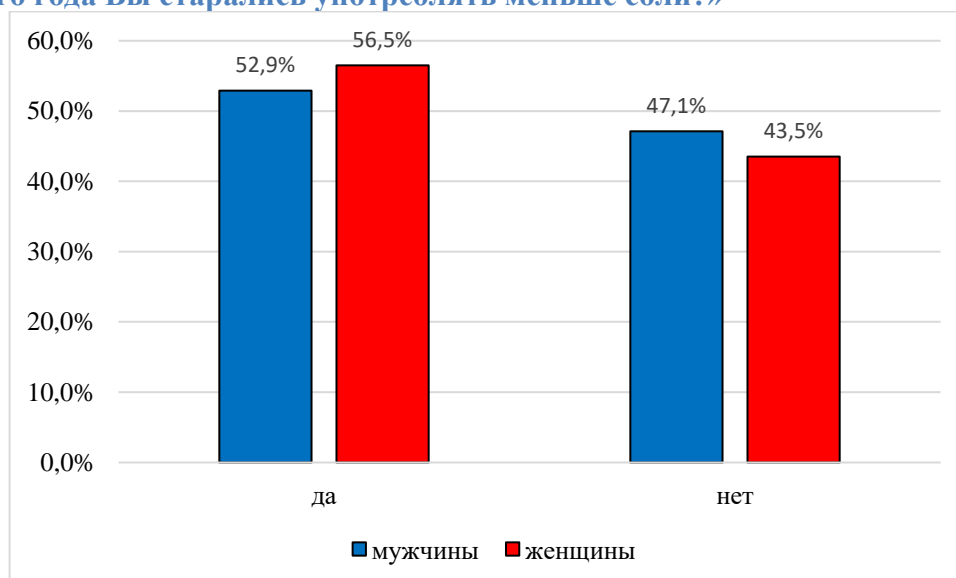
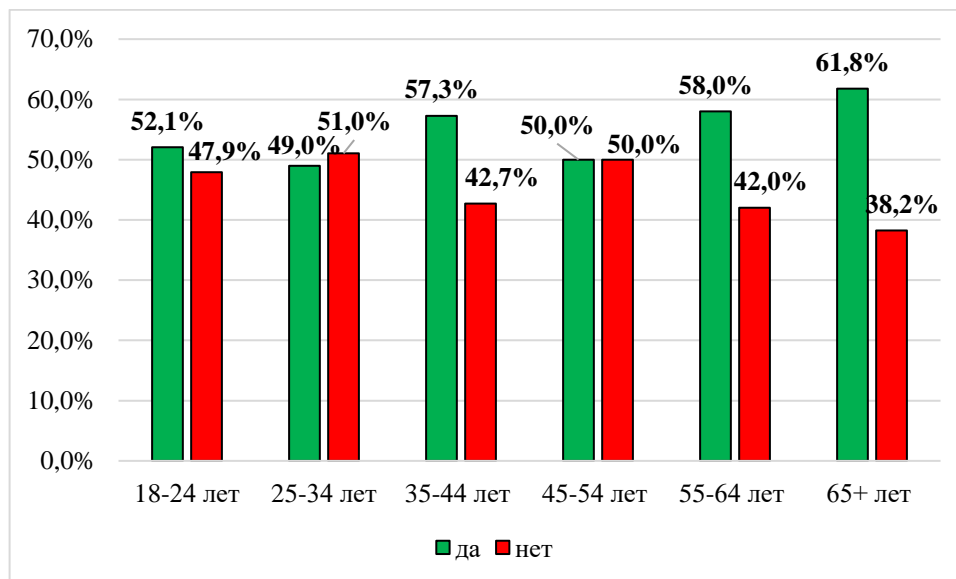


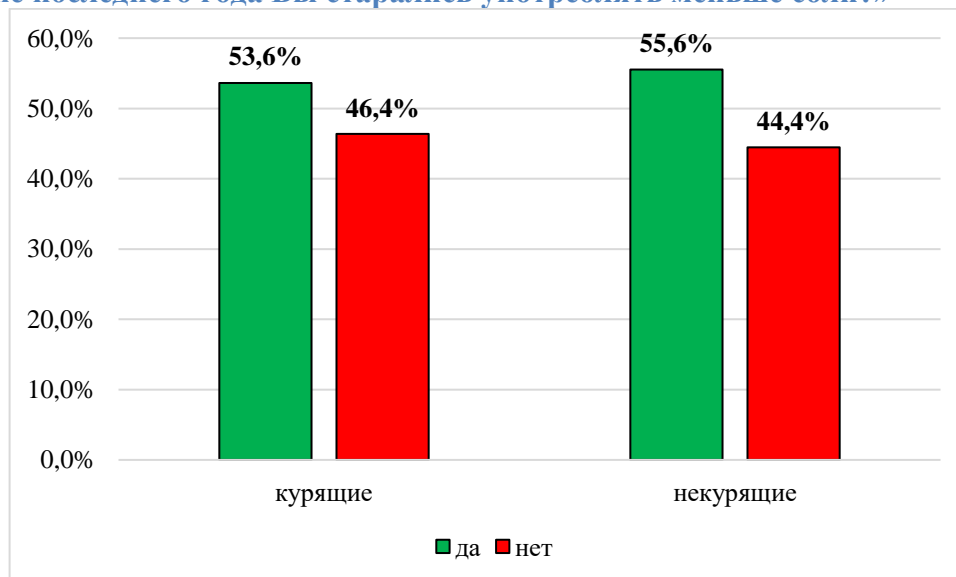
Диаграмма 67 показывает, что чаще всего осуществляют попытки по сокращению потребления соленой пищи респонденты в возрасте от 65 лет и старше – около 61,8%. Менее внимательны к этому вопросу респонденты в возрасте от 18 до 24 лет и от 25 до 34 лет: среди них до 51,0% тех, кто не пытался употреблять меньше соли.

**Диаграмма 65. Распределение ответов респондентов различных возрастных категорий на вопрос «В течение последнего года Вы старались употреблять меньше соли?»**



За последний год стали употреблять меньше соли как некурящие, так и курящие респонденты – 55,6% и 53,6% соответственно.

**Диаграмма 66. Распределение ответов курящих и некурящих респондентов на вопрос «В течение последнего года Вы старались употреблять меньше соли?»**



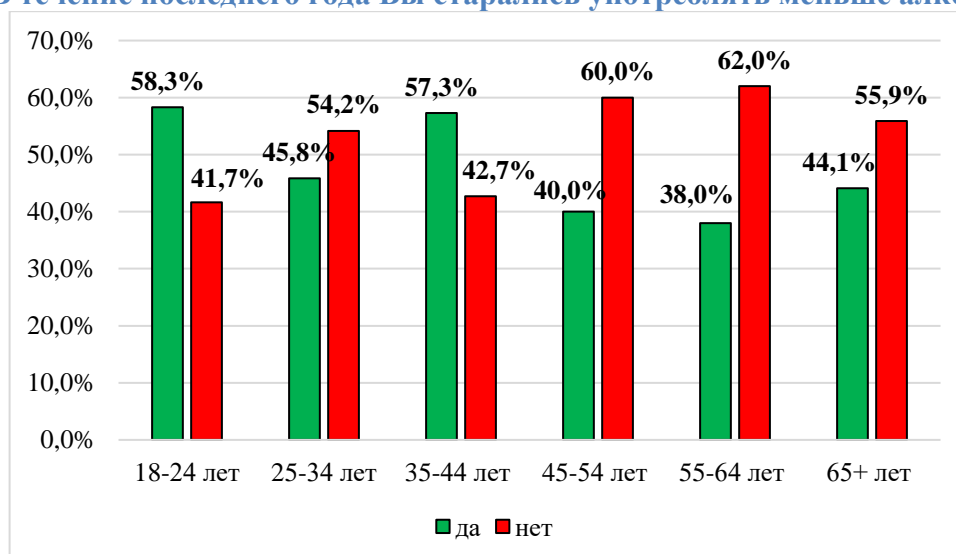
Женщины в немного реже стараются употреблять меньше алкоголя, чем мужчины. Так, 44,4% женщин и 49,3% мужчин указали, что осуществляют попытки по сокращению употребления алкоголя (диаграмма 69).

**Диаграмма 67. Распределение ответов респондентов различных возрастных когорт на вопрос «В течение последнего года Вы старались употреблять меньше алкоголя?»**



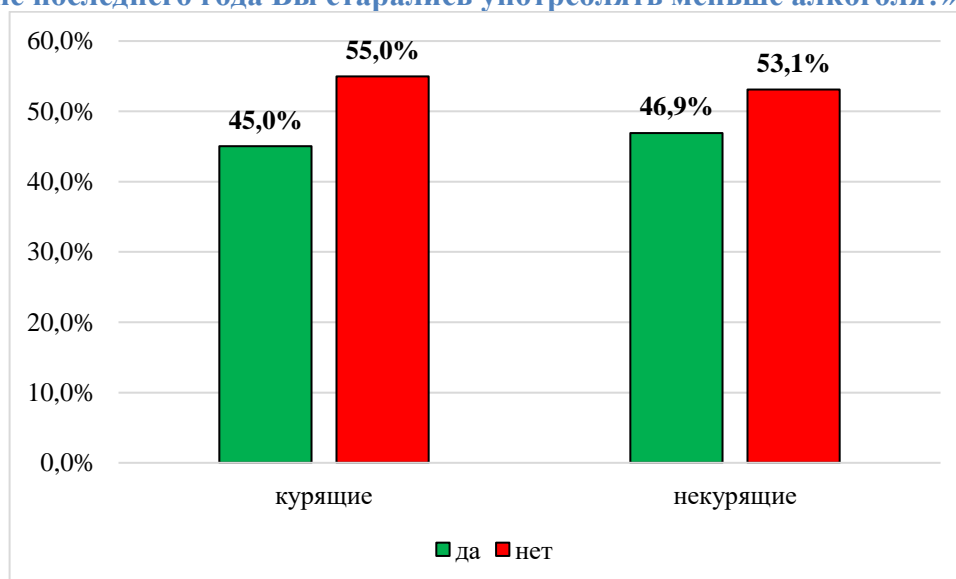
Общая тенденция в распределении ответов жителей Красноярского края разных возрастных категорий на вопрос «В течение последнего года Вы старались употреблять меньше алкоголя?» такова: чаще всего пытались употреблять меньше алкоголя респонденты в возрасте от 18 до 24 лет – 58,3%. С наименьшей частотой такие попытки осуществлялись жителями Красноярского края в возрасте от 25 до 34 лет (45,8%) и в возрасте от 35 до 44 лет (57,3%) (диаграмма 70).

**Диаграмма 68. Распределение ответов респондентов различных возрастных когорт на вопрос «В течение последнего года Вы старались употреблять меньше алкоголя?»**



Курящие респонденты реже стараются отказаться от употребления алкоголя, чем некурящие – 45,0% и 46,9% соответственно (диаграмма 71).

**Диаграмма 69. Распределение ответов курящих и некурящих респондентов на вопрос «В течение последнего года Вы старались употреблять меньше алкоголя?»**



Таким образом, чаще всего представители взрослого населения Красноярского края в возрасте от 18 до 65 лет и старше совершают попытки больше употреблять овощей и фруктов, а также использовать меньше сахара и жира. Реже всего жители Красноярского края стремятся ограничивать себя в употреблении алкоголя и соли. В целом, как мужчины, так и женщины внимательны к своему рациону.

Как показали результаты исследования, наиболее распространенный среди респондентов режим потребления овощей и фруктов в 2023 году – «ежедневно». Стоит отметить, что количество респондентов, потребляющих овощи и фрукты каждый день уменьшилось в сравнении с 2022 годом, так ежедневно фрукты и овощи в настоящее время потребляют до 43,9% респондентов.

**Таблица 4. Распределение ответов респондентов на вопрос «Как часто Вы едите овощи и фрукты», данные с 2013 по 2023 год**

<b>Как часто Вы едите овощи и фрукты?</b>	<b>2013</b>	<b>2014</b>	<b>2015</b>	<b>2016</b>	<b>2017</b>	<b>2018</b>	<b>2019</b>	<b>2020</b>	<b>2021</b>	<b>2022</b>	<b>2023</b>
Ежедневно	41,8%	40,5%	50,0%	43,8%	35,6%	40,9%	30,0%	29,8%	42,8%	45,9%	43,9%
Несколько раз в неделю	41,8%	39,3%	39,0%	40,2%	45,9%	46,7%	45,8%	40,3%	39,9%	40,0%	39,5%
Несколько раз в месяц	13,5%	14,8%	10,0%	13,1%	14,2%	9,1%	15,9%	23,4%	14,6%	10,2%	11,5%
Несколько раз в год	1,2%	2,0%	1,0%	2,2%	2,4%	2,8%	4,7%	5,5%	2,4%	3,1%	2,3%
Никогда	0,8%	1,5%	0,0%	1,0%	1,1%	0,6%	3,5%	0,9%	0,3%	0,8%	2,8%

Количество жителей Красноярского края, пытавшихся в течение последнего года изменить свои пищевые привычки в сторону здорового питания, повышалось в сравнении с данными 2014-2017 годов и составила 2019 году – 50,9%, однако эта тенденция изменилась, и за 2020-2023 год количество респондентов, пытавшихся в течение последнего года изменить свои пищевые привычки в сторону здорового питания сократилось до 38,1%.

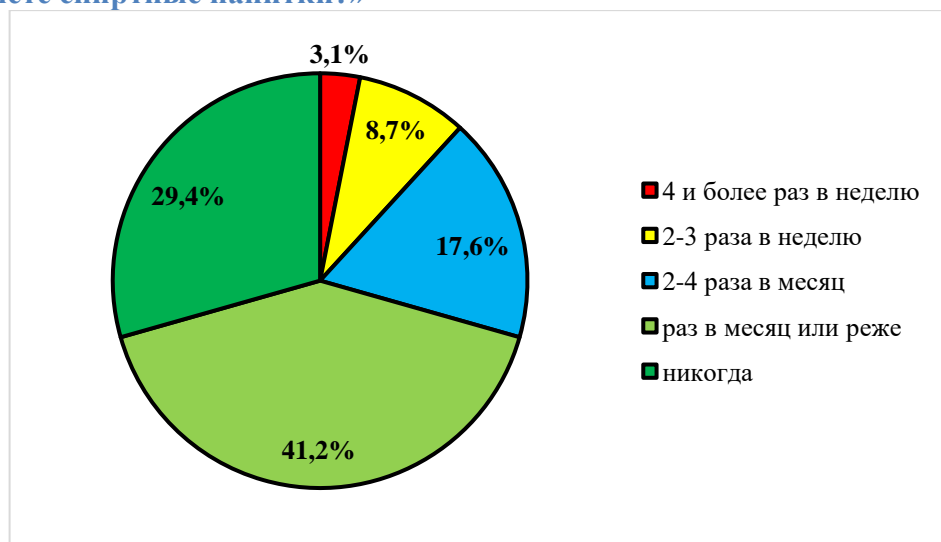
**Таблица 5. В течение последнего года пытались ли Вы изменить свои пищевые привычки в сторону здорового питания? данные с 2014 по 2023 год**

<b>В течение последнего года пытались ли Вы изменить свои пищевые привычки в сторону здорового питания?</b>	<b>2014</b>	<b>2015</b>	<b>2016</b>	<b>2017</b>	<b>2018</b>	<b>2019</b>	<b>2020</b>	<b>2021</b>	<b>2022</b>	<b>2023</b>
Да	37,4%	44,0%	49,8%	43,3%	50,5%	50,9%	48,3%	45,2%	39,6%	38,1%
Нет	56,9%	54,0%	43,3%	46,9%	44,3%	42,0%	40,2%	44,4%	47,1%	44,4%
Затрудняюсь ответить	4,4%	2,0%	6,8%	8,5%	5,2%	7,1%	11,5%	10,4%	13,3%	17,5%

## §5. Распространенность поведенческих факторов риска, связанных с уровнем употребления алкоголя

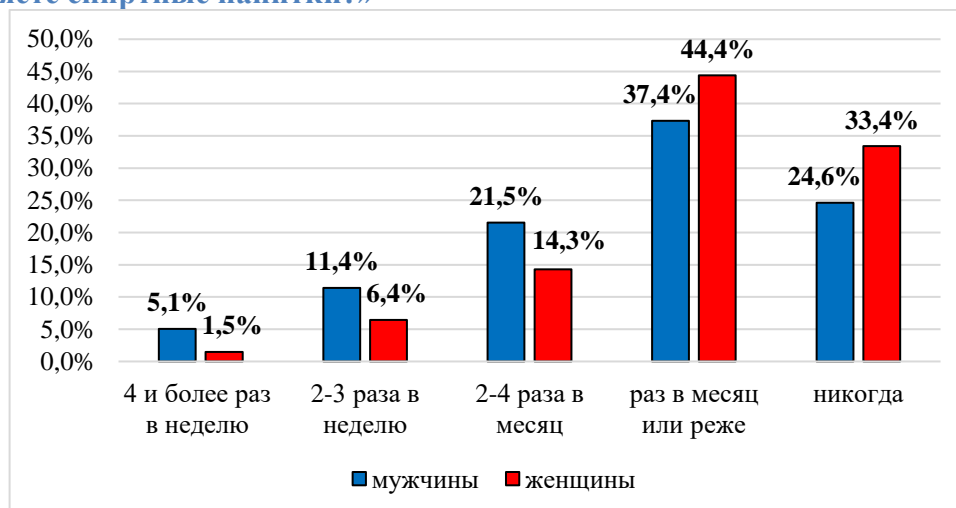
Доля респондентов, потребляющих спиртные напитки, составляет 70,6%. При этом 41,2% респондентов употребляют алкоголь только несколько раз в год, это самый высокий показатель, который снижается по мере изменения категории на следующую, подразумевающую более частое употребление алкоголя. Так 17,6% населения Красноярского края ответили, что употребляют алкоголь несколько раз в месяц. Доля лиц, употребляющих алкоголь несколько раз в неделю составляет 8,7%, а употребляющих алкоголь более 4 раз в неделю – 3,1% (диаграмма 72).

Диаграмма 70. Распределение ответов респондентов на вопрос «Как часто Вы употребляете спиртные напитки?»



Более 4 раз в неделю употребляют алкоголь 5,1% мужчин и 1,5% женщин, 2-3 раза в неделю потребляют алкоголь 11,4% мужчин и 6,4% женщин. Несколько раз в месяц (2-4 раза) алкоголь употребляют 21,5% мужчин и 14,3% женщин. Несколько раз в год алкоголь употребляют 44,4% женщин и 37,4% мужчин. Доля женщин, никогда не употребляющих алкоголь составляет 33,4%, мужчин – 24,6% (диаграмма 73).

**Диаграмма 71. Распределение ответов мужчин и женщин на вопрос «Как часто Вы употребляете спиртные напитки?»**



Реже, чем в остальных возрастных когортах с частотой несколько раз в год, употребляют алкогольные напитки респонденты возрастной категории от 55 до 64 лет (47,1%), совсем не употребляют алкоголь чаще всех (46,6%) респондентов в возрасте от 65 лет и старше. С регулярностью несколько раз в месяц предпочитают употреблять алкоголь респонденты в возрасте от 35 до 44 лет – 24,0%. Около 8,3% респондентов в возрасте от 45 до 54 лет потребляют алкогольные напитки чаще 2-3 раза в неделю, это самый высокий показатель среди всех возрастных когорт. Среди тех, кто потребляет алкогольные напитки чаще 4 раз в неделю (4,6%) – представители возрастной когорты от 25 до 34 лет.

**Диаграмма 72. Распределение ответов респондентов разных возрастных категорий на вопрос «Как часто Вы употребляете спиртные напитки?»**

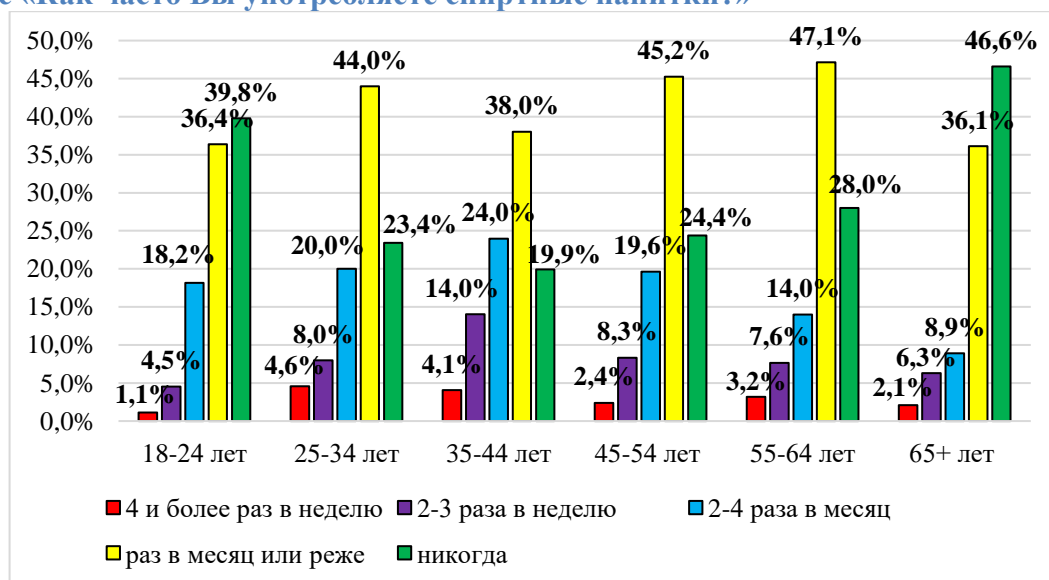
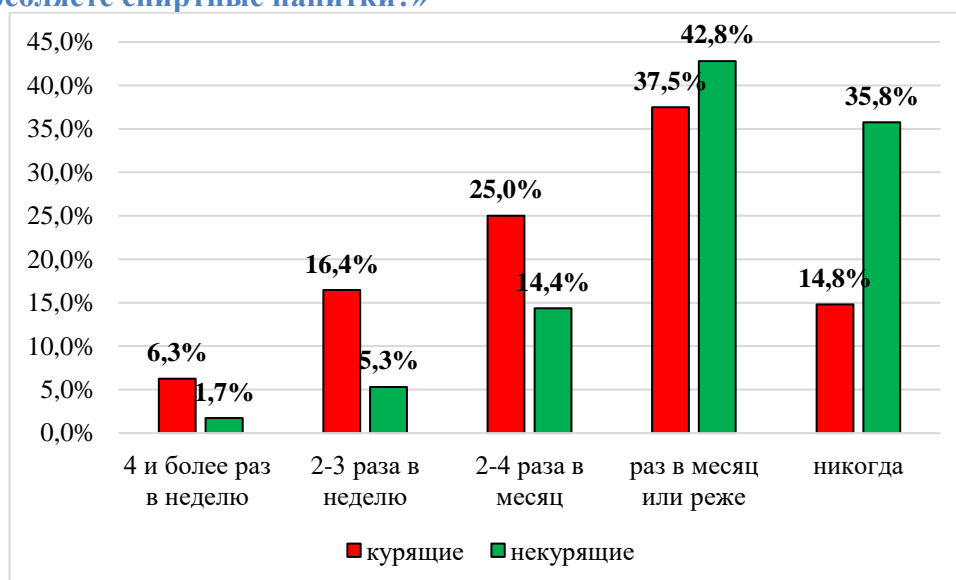


Диаграмма 75 показывает, что курящие респонденты значительно чаще употребляют алкоголь, чем некурящие. Так, ежедневно или более 4 раз в неделю употребляют алкоголь 6,3% курящих респондентов, и 1,7% некурящих. Несколько раз в неделю (2-3 раза) потребляют алкогольную продукцию 16,4% курящих и 5,3% некурящих респондентов. В режиме «несколько раз в месяц» - курящие потребляют алкоголь в 25,0% случаев, а некурящие в 14,4%. И «несколько раз в год» употребляют алкоголь 42,8% некурящих и 37,5% курящих. Никогда не употребляют алкоголь 35,8% некурящих респондентов и лишь 14,8% курящих респондентов.

**Диаграмма 73. Распределение ответов, курящих и некурящих на вопрос «Как часто Вы употребляете спиртные напитки?»**

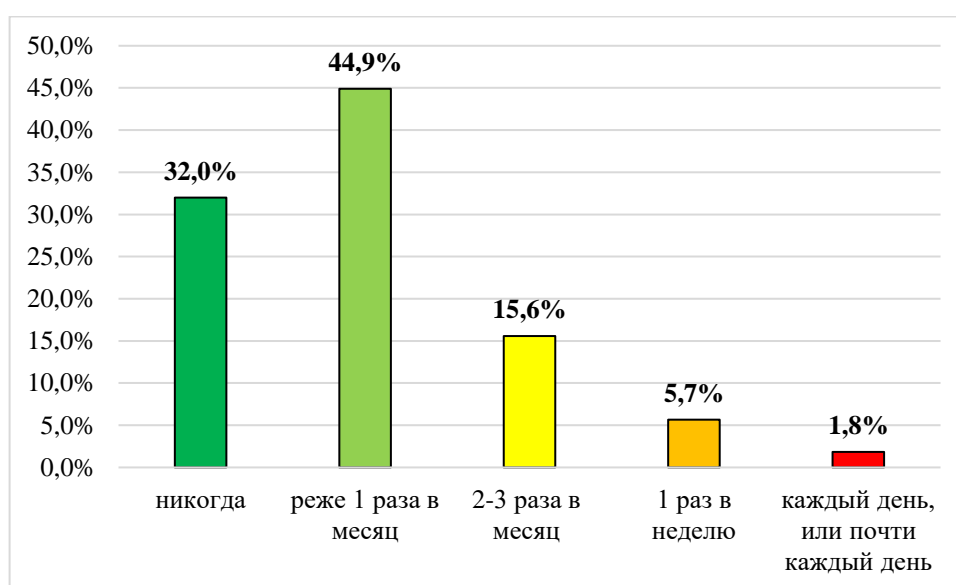


Таким образом, большинство взрослого населения Красноярского края в возрасте от 18 лет и старше употребляют алкоголь – 70,6%. Чаще остальных возрастных когорт потребляют алкоголь респонденты старших возрастных когорт от 25 до 34 лет и от 35 до 44 лет. Также курящие жители Красноярского края употребляют алкоголь чаще, чем некурящие.

Индикатором уровня распространенности поведенческих факторов риска, связанных с употреблением алкоголя, выступает показатель доли жителей Красноярского края, выпивающих за один раз значительные объемы напитков, содержащих алкоголь – 200 гр. крепких спиртных напитков или 0,5 л. крепкого вина, или 0,7 л. сухого вина, или 1,5 литра пива.

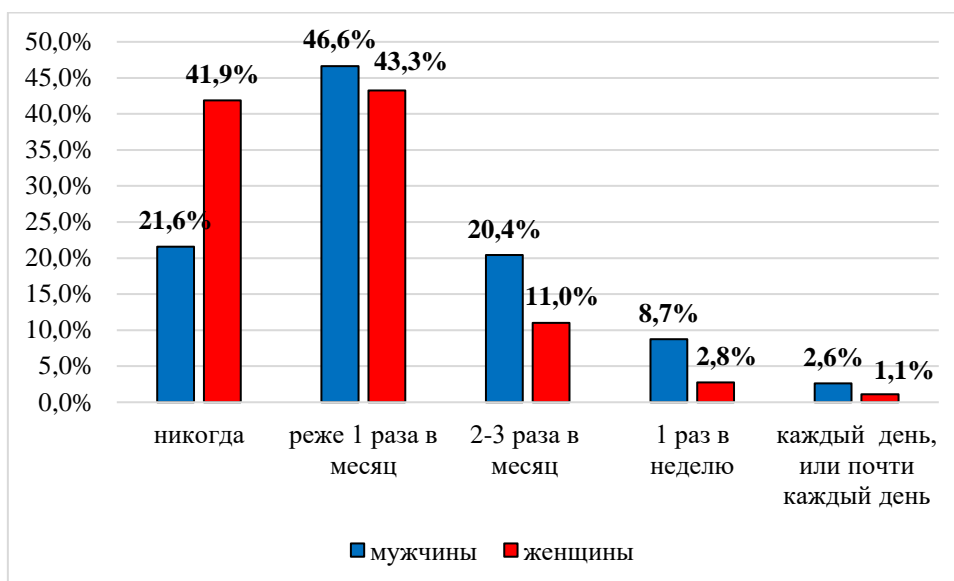
Как показали результаты исследования, 32,0% опрошенных сообщили, что никогда не выпивают за один раз указанные объемы таких напитков. Около 44,9% респондентов позволяют себе употребить в данных объемах напитки, содержащие алкоголь, реже одного раза в месяц. Около 15,6% – два-три раза в месяц и 5,7% жителей Красноярского края раз в неделю выпивают такие напитки в указанных объемах, а 1,8% – каждый день или почти каждый день (диаграмма 76).

**Диаграмма 74. Распределение ответов респондентов, употребляющих алкоголь, на вопрос «Как часто Вы выпиваете за один раз (например, за вечер) 200 гр. крепких спиртных напитков или 0,5 л. крепленого вина, или 0,7 л. сухого вина, или 1,5 литра пива?»**



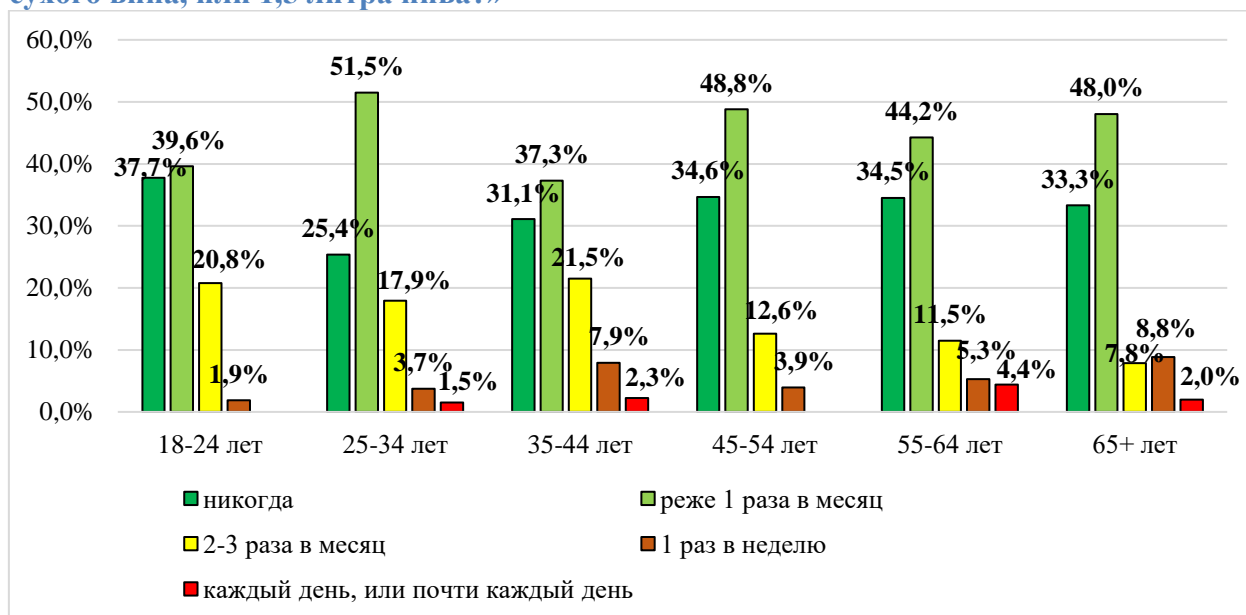
Значительные объемы алкоголя за один прием употребляют в большей мере мужчины, по сравнению с женщинами (диаграмма 77). Так, доля тех, кто употребляет напитки, содержащие алкоголь, в значительных объемах каждый день, среди мужчин составляет 2,6%, среди женщин – 1,1%. Раз в неделю такую дозу алкоголя употребляют 8,7% мужчин и 2,8% женщин. Также доля мужчин больше среди тех, кто употребляет спиртные напитки в указанных объемах два-три раза в месяц (20,4% среди мужчин и 11,0% среди женщин). Также мужчины потребляют значительные объемы алкоголя реже 1 раза в месяц – 46,6%, женщин – 43,3%. Никогда не употребляют алкоголь в таких объемах чаще женщины, чем мужчины – 41,9% и 21,6% соответственно.

**Диаграмма 75. Распределение ответов мужчин и женщин, употребляющих алкоголь, на вопрос «Как часто Вы выпиваете за один раз (например, за вечер) 200 гр. крепких спиртных напитков или 0,5 л. крепкого вина, или 0,7 л. сухого вина, или 1,5 литра пива?»**



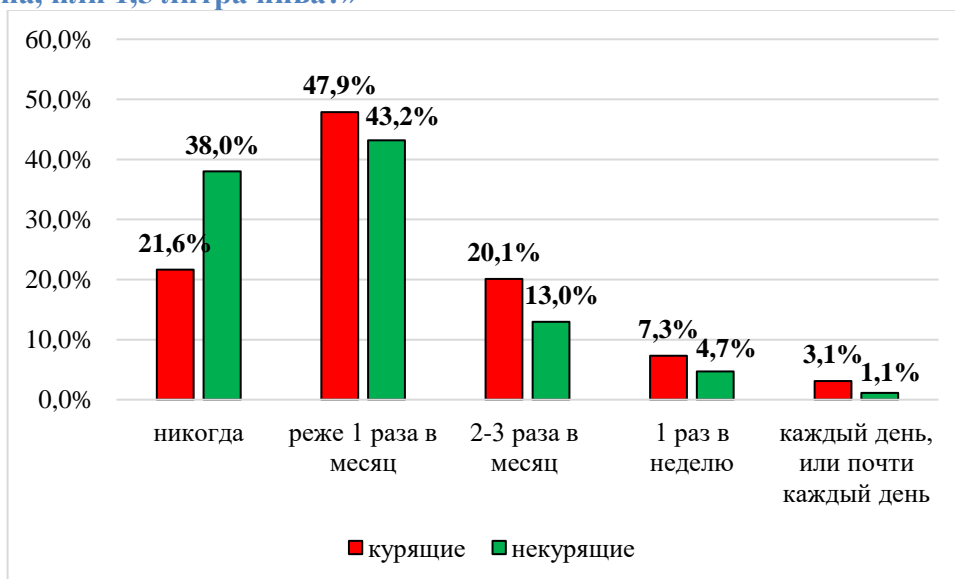
Каждый день или почти каждый день 200 гр. крепких спиртных напитков или 0,5 л. крепленого вина, или 0,7 л. сухого вина, или 1,5 литра пива выпивают чаще в возрастной когорте респонденты в возрасте от 55 до 64 лет – 4,4% (доля таких респондентов в разных возрастных категориях варьируется от 1,5% до 4,4%). Один раз в неделю потребляют алкогольные напитки в таком количестве чаще представители возрастной когорты от 65 лет и старше – 8,8%. Среди тех, кто употребляет указанные объемы алкоголя 2 - 3 раза в месяц больше тех, кто относится к возрастной когорте от 35 до 44 лет – 21,5%. Реже 1 раза в месяц потребляют такое количество алкогольных напитков респонденты в возрасте от 25 до 34 лет – 51,5%. И никогда не выпивают 200 гр. крепких спиртных напитков или 0,5 л. крепленого вина, или 0,7 л. сухого вина, или 1,5 литра пива от 25,4% до 37,7% респондентов во всех возрастных когортах (диаграмма 78).

**Диаграмма 76. Распределение ответов респондентов разных возрастных категорий, употребляющих алкоголь, на вопрос «Как часто Вы выпиваете за один раз (например, за вечер) 200 гр. крепких спиртных напитков или 0,5 л. крепленого вина, или 0,7 л. сухого вина, или 1,5 литра пива?»**



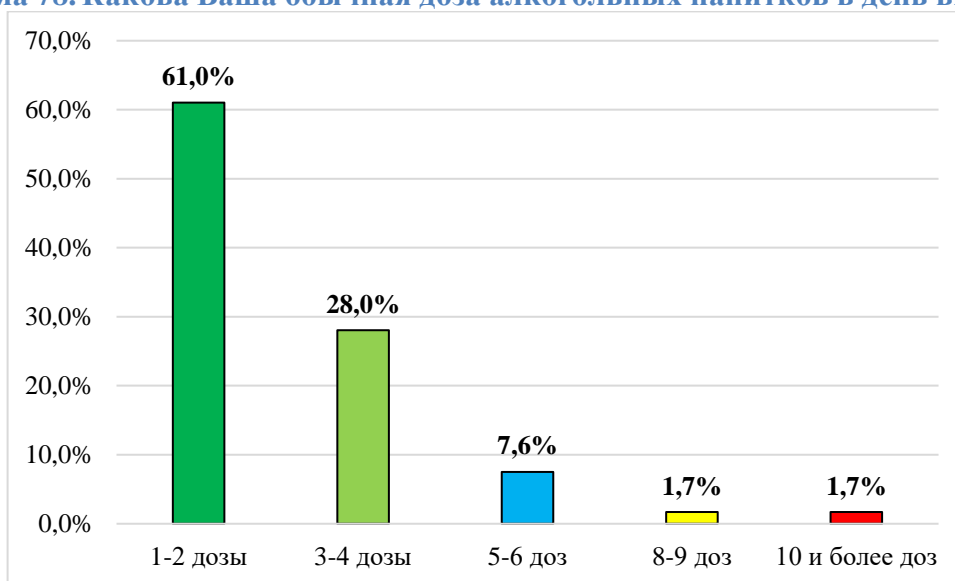
Доля тех, кто употребляет напитки, содержащие алкоголь, в значительных объемах каждый день среди курящих респондентов составляет 3,1%, среди некурящих респондентов этот показатель равен 1,1%. Один раз в неделю потребляют спиртные напитки в указанных дозах 7,3% курящих и 4,7% некурящих респондентов. Доля курящих респондентов больше среди тех, кто употребляет спиртные напитки в указанных объемах два-три раза в месяц, составляет 20,1%, среди некурящих эта доля составляет 13,0%. В режиме потребления спиртных напитков в значительных объемах «реже одного раза в месяц» среди курящих и некурящих показатель составляет 47,9% и 43,2% соответственно. Среди некурящих жителей Красноярского края больше, по сравнению с курящими, тех, кто совсем не употребляет алкогольные напитки в значительных объемах – 38,0% (среди курящих респондентов этот показатель находится на уровне 21,6%) (диаграмма 79).

**Диаграмма 77. Распределение ответов курящих и некурящих респондентов, употребляющих алкоголь, на вопрос «Как часто Вы выпиваете за один раз (например, за вечер) 200 гр. крепких спиртных напитков или 0,5 л. крепкого вина, или 0,7 л. сухого вина, или 1,5 литра пива?»**



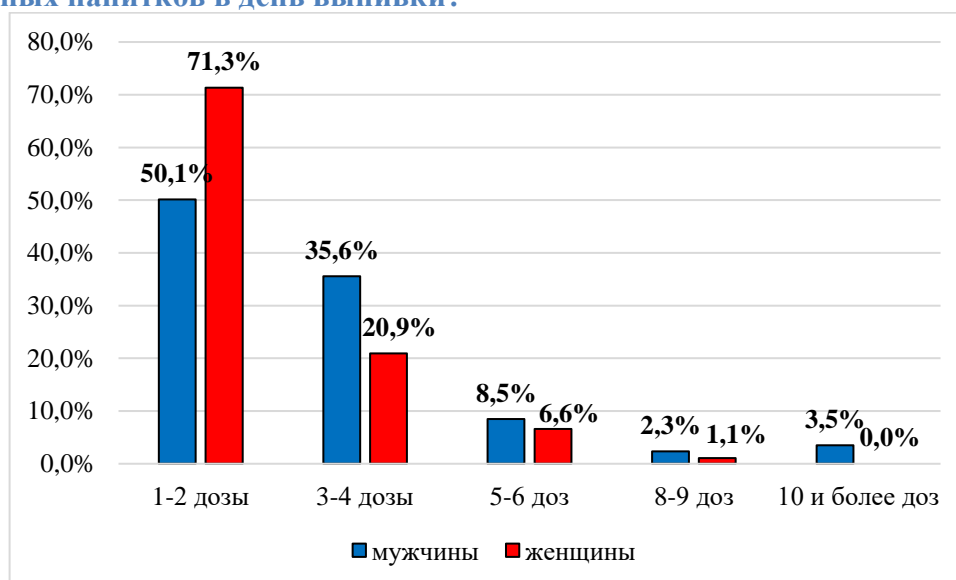
Обычная доза алкогольных напитков в день выпивки среди населения Красноярского края составляет 1-2 дозы – 61,0%, у 28,0% респондентов составляет 3-4 дозы в день. Около 7,6% респондентов потребляют в день выпивки 5-6 доз алкоголя, 1,7% потребляют 8-9 доз и 1,7% потребляют более 10 доз алкоголя в день выпивки (диаграмма 80).

**Диаграмма 78. Какова Ваша обычная доза алкогольных напитков в день выпивки?**



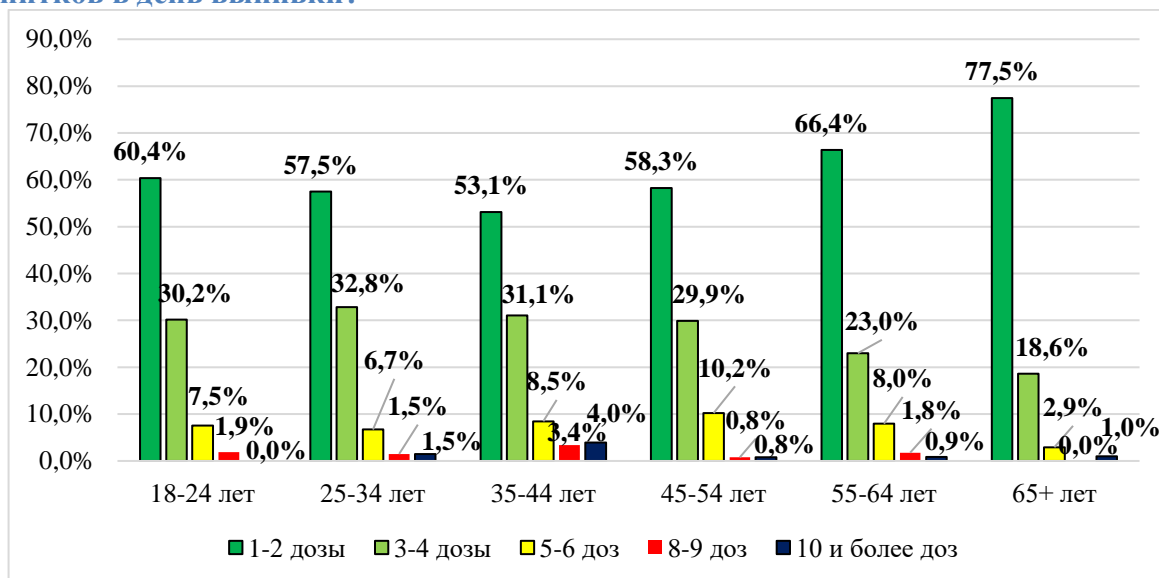
Распределение ответов мужчин и женщин на вопрос «Какова Ваша обычная доза алкогольных напитков в день выпивки?» показало, что 71,3% женщин потребляют в день выпивки 1-2 дозы алкогольных напитков. Мужчины также потребляют 1-2 дозы в день выпивки в большинстве случаев (50,1%). Чаше, нежели женщины, мужчины потребляют либо 5-6 доз алкогольных напитков за раз – 8,5% (против 6,6% у женщин), либо более 8 доз – 2,3% (среди женщин 1,1%). А вот 10 и более доз алкогольных напитков потребляют в день выпивки только 3,5% мужчин, женщины не выпивают такое количество алкогольный напитков.

**Диаграмма 79. Распределение ответов мужчин и женщин: какова Ваша обычная доза алкогольных напитков в день выпивки?**



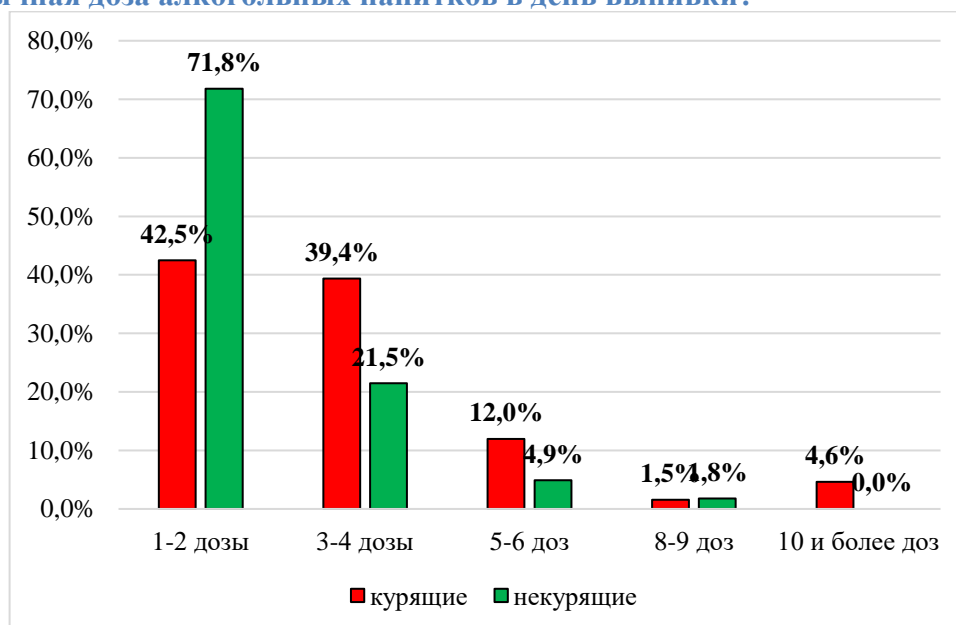
По данным исследования, потребление 1-2 дозы алкогольных напитков в день выпивки наиболее распространено среди респондентов всех возрастов, на втором ранговом месте находится потребление 3-4 доз алкоголя в день выпивки. Выяснилось, что 10 и более доз алкогольных напитков в день выпивки выпивают респонденты от 25 лет и старше, данные варьируются от 0,8 до 4%. Данные представлены на диаграмме 82.

**Диаграмма 80. Распределение по возрасту: Какова Ваша обычная доза алкогольных напитков в день выпивки?**



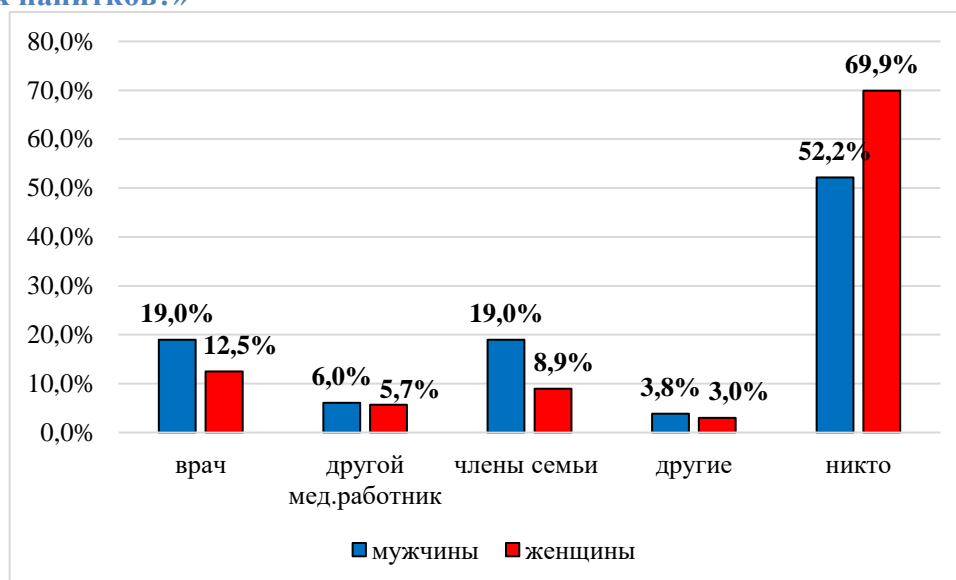
Распределение ответов курящих и некурящих респондентов на вопрос «Какова Ваша обычная доза алкогольных напитков в день выпивки?» показало, что 71,8% некурящих респондентов потребляют в день выпивки 1-2 дозы алкогольных напитков. Курящие же чаще потребляют 3-4 дозы алкогольных напитков за раз – 39,4% или 5-6 доз – 12,0%. Так же, стоит отметить, что курящие потребляют более 10 доз алкогольных напитков в 4,6% случаев, в то время как некурящие совсем не потребляют такое количество алкоголя.

**Диаграмма 81. Распределение среди курящих и некурящих респондентов: Какова Ваша обычная доза алкогольных напитков в день выпивки?**



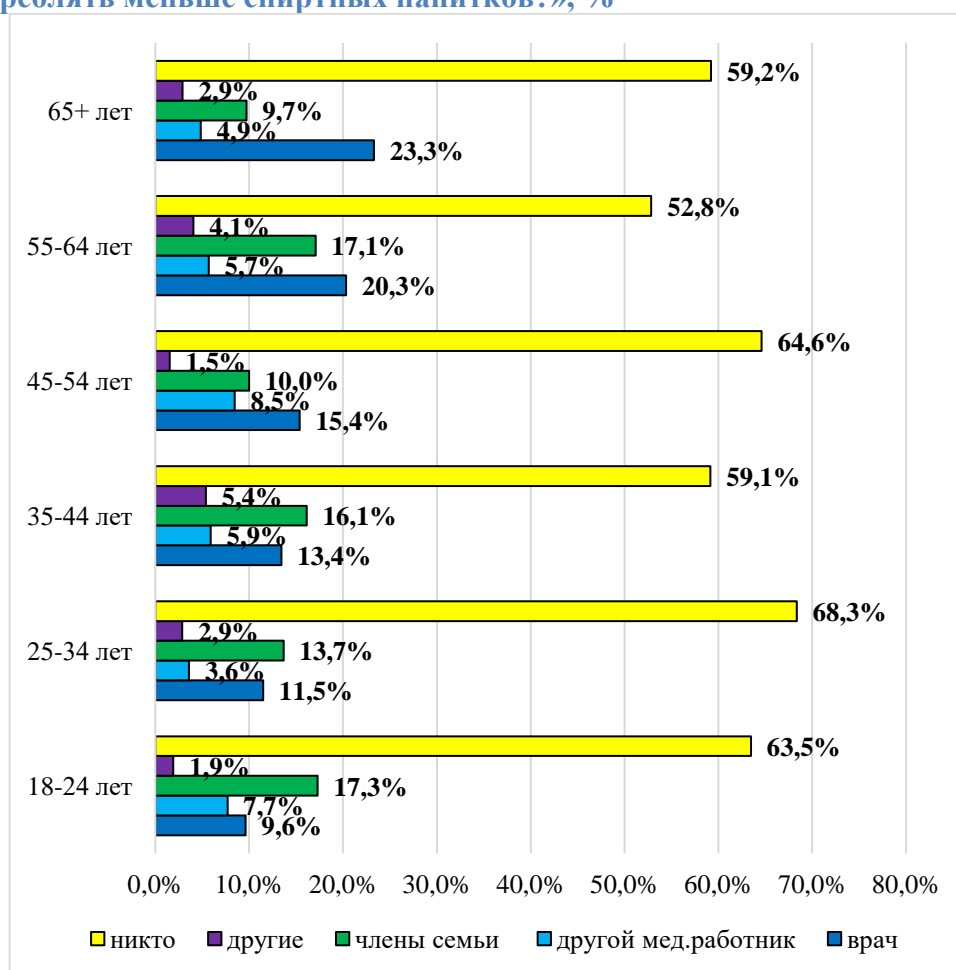
Доля мужчин, которым члены семьи советовали употреблять меньше спиртных напитков, составляет 19,0%, женщин – 8,9%. Около 69,9% женщин сообщили о том, что за последний год они не получали совета употреблять меньше алкоголя, среди мужчин этот показатель составил 52,2%. От врача получали совет употреблять меньше алкоголя 19,0% мужчин и 12,5% женщин. Также около 3,8% мужчин получали совет употреблять меньше спиртных напитков от других людей (знакомых, друзей), среди женщин этот показатель составил 3,0% (диаграмма 84).

**Диаграмма 82. Распределение ответов мужчин и женщин, употребляющих алкоголь, на вопрос «В течение последнего года кто-либо советовал Вам употреблять меньше спиртных напитков?»**



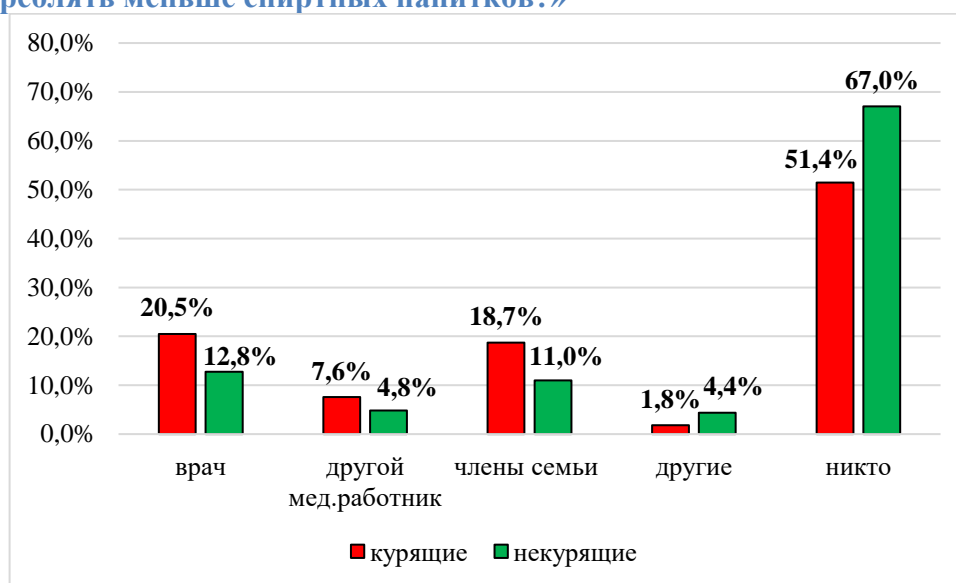
Не получали совет употреблять меньше спиртных напитков в течение последнего года до 68,3% респондентов младших возрастных когорт (от 18 до 24 лет и от 25 до 34 лет), и до 64,6% представителей старших возрастных категорий. Получали совет употреблять меньше спиртных напитков респонденты преимущественно от врачей (диаграмма 85).

**Диаграмма 83. Распределение ответов респондентов разных возрастных категорий, употребляющих алкоголь, на вопрос «В течение последнего года кто-либо советовал Вам употреблять меньше спиртных напитков?», %**



Существует закономерность, связанная с тем, что курящие респонденты чаще, чем некурящие, получали за последний год рекомендации употреблять меньше спиртных напитков. Так, от врачей получали такие рекомендации 20,5% курящих и только 12,8% некурящих респондентов, от членов семьи – 18,7% курящих и 11,0% некурящих респондентов. От других медицинских работников рекомендации получили 7,6% курящих и 4,8% некурящих респондентов. Данные представлены на диаграмме 86.

**Диаграмма 84. Распределение ответов курящих и некурящих респондентов, употребляющих алкоголь, на вопрос «В течение последнего года кто-либо советовал Вам употреблять меньше спиртных напитков?»**



Распространенность поведенческих факторов риска, связанных с уровнем употребления алкоголя, характеризуется следующими аспектами. Употребляют алкоголь 70,6% взрослого населения Красноярского края в возрасте от 18 до 65 лет и старше. Мужчины и женщины в разном соотношении никогда не употребляют алкогольные напитки, 24,6% и 33,4% соответственно. Также курящие жители Красноярского края употребляют алкоголь чаще, чем некурящие. Больше всего жителей Красноярского края, употребляющих алкоголь, находятся в возрастном интервале от 25 до 34 лет и от 35 до 44 лет. Жители Красноярского края, по их словам, позволяют себе выпить за один раз 200 гр. крепких спиртных напитков или 0,5 л. крепкого вина, или 0,7 л. сухого вина, или 1,5 литра пива реже одного раза в месяц (44,9%) и никогда (32,0%), а 5,7% респондентов позволяют себе такую дозу 1 раз в неделю. Не чаще 3 раз в месяц такое количество алкоголя потребляют 15,6% респондентов. Обычная доза алкогольных напитков в день выпивки среди населения Красноярского края составляет 1-2 дозы – 61,0%, у 28,0% респондентов составляет 3-4 дозы в день. При этом значительные объемы алкоголя за один прием употребляют в большей мере мужчины, по сравнению с женщинами, и курящие респонденты, по сравнению с некурящими.

По данным исследований с 2013 по 2023 год, количество жителей

Красноярского края, потребляющих алкоголь, находится в пределах  $70,6 \pm 5,8\%$ . Доля лиц, потребляющих алкоголь более 4 раз в неделю (ежедневно), не превышала 2,5% с 2013 года и впервые составила 3,1% в 2023 году.

Стоит отметить, что по сравнению с 2022 годом уменьшился процент респондентов, которые употребляют алкогольные напитки несколько раз в месяц или несколько раз в год, но вырос процент тех, кто употребляет алкогольные напитки каждый день или несколько раз в неделю.

**Таблица 6. Распределение ответов респондентов на вопрос «Как часто Вы употребляете спиртные напитки?» с 2013 по 2023 год**

	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
Ежедневно	1,4%	0,9%	2,0%	1,0%	0,7%	0,3%	2,5%	1,9%	1,2%	2,2%	3,1%
Несколько раз в неделю	5,4%	7,7%	9,0%	7,1%	11,0%	7,7%	7,5%	6,4%	8,2%	4,4%	8,7%
Несколько раз в месяц	21,0%	26,4%	30,0%	28,6%	25,5%	26,0%	19,8%	25,2%	21,6%	24,1%	17,6%
Несколько раз в год	36,7%	33,3%	32,0%	37,9%	35,9%	38,9%	45,4%	33,4%	37,5%	39,1%	41,2%
Никогда	35,5%	30,9%	26,0%	23,6%	25,8%	27,2%	24,8%	33,1%	31,5%	30,2%	29,4%

Уровень распространенности поведенческих факторов риска, связанных с употреблением алкоголя, определяется также показателем доли жителей Красноярского края, выпивающих за один раз значительные объемы напитков, содержащих алкоголь – 200 гр. крепких спиртных напитков или 0,5 л. крепкого вина, или 0,7 л. сухого вина, или 1,5 литра пива. К 2023 году, по сравнению с 2022 годом увеличилось число жителей края, потребляющих значительные дозы алкоголя реже 1 раза в месяц – с 41,7 % до 44,9%. Каждый день потребляют алкоголь в указанных объемах 1,8% респондентов в 2023 году.

**Таблица 7. Распределение ответов респондентов, употребляющих алкоголь, на вопрос «Как часто Вы выпиваете за один раз (например, за вечер) 200 гр. крепких спиртных напитков или 0,5 л. крепленого вина, или 0,7 л. сухого вина, или 1,5 литра пива?» с 2013 по 2023 год**

	<b>2013</b>	<b>2014</b>	<b>2015</b>	<b>2016</b>	<b>2017</b>	<b>2018</b>	<b>2019</b>	<b>2020</b>	<b>2021</b>	<b>2022</b>	<b>2023</b>
Никогда	40,7%	34,8%	42,0%	37,5%	33,7%	36,4%	20,7%	34,9%	29,0%	35,1%	32,0%
Реже 1 раза в месяц	32,8%	42,0%	31,0%	33,1%	38,6%	41,0%	52,5%	34,0%	48,4%	41,7%	44,9%
2-3 раза в месяц	17,4%	15,5%	20,0%	20,9%	21,0%	18,4%	20,7%	18,3%	17,8%	16,9%	15,6%
1 раз в неделю	4,1%	4,0%	4,0%	5,8%	5,1%	3,0%	4,4%	10,7%	4,5%	5,7%	5,7%
Каждый день, или почти каждый день	0,7%	1,8%	2,0%	2,7%	1,2%	1,2%	1,6%	2,0%	0,3%	0,6%	1,8%

## §6. Уровень стресса среди взрослого населения Красноярского края

Для оценки уровня стресса взрослого населения Красноярского края была использована **Госпитальная шкала тревоги и депрессии (HADS)** - шкала тревоги и депрессии была разработана для выявления состояний депрессии, тревоги и эмоционального расстройства. Шкала содержит 14 вопросов: семь для определения симптомов тревоги и семь для оценки уровня депрессии.

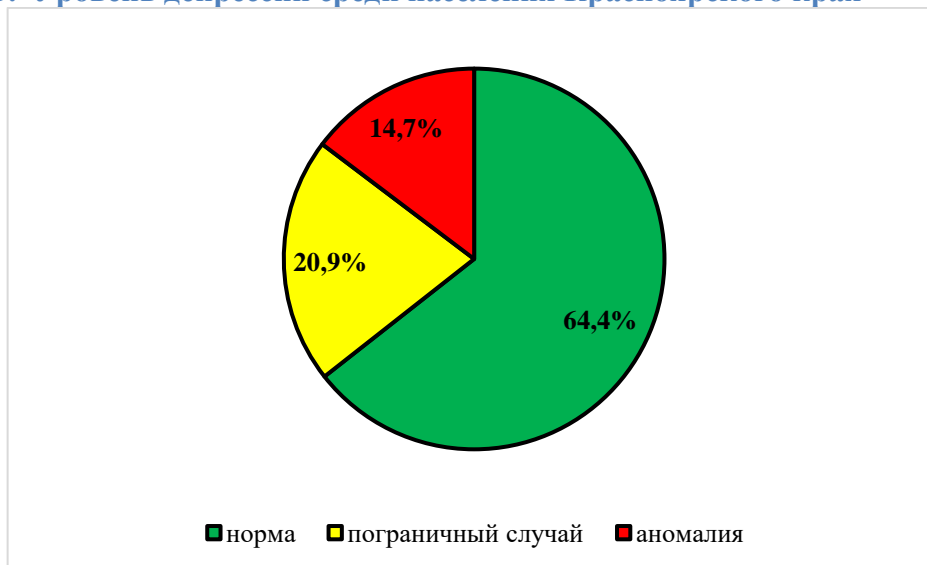
Уровень депрессии и тревоги оценивается независимо друг от друга. Для этого ведется отдельный подсчет баллов по вопросам, оценивающим уровень депрессии и по вопросам оценки степени тревоги.

Для интерпретации результатов используются две подшкалы: подшкала HADS-A — (A – anxiety, тревога) и подшкала HADS-D — (D – depression, депрессия). Суммарный показатель по каждой подшкале определяет результат следующим образом:

- 0-7 баллов — норма;
- 8-10 баллов — субклинически выраженная тревога/депрессия;
- 11 баллов и выше — клинически выраженная тревога/депрессия.

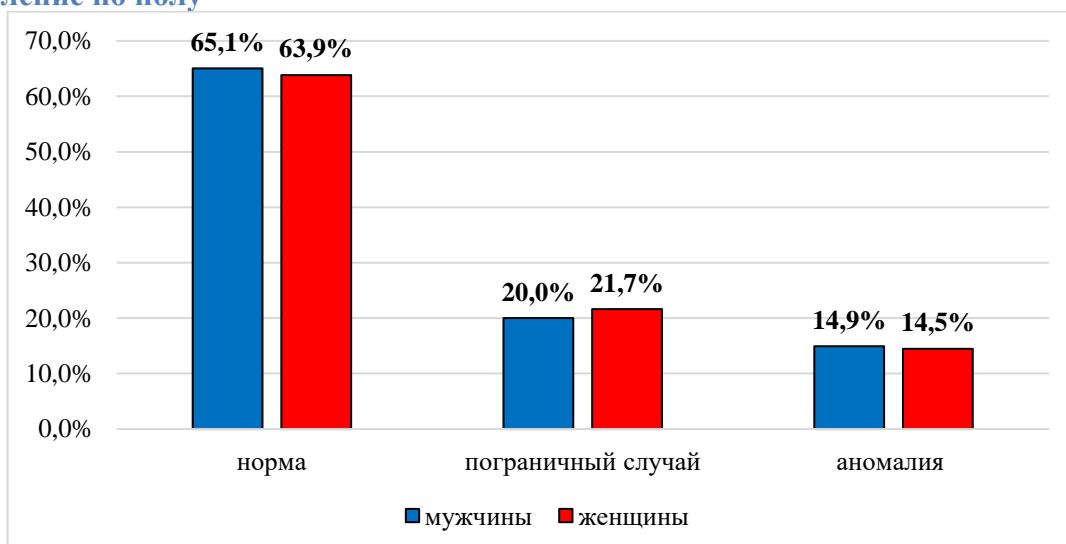
Уровень депрессии был просчитан для каждого из респондентов, и затем результаты были объединены по категориям в зависимости от уровня депрессивного состояния. Так, у 64,4% респондентов Красноярского края уровень депрессии находится в пределах нормы, у 20,9% респондентов субклинически выраженная форма депрессии, и 14,7% респондентов имеют клинически выраженную депрессию. Данные представлены на диаграмме 87.

Диаграмма 85. Уровень депрессии среди населения Красноярского края



В нормальном психологическом состоянии находятся 65,1% мужчин и 63,9% женщин. Среди мужчин Красноярского края клинически выраженный уровень депрессии немного выше, нежели у женщин. Так, 14,9% мужчин и 14,5% женщин имеют ярко выраженную депрессию, 20,0% мужчин и 21,7% женщин находятся на пограничном уровне или имеют субклинически выраженную форму депрессии.

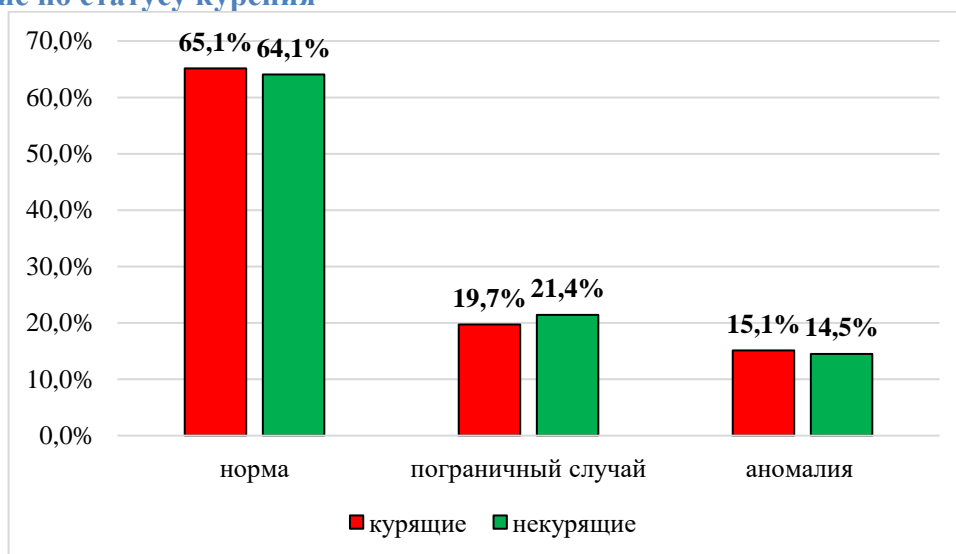
Диаграмма 86. Уровень депрессии среди населения Красноярского края, распределение по полу



У некурящих и курящих респондентов стабильное состояние находится практически на одном уровне - 64,1% и 65,1% соответственно. Ярко

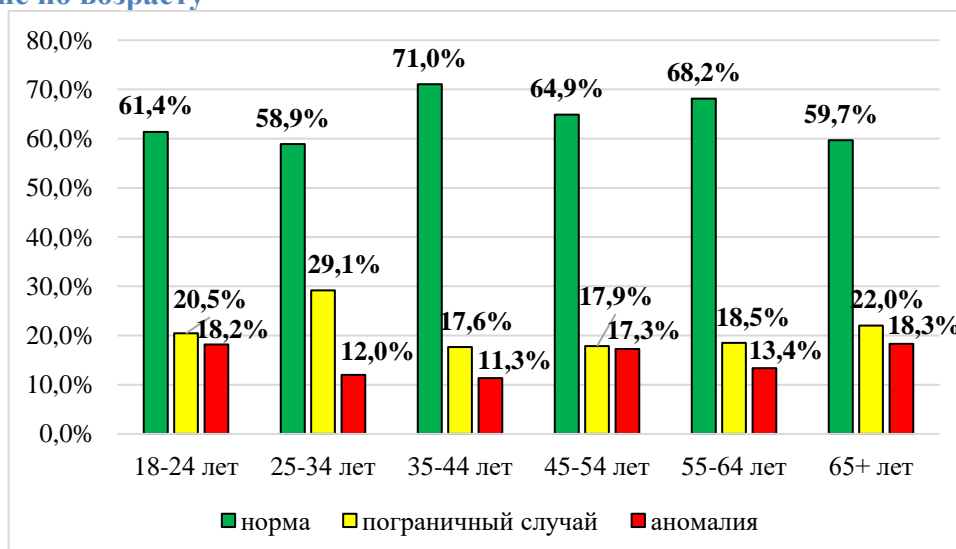
выраженную форму депрессии имеют 15,1% курящих респондентов и 14,5% некурящих. Данные представлены на диаграмме 89.

**Диаграмма 87. Уровень депрессии среди населения Красноярского края, распределение по статусу курения**



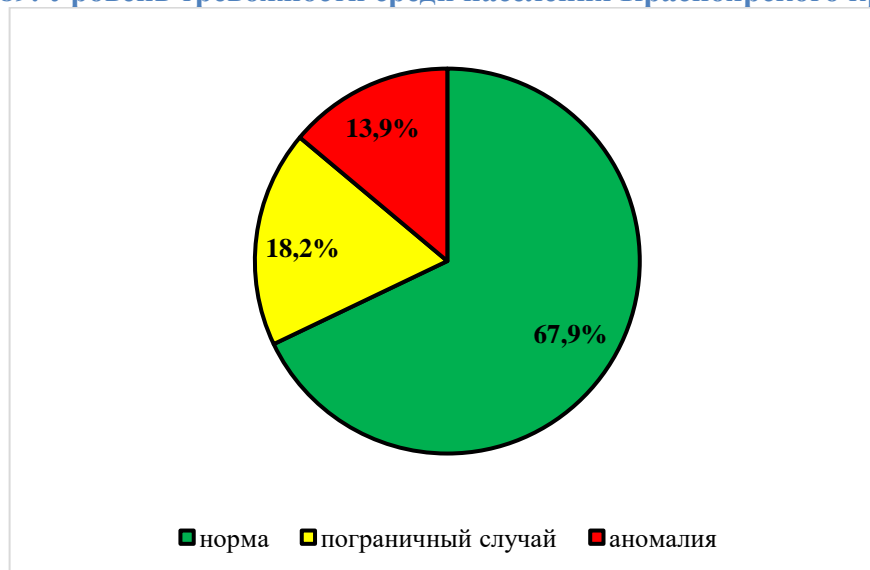
Распределение респондентов по возрасту показало, что ярко выраженная форма депрессии наблюдается чаще у представителей старшей возрастной когорты (от 65 лет и старше) и представителей группы от 45 до 54 лет – 18,3% и 17,3% соответственно. Так, более подвержены депрессивным состояниям респонденты старших возрастных когорт, наиболее спокойно чувствуют себя респонденты в возрасте от 35 до 44 лет, в данной категории самый высокий показатель нормального уровня стресса – 71,0%.

**Диаграмма 88. Уровень депрессии среди населения Красноярского края, распределение по возрасту**



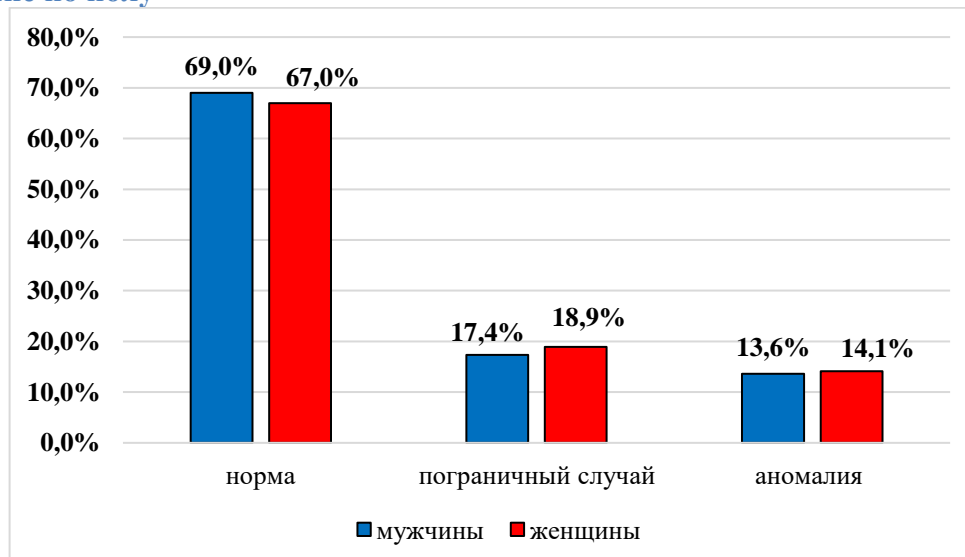
Также с помощью шкалы был определен уровень тревожности жителей Красноярского края. Выяснилось, что 13,9% жителей Красноярского края имеют аномальную форму тревожности, 18,2% респондентов имеют субклинически выраженную форму тревожности. Более половины жителей края находятся в нормальном психологическом состоянии (67,9%). Данные представлены на диаграмме 91.

**Диаграмма 89. Уровень тревожности среди населения Красноярского края**



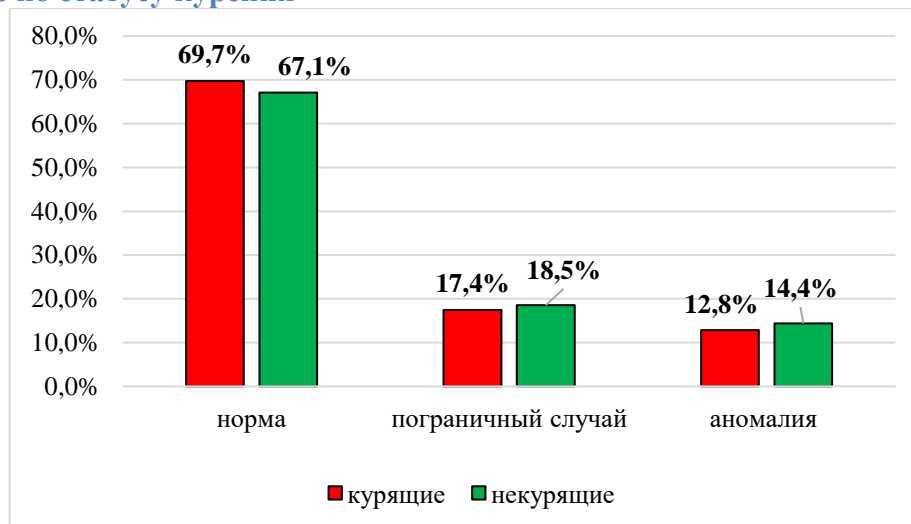
Женщины склонны чаще испытывать состояние тревожности, нежели мужчины. Так, ярко выраженная форма тревожности наблюдается у 14,1% женщин и 13,6% мужчин. Нормальный уровень тревожности наблюдается у 67,0% женщин и 69,0% мужчин. Данные представлены на диаграмме 92.

**Диаграмма 90. Уровень тревожности среди населения Красноярского края, распределение по полу**



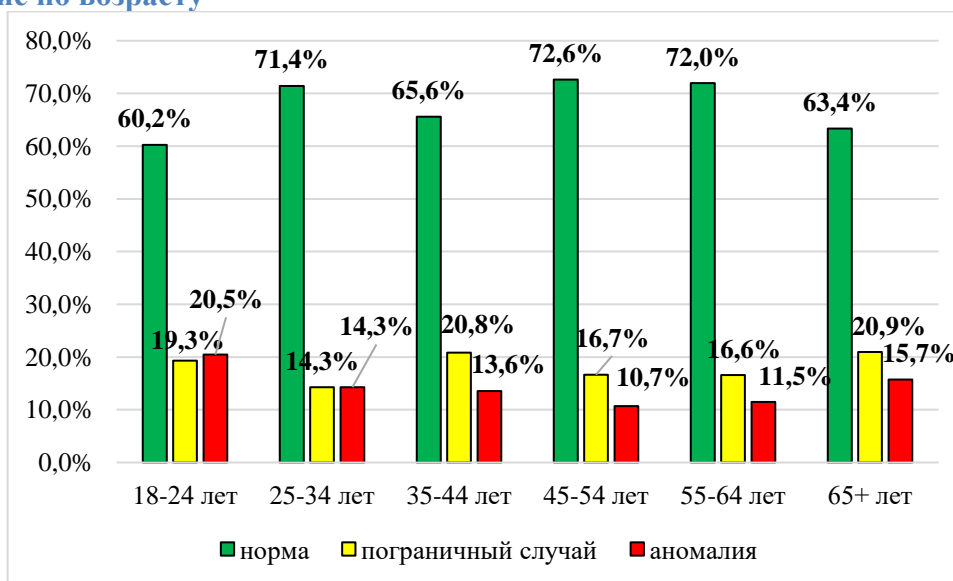
Курящие респонденты реже имеют ярко выраженную форму тревожности – 12,8% (у некурящих – 14,4%). В нормальном психическом состоянии находятся 69,7% курящих респондентов, и 67,1% некурящих.

**Диаграмма 91. Уровень тревожности среди населения Красноярского края, распределение по статусу курения**



Распределение респондентов по возрасту показало, что ярко выраженная форма тревожности наблюдается чаще у представителей возрастной группы от 18 лет до 24 лет и составляет 20,5%. Наименее тревожны респонденты в возрасте 65 лет и старше, здесь аномальный уровень тревожности наблюдается у 15,7% респондентов (диаграмма 94).

**Диаграмма 92. Уровень тревожности среди населения Красноярского края, распределение по возрасту**



Таким образом, психическое состояние жителей Красноярского края находится на следующем уровне: у 64,4% респондентов уровень депрессии находится в пределах нормы, у 20,9% респондентов субклинически выраженная форма депрессии, и 14,7% респондентов имеют клинически выраженную депрессию. Уровень депрессии выше среди женщин, курящих респондентов и респондентов старшей возрастных когорт.

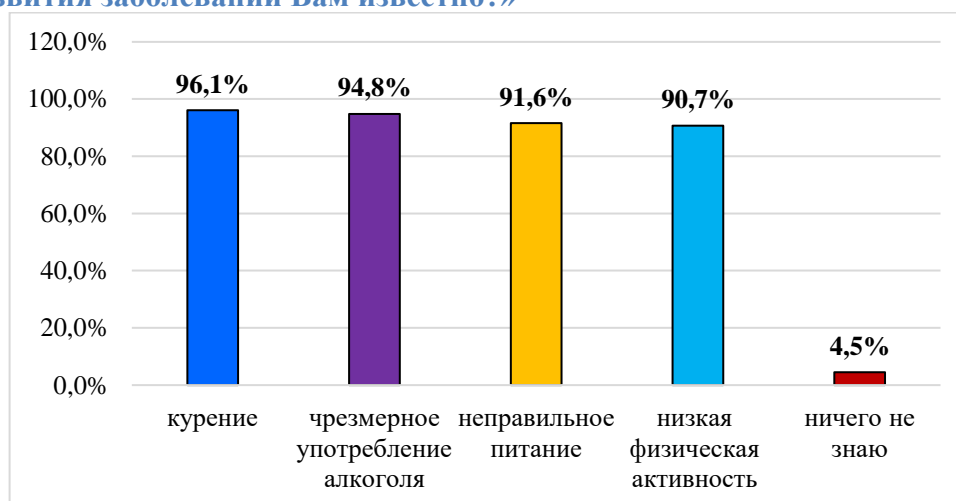
Стоит отметить, что уровень депрессии выше, чем уровень тревожности среди взрослого населения Красноярского края. Среди респондентов, не испытывающих нормальное психическое состояние 35,6% испытывают депрессивное состояние и 32,1% испытывают тревожность.

## ГЛАВА 2. УРОВЕНЬ ИНФОРМИРОВАННОСТИ ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ О ФАКТОРАХ РИСКА РАЗВИТИЯ ОПАСНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ И ОХВАТА МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ ПОМОЩЬЮ

### §1. Уровень информированности взрослого населения Красноярского края о факторах риска развития опасных заболеваний

Как показывают результаты исследования, самыми известными для взрослого населения Красноярского края факторами риска развития заболеваний традиционно являются курение, чрезмерное употребление алкоголя и неправильное питание 96,1%, 94,8% и 91,6% соответственно. О факторах риска, связанных с низкой физической активностью, как о факторе риска хронических неинфекционных заболеваний, знают 90,7% респондентов (диаграмма 95).

**Диаграмма 93. Распределение ответов респондентов на вопрос, «О каких факторах риска развития заболеваний Вам известно?»**



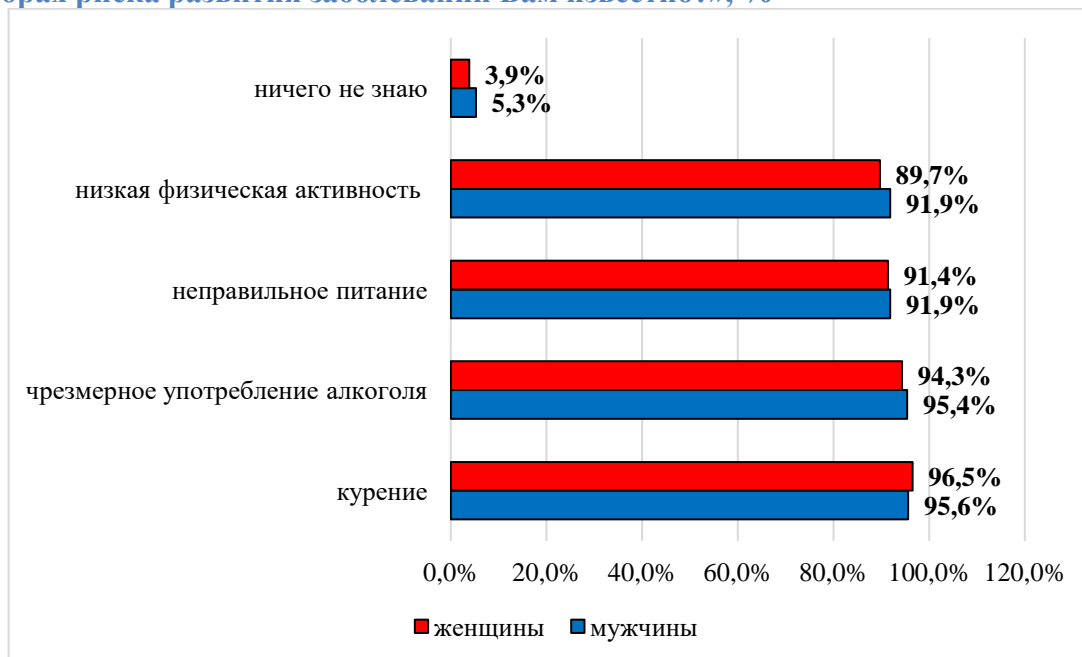
**Таблица 8. «О каких факторах риска развития заболеваний Вам известно?», распределение с 2013 по 2023 год**

	2014 год	2015 год	2016 год	2017 год	2018 год	2019 год	2020 год	2021 год	2022 год	2023 год
Курение	77,7%	95,0%	84,0%	99,3%	98,8%	94,3%	93,0%	95,7%	95,7%	96,1%
Чрезмерное употребление алкоголя	70,6%	93,0%	82,7%	98,4%	96,2%	92,0%	91,5%	94,6%	94,8%	94,8%
Неправильное питание	54,3%	77,0%	81,1%	93,9%	93,0%	88,9%	85,3%	93,7%	91,3%	91,6%

Низкая физическая активность	42,7%	76,0%	76,2%	92,1%	84,5%	84,2%	82,1%	89,9%	90,5%	90,7%
------------------------------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------

Как показывает диаграмма 96, доля женщин, знающих о факторах риска, связанных с курением, чуть выше чем доля таковых среди мужчин – 96,5% и 95,6% соответственно. Однако, среди остальных показателей, доля мужчин, знающих о факторах риска выше чем доля женщин.

**Диаграмма 94. Распределение ответов мужчин и женщин на вопрос, «О каких факторах риска развития заболеваний Вам известно?», %**



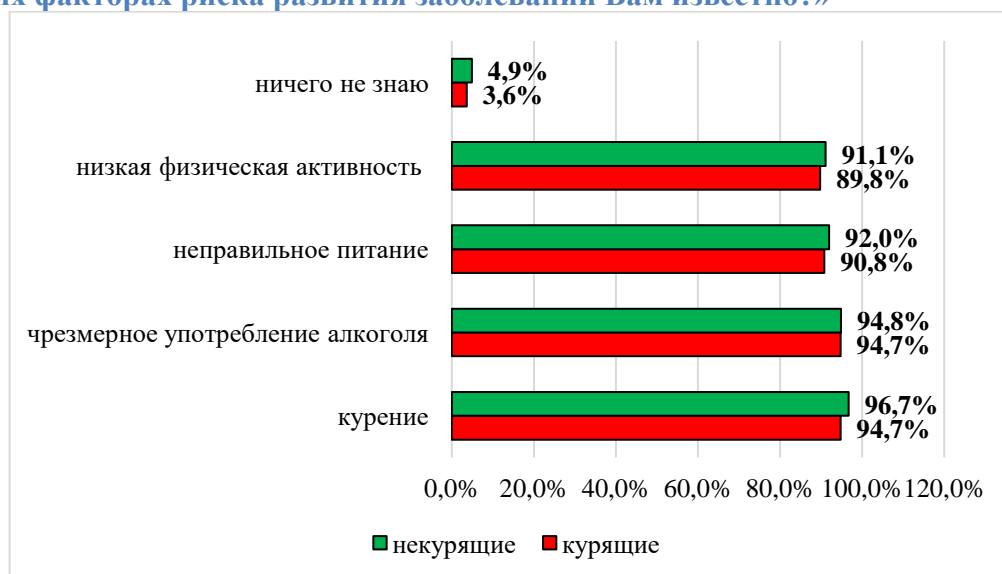
О факторах риска связанных с курением и чрезмерном употреблении алкоголя среди взрослого населения Красноярского края во всех возрастных категориях знают более 90% респондентов. Так, знанием об опасном влиянии курения владеют до 97,9% опрошенных в возрасте от 18 до 65 лет и старше. О вреде чрезмерного употребления алкоголя осведомлены до 98,7% респондентов. Информацией о факторах риска, связанных с низкой физической активностью обладают от 86,4% до 04,5% респондентов, это самый низкий показатель среди остальных (диаграмма 97).

**Диаграмма 95. Распределение ответов респондентов разных возрастных категорий на вопрос «О каких факторах риска развития заболеваний Вам известно?», %**



Стоит отметить, что в целом о факторах риска высоко осведомлены и курящие и некурящие респонденты. Данные представлены на диаграмме 98.

**Диаграмма 96. Распределение ответов курящих и некурящих респондентов на вопрос «О каких факторах риска развития заболеваний Вам известно?»**

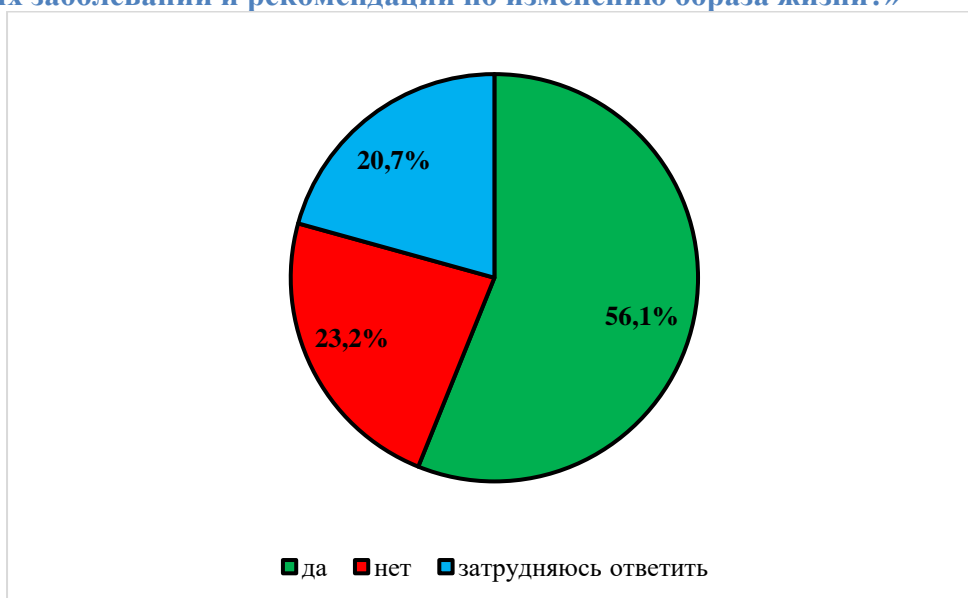


Таким образом, основными факторами риска развития заболеваний по представлению взрослого населения Красноярского края являются курение

и чрезмерное употребление алкоголя. В целом более осведомленными о факторах риска развития заболеваний являются мужчины, чем женщины, а также молодые люди и респонденты старшего возраста.

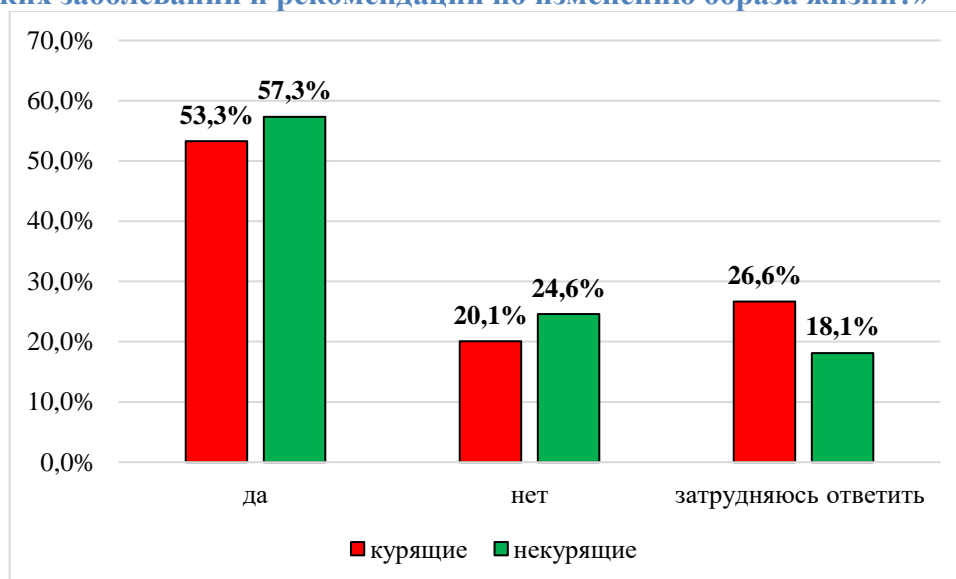
Отвечая на вопрос социологической анкеты «Выдавали ли Вам в поликлинике устное или письменное заключение о наличии у Вас «факторов риска» хронических заболеваний и рекомендаций по изменению образа жизни?», 56,1% ответивших указали, что им выдавали заключение и не получали такое заключение – 23,2% респондентов. Также 20,7% респондентов затруднились ответить на этот вопрос (диаграмма 99).

**Диаграмма 97. Распределение ответов респондентов на вопрос «Выдавали ли Вам в поликлинике устное или письменное заключение о наличии у Вас «факторов риска» хронических заболеваний и рекомендаций по изменению образа жизни?»**



Некурящие и курящие респонденты почти в одинаковой степени получали заключение о наличии у них факторов риска – 57,3% и 53,3% соответственно, также курящие респонденты чаще затрудняются ответить, давали ли им такое заключение – 26,6% (у некурящих – 18,1%).

**Диаграмма 98. Распределение ответов респондентов на вопрос «Выдавали ли Вам в поликлинике устное или письменное заключение о наличии у Вас «факторов риска» хронических заболеваний и рекомендаций по изменению образа жизни?»**



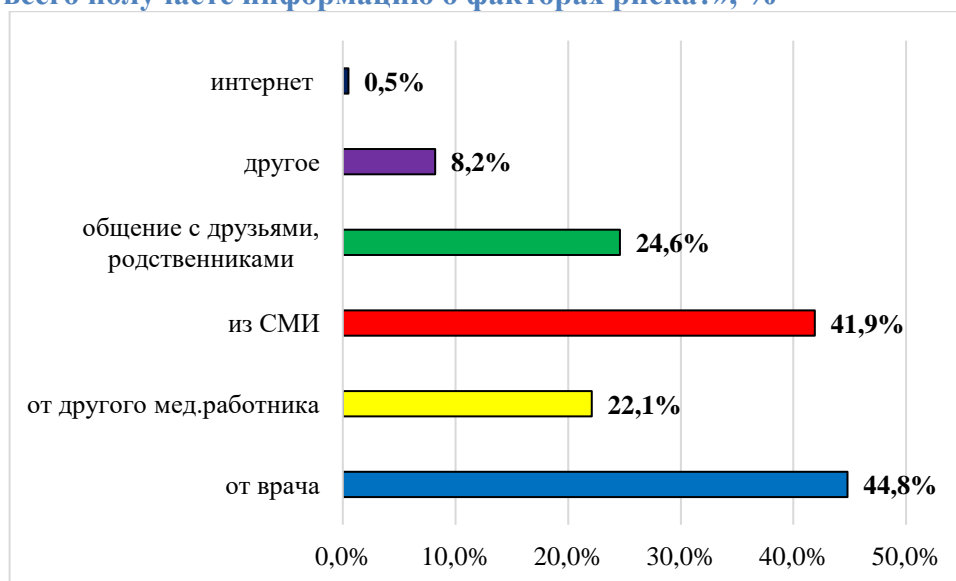
Таким образом, заключение о наличии факторов риска в поликлинике получали до 56,1% респондентов. Чаще такое заключение выдавалось некурящим респондентам.

По данным исследований с 2013 по 2023 год, уровень информированности о факторах риска в последние годы остается высоким, показатели возросли более чем на 40% в сравнении с 2013 годом, и приближены к 100% значениям.

## §2. Источники, из которых взрослое население Красноярского края получает информацию о факторах риска развития заболеваний

Одним из главных источников получения информации о факторах риска развития хронических неинфекционных заболеваний для взрослого населения Красноярского края являются врачи. Так, при ответе на вопрос, «Из каких источников Вы чаще всего получаете информацию о факторах риска?» 44,8% респондентов указали на вариант «от врача». Следующим источником получения информации о факторах риска являются СМИ. Около 41,9% респондентов получают информацию о факторах риска из СМИ. Также в 24,6% случаев респонденты получают информацию о факторах риска при общении с друзьями и родственниками, или от других медицинских работников – 22,1%. При этом, доля респондентов (0,5%) получают данную информацию из сети интернет.

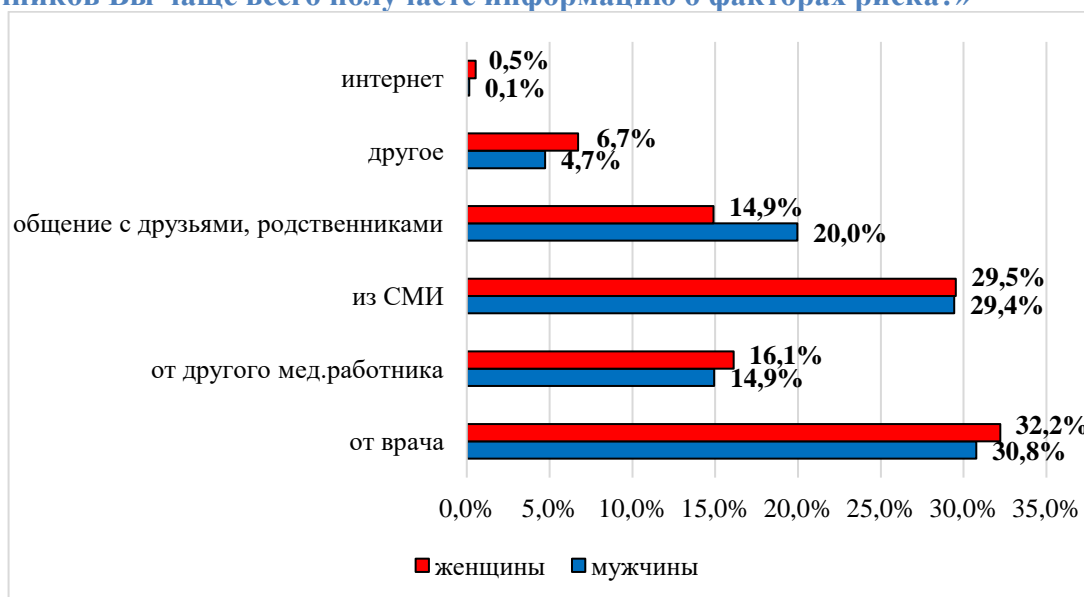
Диаграмма 99. Распределение ответов респондентов на вопрос «Из каких источников Вы чаще всего получаете информацию о факторах риска?», %



Среди женщин одним из основных источников получения информации о факторах риска является врач (32,2%). Как женщины, так и мужчины, в равной степени обращают внимание на информацию, связанную с факторами риска развития заболеваний, получаемую из СМИ – 29,5% и 29,4% соответственно (диаграмма 102). Мужчины чаще получают информацию

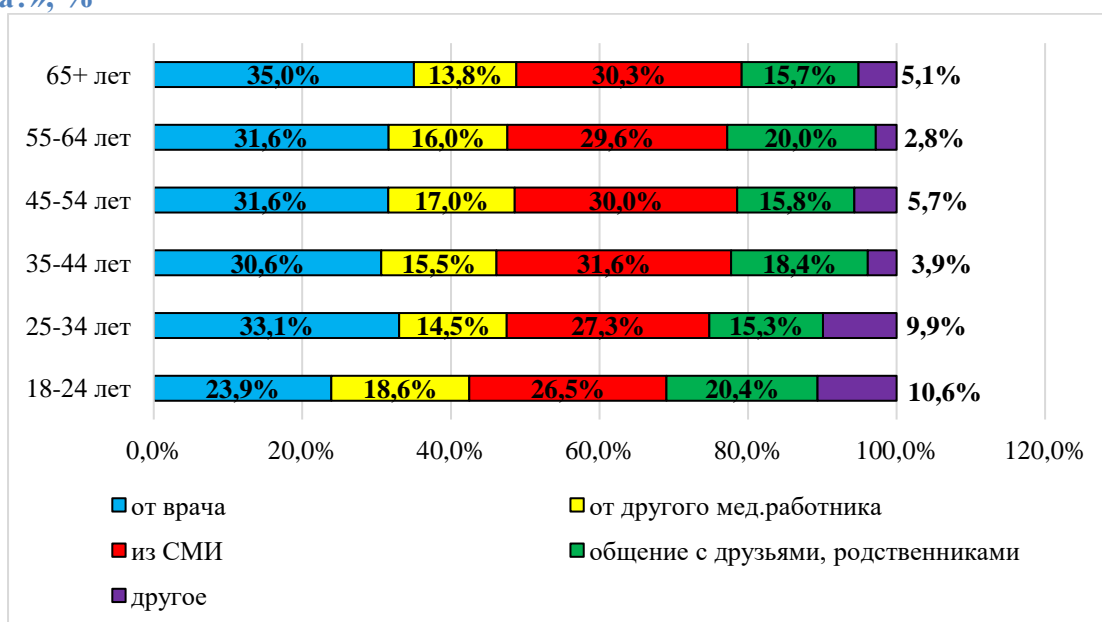
о факторах риска во время общения с друзьями и родственниками в 20,0% случаев.

**Диаграмма 100. Распределение ответов мужчин и женщин на вопрос, «Из каких источников Вы чаще всего получаете информацию о факторах риска?»**



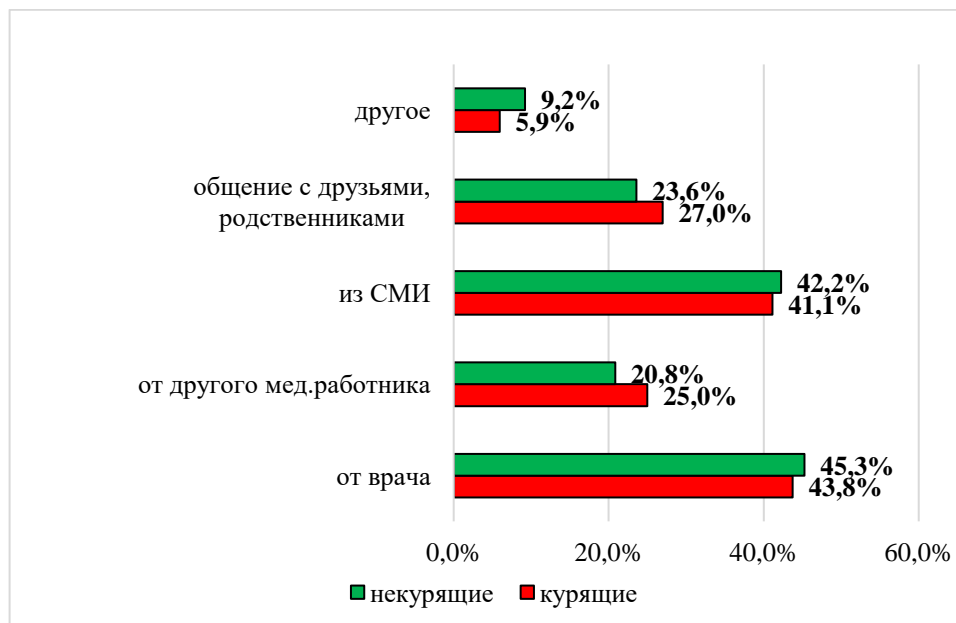
Врачи являются основным источником получения информации о факторах риска среди взрослого населения Красноярского края. Респонденты всех возрастных категорий хорошо усваивают информацию о факторах риска, полученную от врача – данный показатель колеблется от 23,9 % до 35,0% (диаграмма 103).

**Диаграмма 101. Распределение ответов респондентов разных возрастных категорий на вопрос: «Из каких источников Вы чаще всего получаете информацию о факторах риска?», %**



Информация о факторах развития заболеваний, полученная от врача, более интенсивно воспринимается некурящими респондентами, чем курящими (45,3% и 43,8% соответственно). Также некурящие жители Красноярского края лучше воспринимают данную информацию из СМИ (42,2 и 41,1% соответственно). Данные представлены на диаграмме 104.

**Диаграмма 102. Распределение ответов курящих и некурящих респондентов на вопрос: «Из каких источников Вы чаще всего получаете информацию о факторах риска?»**

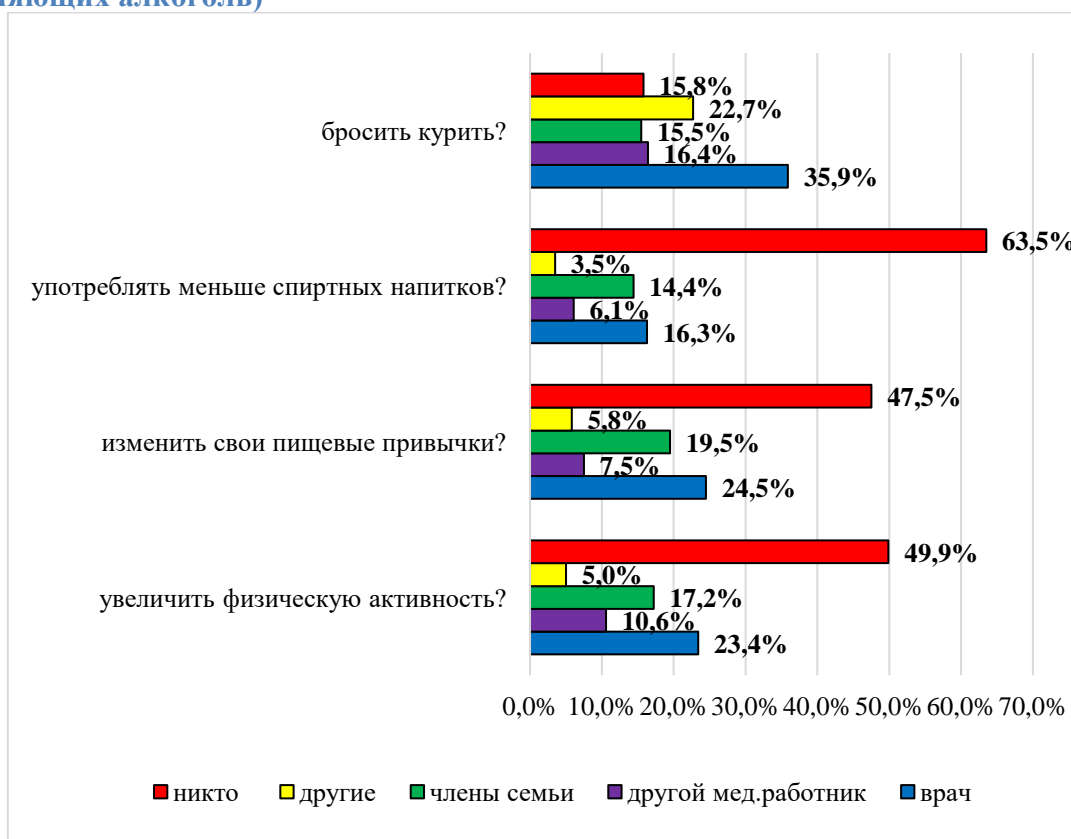


Таким образом, главными каналами получения информации о факторах развития хронических неинфекционных заболеваний для представителей взрослого населения Красноярского края выступают, врачи, средства массовой информации, медицинские работники, друзья и родственники, а также интернет. Мужчины и женщины хорошо воспринимают такую информацию из всех возможных источников информации.

Как показывают результаты статистического анализа ответов жителей Красноярского края на вопросы о том, советовал ли им кто-либо *бросить курить, увеличить физическую активность, изменить свои пищевые привычки, или употреблять меньше спиртных напитков*, большинству (от 15,8% до 63,5% опрошенных по вышеперечисленным позициям) в течение последнего года никто этого не советовал (диаграмма 105).

Чаще всего подобные рекомендации, респонденты получают от врачей – от 16,3% до 35,9%. При этом чаще всего врачи советуют респондентам бросить курить, изменить свои пищевые привычки и увеличить физическую активность. Наиболее распространённым из данных четырех категорий советов, согласно ответам респондентов, являются советы, касающиеся курения и питания.

**Диаграмма 103. Распределение ответов респондентов на вопросы: «В течение последнего года кто-либо советовал Вам бросить курить?», «В течение последнего года кто-либо советовал Вам увеличить физическую активность?», «В течение последнего года кто-либо советовал Вам изменить свои пищевые привычки?», «В течение последнего года кто-либо советовал Вам употреблять меньше спиртных напитков?» (для данного вопроса взяты ответы респондентов, употребляющих алкоголь)**



Таким образом, большое количество представителей взрослого населения Красноярского края не получали за последний год от кого-либо советов по изменению образа жизни в сторону более здорового. Так, рекомендации бросить курить получили 84,2%, увеличить физическую активность до 50,1%, изменить пищевые привычки 52,5%, употреблять меньше спиртных напитков – до 36,5% респондентов. Чаще всего эти советы исходили от врачей и семьи.

Информацию о факторах риска жители Красноярского края чаще узнают от врача, из СМИ, посредством общения с друзьями и знакомыми, и других медработников, а также из других источников (таблица 9).

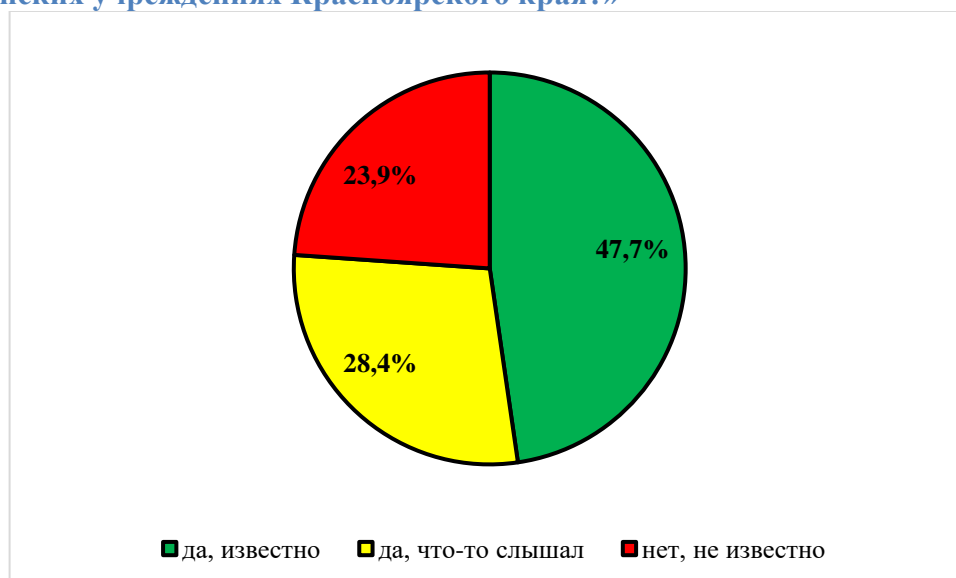
**Таблица 9. Из каких источников Вы чаще всего получаете информацию о факторах риска, распределение с 2013 по 2023 год**

	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
Другой мед. работник	1,0%	10,7%	7,0%	14,0%	26,5%	17,6%	19,4%	13,5%	12,6%	23,5%	22,1%
Врач	9,7%	23,6%	19,0%	30,0%	37,6%	34,6%	24,6%	19,3%	24,3%	32,3%	44,8%
СМИ	53,0%	61,4%	51,0%	52,6%	43,0%	41,1%	41,9%	44,4%	53,8%	53,4%	41,9%
Общение с друзьями	23,6%	43,6%	22,0%	22,5%	20,7%	33,7%	29,4%	40,2%	41,8%	32,7%	24,6%
Другое	12,2%	11,9%	0,0%	2,2%	1,8%	1,0%	1,2%	2,0%	0,0%	0,0%	8,2%

### §3. Уровень охвата взрослого населения Красноярского края медицинской профилактической помощью

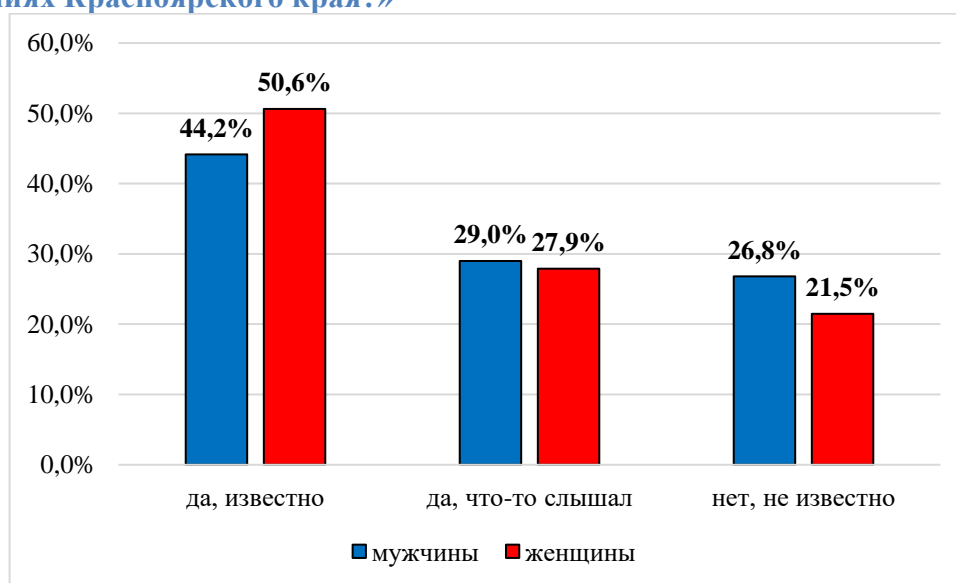
В задачи настоящего исследования входило выявление уровня охвата взрослого населения Красноярского края медицинской профилактической помощью, предоставляемой медицинскими учреждениями Красноярского края. Одним из подразделений в таких учреждениях являются «Центры здоровья». Как показал статистический анализ ответов респондентов, их информированность о функционировании «Центров здоровья» на территории Красноярского края составляет 47,7% и 28,4% респондентов – что-то слышали о данном виде медицинских учреждений (диаграмма 106).

Диаграмма 104. Распределение ответов респондентов на вопрос «Известно ли Вам о существовании подразделений под названием «Центр здоровья» в медицинских учреждениях Красноярского края?»



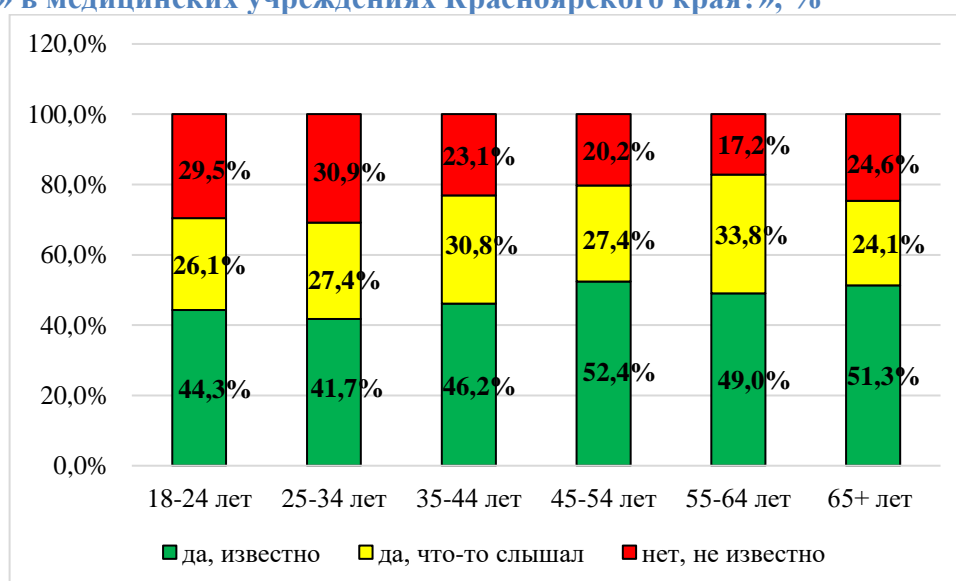
Женщины чаще, нежели мужчины, осведомлены о существовании Центров здоровья на территории Красноярского края – 50,6% и 44,2% соответственно. Однако мужчины чаще что-то слышали о Центрах здоровья (29,0% мужчин и 27,9% женщин). Данные представлены на диаграмме 107.

**Диаграмма 105. Распределение ответов мужчин и женщин на вопрос «Известно ли Вам о существовании подразделений под названием «Центр здоровья» в медицинских учреждениях Красноярского края?»**



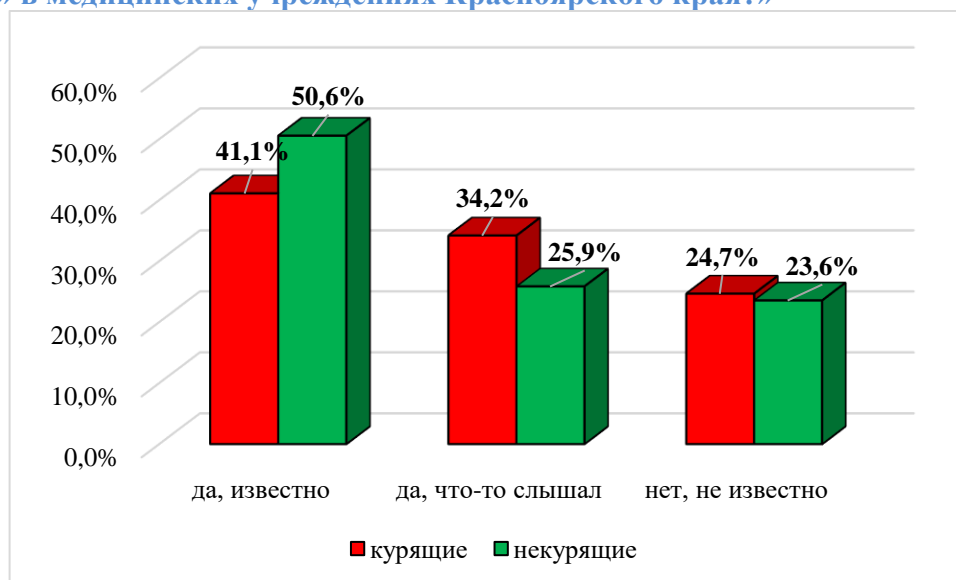
Наиболее информированными о функционировании «Центров здоровья» являются жители Красноярского края возрастной когорты от 45 до 54 лет – 52,4% и респонденты в возрасте от 65 лет и старше – 51,3%. Наименее информированы о Центрах здоровья респонденты в возрасте от 25 до 34 лет – 41,7%. В остальных возрастных когортах данный показатель находится в пределах от 44,3% до 49,0%. Данные представлены на диаграмме 108.

**Диаграмма 106. Распределение ответов респондентов разных возрастных категорий на вопрос «Известно ли Вам о существовании подразделений под названием «Центр здоровья» в медицинских учреждениях Красноярского края?», %**



Курящие респонденты менее информированы о существовании «Центров здоровья» - 41,1%, в то время как доля некурящих граждан, знающих о «Центрах здоровья» составляет 50,6% (диаграмма 109).

**Диаграмма 107. Распределение ответов курящих и некурящих респондентов на вопрос «Известно ли Вам о существовании подразделений под названием «Центр здоровья» в медицинских учреждениях Красноярского края?»**



Таким образом, наблюдается тенденция к увеличению доли лиц, информированных о таких подразделениях медицинских учреждений как «Центры здоровья», в сравнении с 2022 годом. Так, на данный момент 47,7% респондентов знают о существовании Центров здоровья и 28,4% слышали о данном виде медицинских учреждений, в 2022 году эти показатели составляли 47,5 и 25,1% соответственно.

**Таблица 10. Распределение ответов респондентов на вопрос «Известно ли Вам о существовании подразделений под названием «Центр здоровья» в медицинских учреждениях Красноярского края?», данные с 2014 по 2023 год**

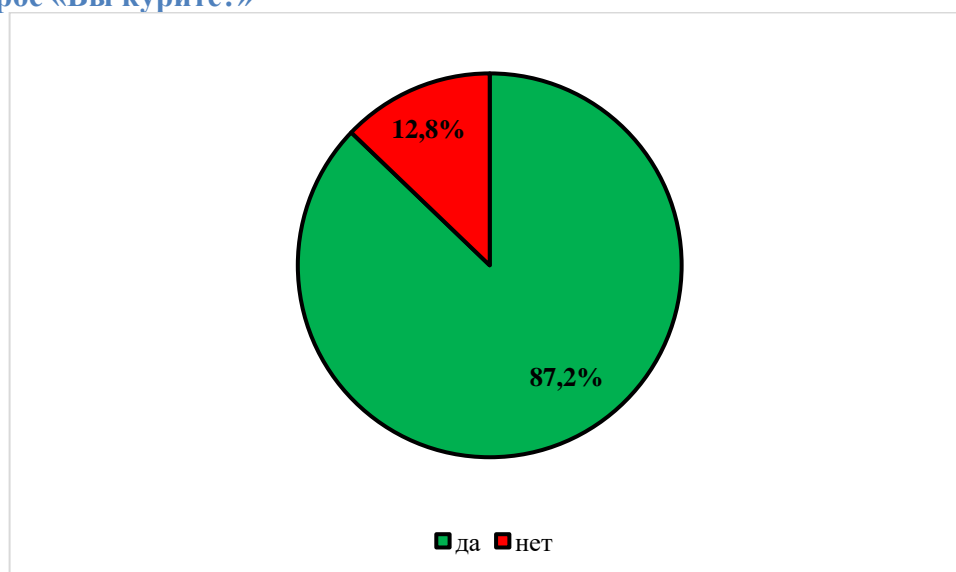
	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
Да, известно	29,4%	25,0%	39,7%	54,2%	55,1%	49,3%	32,0%	47,6%	47,5%	47,7%
Да, что-то слышал	35,0%	36,0%	29,5%	27,1%	28,5%	24,6%	38,1%	23,8%	25,1%	28,4%
Нет, неизвестно	34,4%	39,0%	26,7%	16,9%	16,0%	26,0%	29,9%	28,6%	27,5%	23,9%

### ГЛАВА 3. УРОВЕНЬ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ НАСЕЛЕНИЯ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ КАЧЕСТВОМ ОКАЗАНИЯ МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ВЗРОСЛОМУ НАСЕЛЕНИЮ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ

#### §1. Уровень удовлетворенности населения Красноярского края качеством оказания медицинской профилактической помощи при обследовании в поликлинике

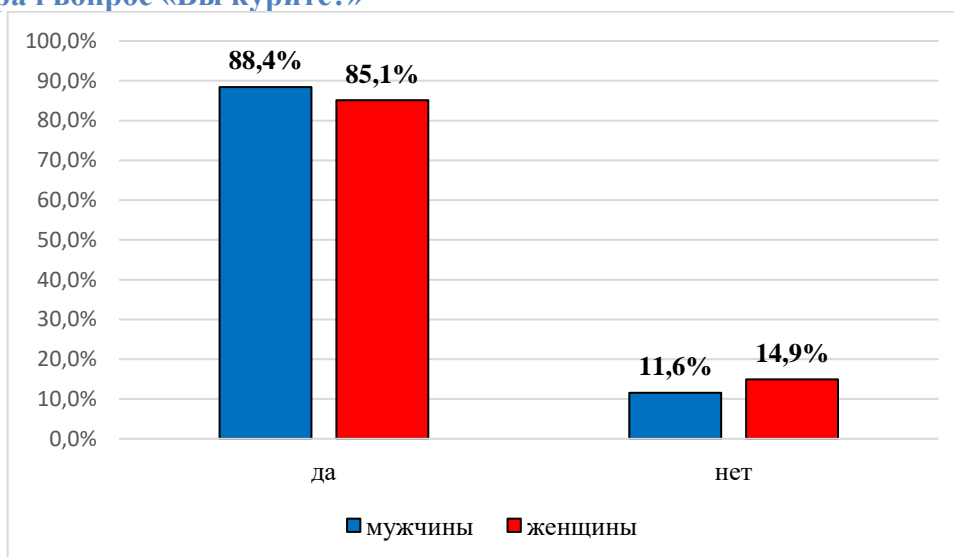
Как показали результаты исследования, большинству жителей Красноярского края – 87,2%, врач задавал вопрос «Вы курите?» при обращении за медицинской помощью, при диспансеризации или медицинских осмотрах. Доля респондентов, которым такой вопрос не задавался, составляет 12,8% (диаграмма 110).

**Диаграмма 108. Распределение ответов респондентов на вопрос «При обращении за медицинской помощью, при диспансеризации, медицинских осмотрах задавал ли Вам врач вопрос «Вы курите?»**



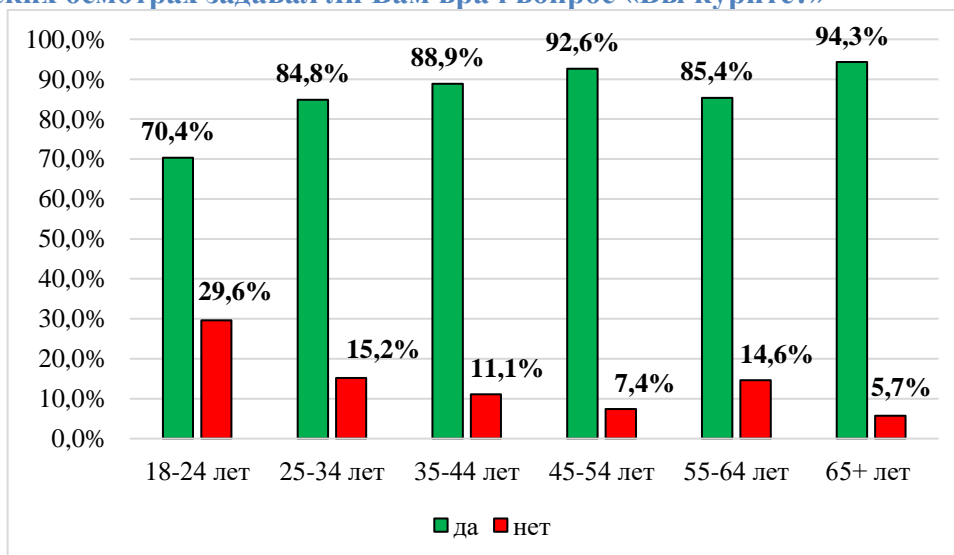
Мужчины и женщины почти в одинаковой степени слышали от врача вопрос относительно их статуса курения – 88,4% и 85,1% соответственно. Данные представлены на диаграмме 111.

**Диаграмма 109. Распределение ответов мужчин и женщин на вопрос «При обращении за медицинской помощью, при диспансеризации, медицинских осмотрах задавал ли Вам врач вопрос «Вы курите?»»**



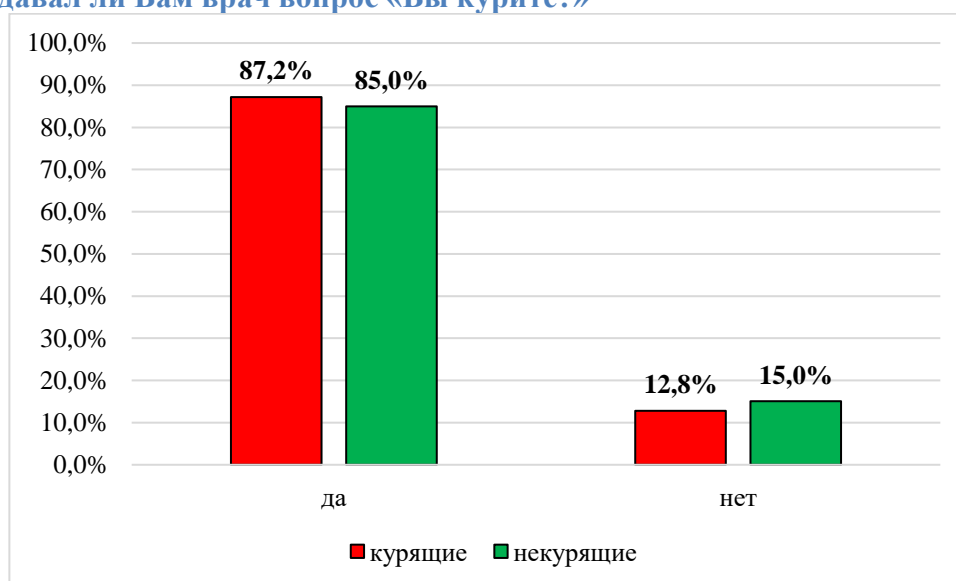
Реже, чем у остальных возрастных когорт врачи интересуются статусом курения у пациентов в возрасте от 18 до 24 лет – около 70,4%. Среди остальных возрастных когорт этот процент составляет 89% в среднем.

**Диаграмма 110. Распределение ответов респондентов разных возрастных категорий на вопрос «При обращении за медицинской помощью, при диспансеризации, медицинских осмотрах задавал ли Вам врач вопрос «Вы курите?»»**



Курящие жители Красноярского края немного чаще, по сравнению с некурящими, получали от врача вопрос относительно их статуса курения – 87,2% (среди некурящих значение этого показателя составляет 85,0%) (диаграмма 113).

**Диаграмма 111. Распределение ответов курящих и некурящих респондентов на вопрос «При обращении за медицинской помощью, при диспансеризации, медицинских осмотрах задавал ли Вам врач вопрос «Вы курите?»»**



Таким образом, вопросы о курении со стороны врача получали 87,2% опрошенных. Мужчины немного чаще получали этот вопрос от врача, нежели женщины. Также 87,2% курящих и 85,0% некурящих респондентов, ответили, что врач задавал им вопрос о курении.

Для анализа различий в оценках респондентов мужского и женского полов, а также представителей разных возрастных когорт, был применен индексный метод. В данном случае он позволяет вычислить средний балл, который выставляют респонденты своей удовлетворенности качеством медицинских осмотров в поликлинике и качеством обследования и консультирования врача по вопросам сохранения здоровья в Центре здоровья. Ниже приведена формула расчет индексов шкал.

$$И = \frac{K_1 \times 1 + K_2 \times 2 + K_3 \times 3 + K_4 \times 4 + K_5 \times 5}{K_1 + K_2 + K_3 + K_4 + K_5}$$

Где:

И – индекс шкалы,

K1 – количество респондентов, выбравших вариант ответа «1», K2 – количество респондентов, выбравших вариант ответа «2», K3 – количество респондентов, выбравших вариант ответа «3», K4 – количество респондентов,

выбравших вариант ответа «4», К5 – количество респондентов, выбравших вариант ответа «5».

Как показывает таблица 11, жители Красноярского края ставят своей удовлетворенности качеством медицинской профилактической помощи в поликлинике 4,24. Индекс удовлетворенности качеством оказания медицинской профилактической помощи в поликлинике среди мужчин равен 4,25, среди женщин – 4,24.

**Таблица 11. Распределение индексов шкал, характеризующих уровень удовлетворенности респондентов качеством медицинских профилактической помощи при диспансеризации и медицинских осмотрах в Центре здоровья**

	Дайте оценку Вашей удовлетворенности качеством оказания медицинской профилактической помощи (обследование и консультирование врача по вопросам профилактики) при диспансеризации, медицинских осмотрах в Центре здоровья
Мужчины	4,25
Женщины	4,24
Общее распределение	4,24

Что касается возрастных различий удовлетворенности качеством медицинской помощи при диспансеризации и медицинских осмотрах в поликлинике, в таблице 12 видно, что наиболее низкие оценки удовлетворенности качеством медицинской профилактической помощи в поликлинике дают респонденты в возрасте от 18 до 24 лет – 4,26 и от 45 до 54 лет – 4,21 баллов соответственно.

**Таблица 12. Распределение индексов шкал, характеризующих уровень удовлетворенности респондентов разных возрастных категорий качеством медицинских профилактической помощи при диспансеризации и медицинских осмотрах в Центре здоровья**

Возраст	Дайте оценку Вашей удовлетворенности качеством оказания медицинской профилактической помощи (обследование и консультирование врача по вопросам профилактики) при диспансеризации, медицинских осмотрах в Центре здоровья
18-24 лет	4,26
25-34 лет	4,40
35-44 лет	4,28
45-54 лет	4,21
55-64 лет	4,22
65+ лет	4,27

Как видно в таблице 13, с 2013 по 2018 год оценка удовлетворенности жителей Красноярского края качеством медицинской помощи в поликлинике выросла с 2,32 до 4,1. Однако, в 2019 году жители Красноярского края оценили качество оказания медицинской помощи в поликлинике на 3,87 балла. По сравнению с 2020 годом, в 2021 году оценка снова стала немного ниже и составила 3,9 балла. В 2022 году оценка удовлетворенности жителей Красноярского края качеством медицинской помощи в поликлинике составила 3,92 балла, а в 2023 году оценка выросла до 4,27 баллов.

Аналогичная ситуация с оценками удовлетворенности качеством оказания медицинской помощи при обследовании в Центре здоровья. Так, с 2013 года по 2017 год наблюдается повышение оценки среди жителей Красноярского края и составляет 4,29 балла. С 2018 по 2021 год оценка снизилась до 3,55 балла. Снижение оценки качества профилактической медицинской помощи, возможно, связано с распространением пандемии коронавирусной инфекции. В 2022 году наблюдалось небольшое повышение оценки удовлетворенности качеством оказания медицинской помощи при обследовании в Центре здоровья - 3,86 балла, а в 2023 году данная оценка составила 4,24 балла.

**Таблица 13. Распределение индексов шкал, характеризующих уровень удовлетворенности респондентов качеством медицинских профилактической помощи при диспансеризации и медицинских осмотрах в Центре здоровья и поликлинике с 2013 по 2023 год**

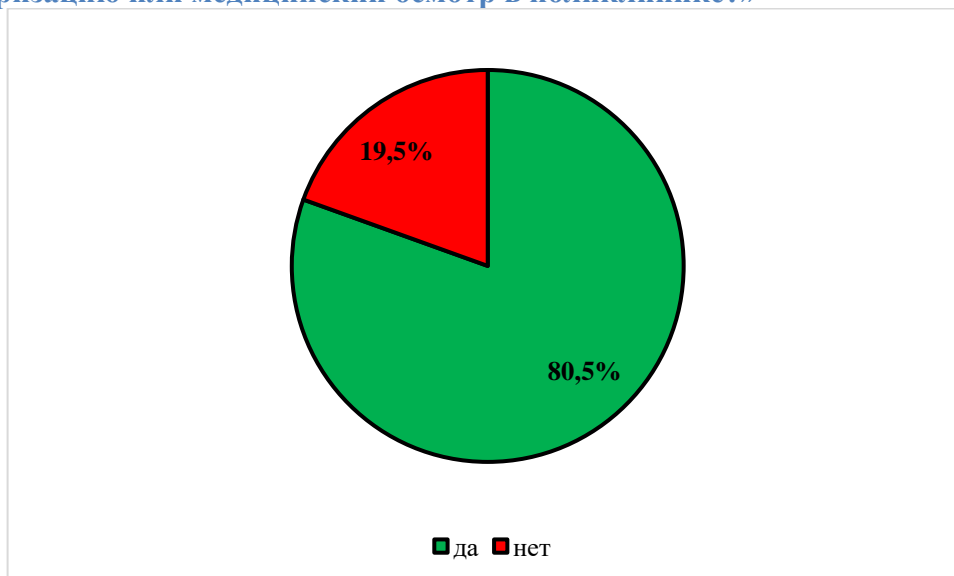
	<b>Дайте оценку Вашей удовлетворенности качеством оказания медицинской профилактической помощи (обследование и консультирование врача по вопросам профилактики) при диспансеризации, медицинских осмотрах в поликлинике</b>	<b>Дайте оценку Вашей удовлетворенности качеством оказания медицинской профилактической помощи (обследование и консультирование врача по вопросам профилактики) при обследовании в Центре здоровья</b>
2013 год	2,32	2,16
2014 год	3,07	3,41
2015 год	3,39	3,7
2016 год	3,74	3,82

2017 год	4,30	4,29
2018 год	4,1	4,15
2019 год	3,87	4,13
2020 год	4,03	Не было данных
2021 год	3,9	3,55
2022 год	3,92	3,86
2023 год	4,27 (85,4%)	4,24 (84,8%)

## §2. Отношение взрослого населения Красноярского края к диспансеризации

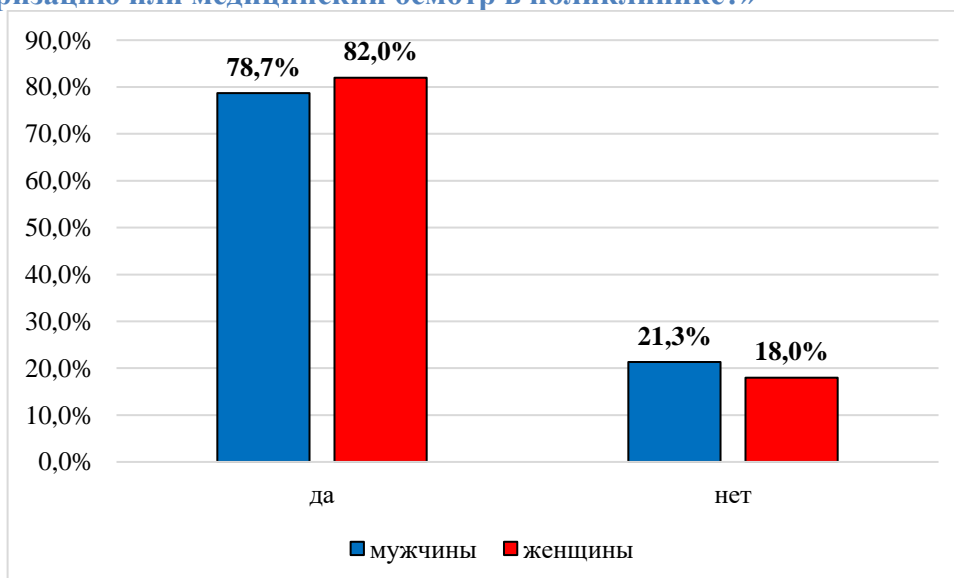
Результаты исследования показали, что 80,5% взрослого населения Красноярского края за последний год проходили диспансеризацию или медицинский осмотр. До 19,5% жителей отметили, что не прошли диспансеризацию или медицинский осмотр в поликлинике (диаграмма 114).

Диаграмма 112. Распределение ответов на вопрос «Проходили ли вы в течение года диспансеризацию или медицинский осмотр в поликлинике?»



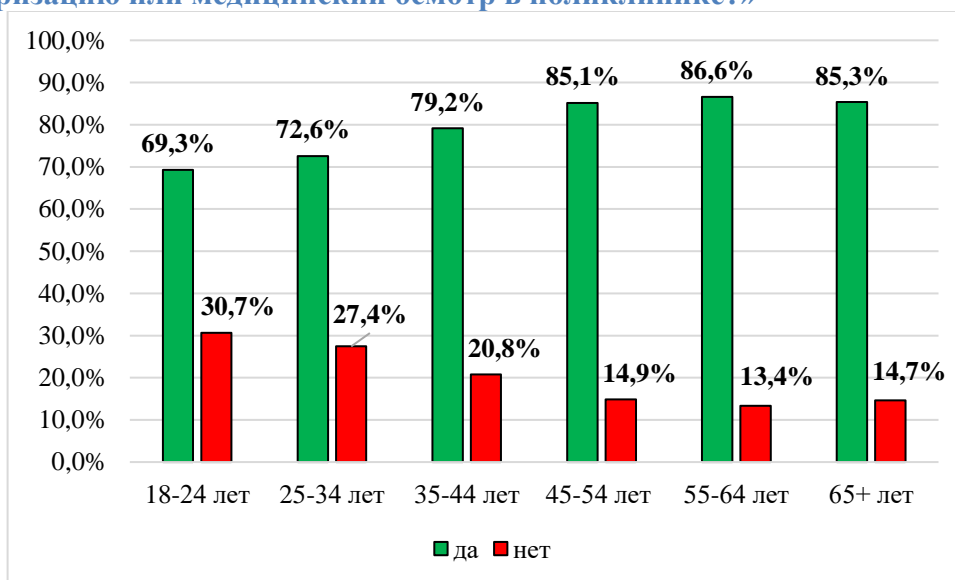
Среди тех, кто прошел диспансеризацию или медицинский осмотр около 78,7% мужчин и 82,0% женщин (диаграмма 115).

Диаграмма 113. Распределение ответов на вопрос «Проходили ли вы в течение года диспансеризацию или медицинский осмотр в поликлинике?»



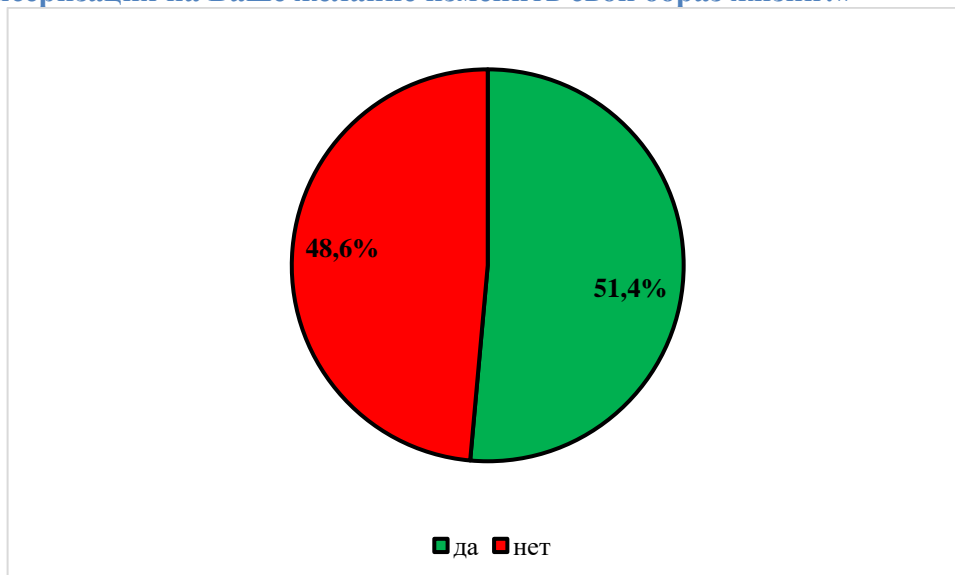
Чаще остальных проходят диспансеризацию или медицинский осмотр жители в возрасте от 55 до 64 лет и от 65 лет и старше: доля таких респондентов составляет не менее 85,3% в каждом. Реже остальных проходят диспансеризацию и медицинские осмотры респонденты возрастной категории от 18 до 24 лет – около 69,3% (диаграмма 116).

**Диаграмма 114. Распределение ответов на вопрос «Проходили ли вы в течение года диспансеризацию или медицинский осмотр в поликлинике?»**



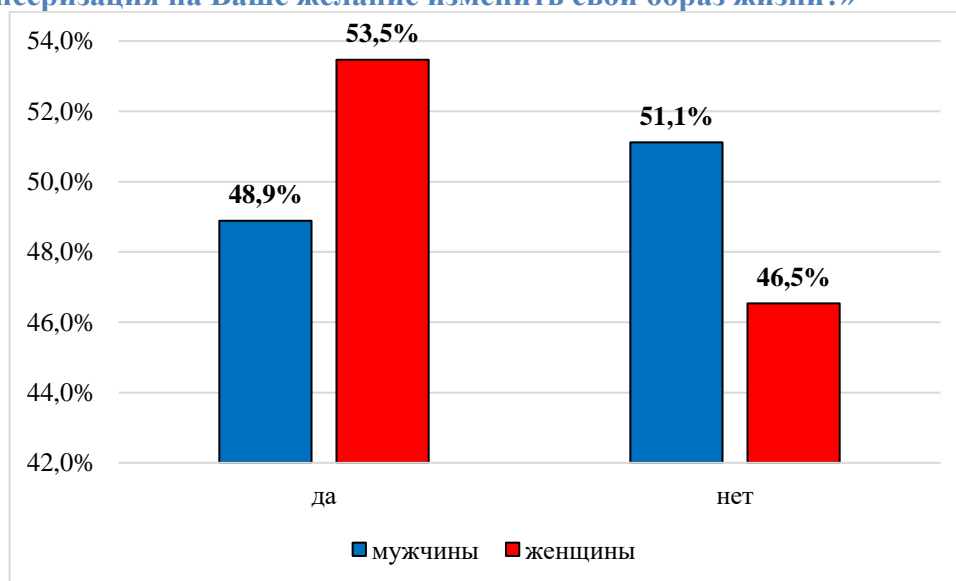
Диспансеризация повлияла на желание изменить свой образ жизни 51,4% респондентов. До 48,6% жителей признались, что диспансеризация не повлияла на желание изменить свой образ жизни в сторону здорового (диаграмма 117).

**Диаграмма 115. Распределение ответов респондентов на вопрос «Повлияла ли диспансеризация на Ваше желание изменить свой образ жизни?»**



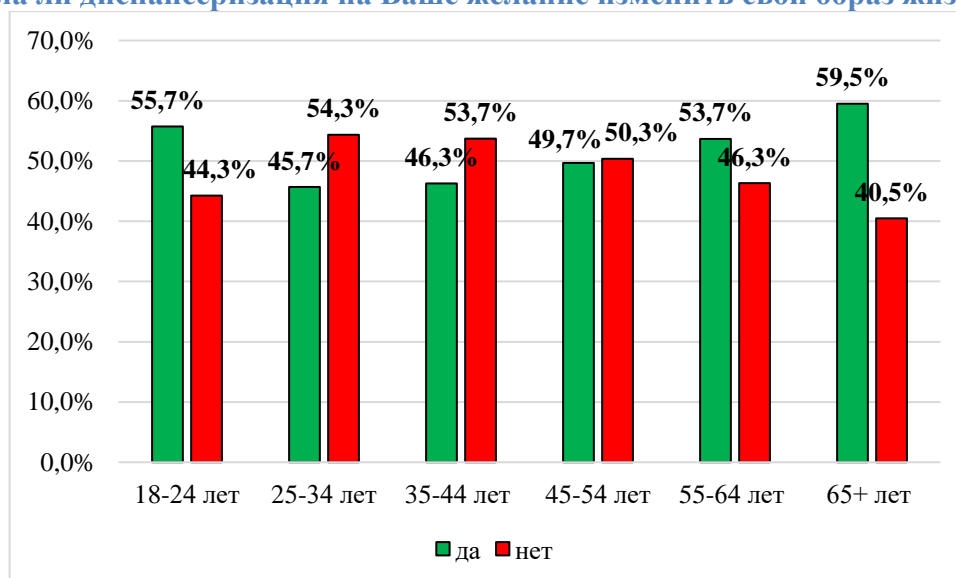
Среди тех, на чье желание изменить свой образ жизни повлияла диспансеризация, около 53,5% женщин и 48,9% мужчин (диаграмма 118).

**Диаграмма 116.** Распределение ответов респондентов по полу на вопрос «Повлияла ли диспансеризация на Ваше желание изменить свой образ жизни?»



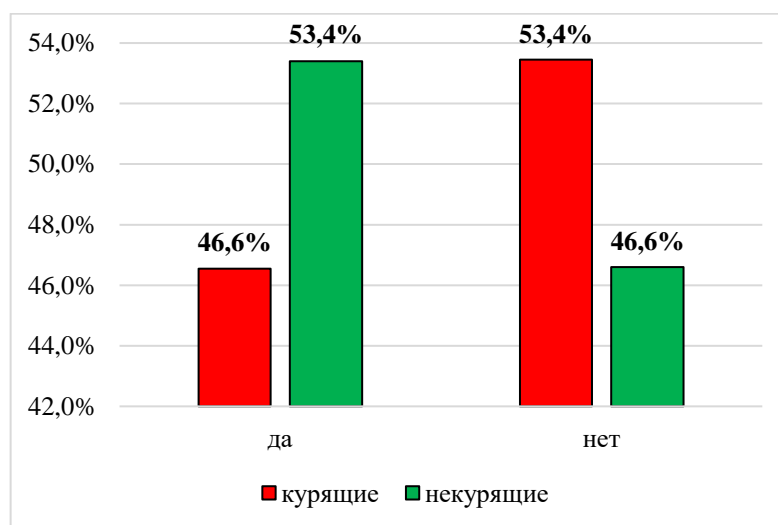
Диспансеризация не оказывает влияние на желание изменить свой образ жизни в младших возрастных категориях от 25 до 34 лет – 45,7% (диаграмма 119).

**Диаграмма 117.** Распределение ответов респондентов по возрасту на вопрос «Повлияла ли диспансеризация на Ваше желание изменить свой образ жизни?»



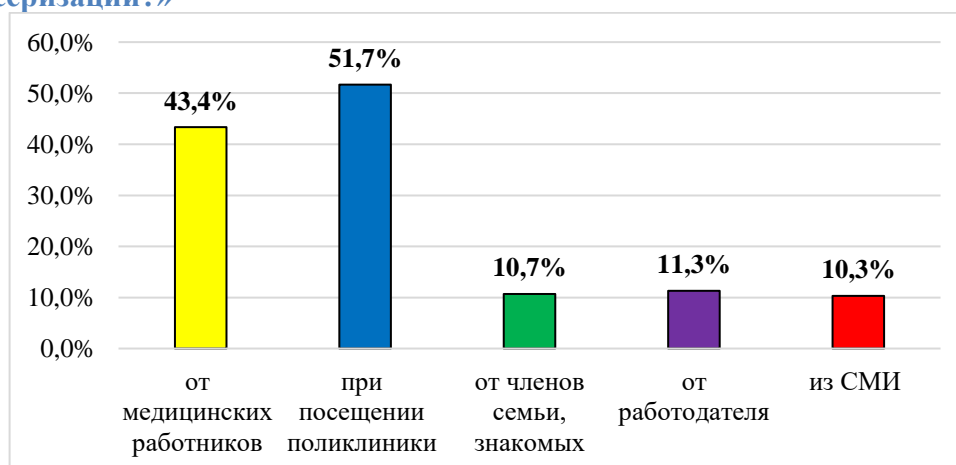
Курящие респонденты реже стремятся изменить свой образ жизни после прохождения ими диспансеризации – 46,6% респондентов против 53,4% некурящих респондентов. Данные представлены на диаграмме 120.

**Диаграмма 118. Распределение ответов респондентов по курящим и некурящим на вопрос «Повлияла ли диспансеризация на Ваше желание изменить свой образ жизни?»**



Основным источником информации о диспансеризации для респондентов является посещение поликлиники: до 51,7% респондентов отметили данный вариант ответа. Также получают информацию о диспансеризации от медицинских работников 43,4% респондентов, от работодателя респонденты получают такую информацию в 11,3% случаев, от членов семьи – 10,7% респондентов и из СМИ информацию о диспансеризации узнали 10,3% респондентов.

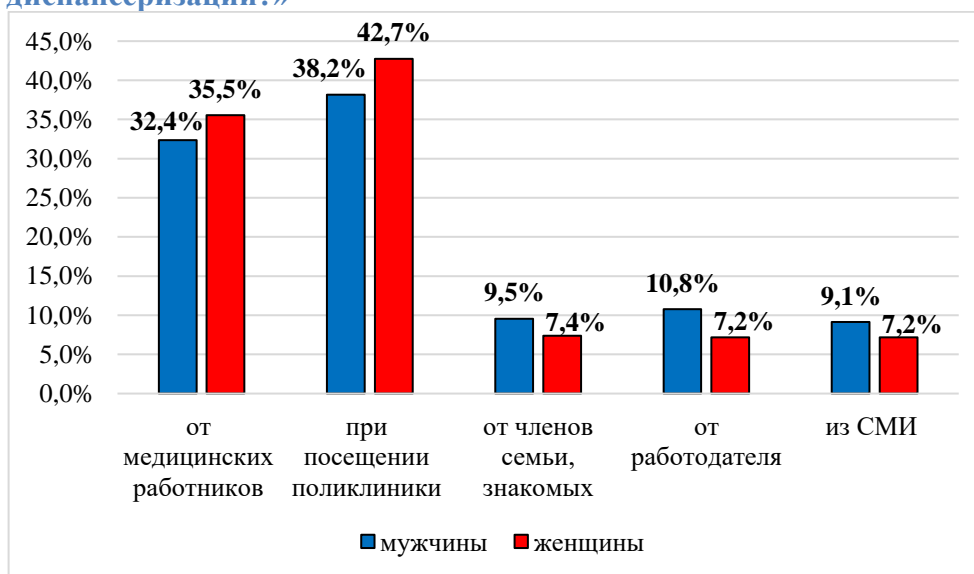
**Диаграмма 119. Распределение ответов на вопрос «Откуда Вы узнали о диспансеризации?»**



Женщины чаще, чем мужчины, получают информацию о диспансеризации при посещении поликлиники – 42,7% и 38,2% соответственно. Однако, мужчины чаще узнают о диспансеризации

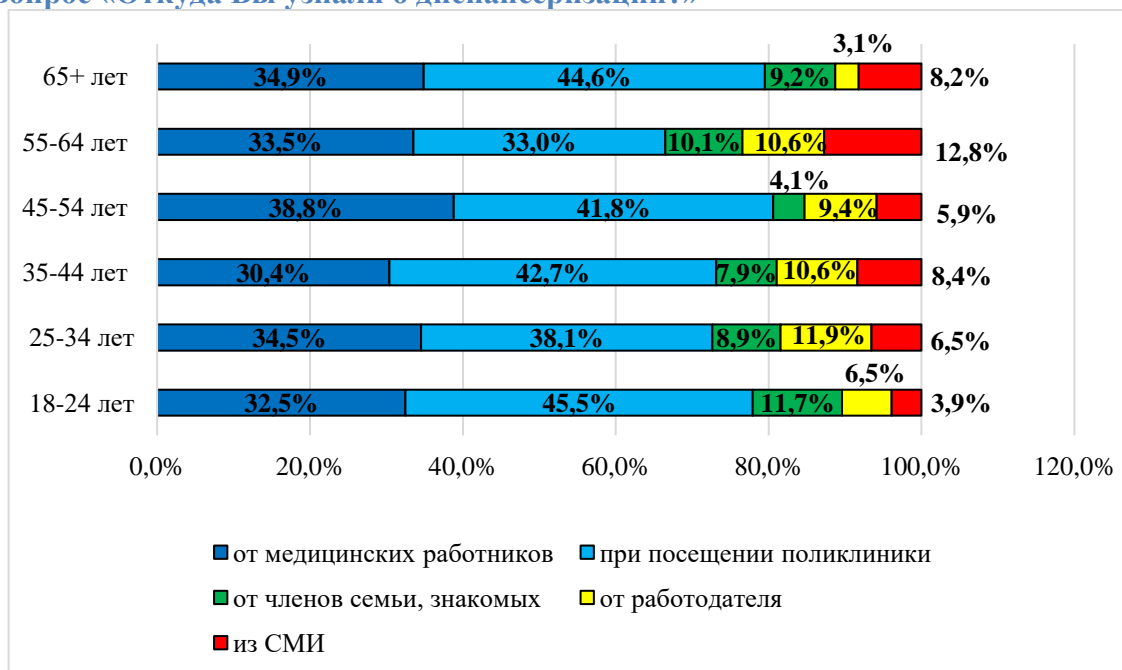
от работодателя, или от членов семьи, нежели женщины: 10,8% и 9,5% среди мужчин и 7,2% и 7,4% среди женщин. Такая же ситуация и при получении информации из СМИ – 9,1% мужчин и 7,2% женщин получили информацию о диспансеризации с данного источника. Следующим источником информации являются медицинские работники, от них узнали о диспансеризации 35,5% женщин и 32,4% мужчин. Данные представлены на диаграмме 122.

**Диаграмма 120. Распределение ответов мужчин и женщин на вопрос «Откуда Вы узнали о диспансеризации?»**



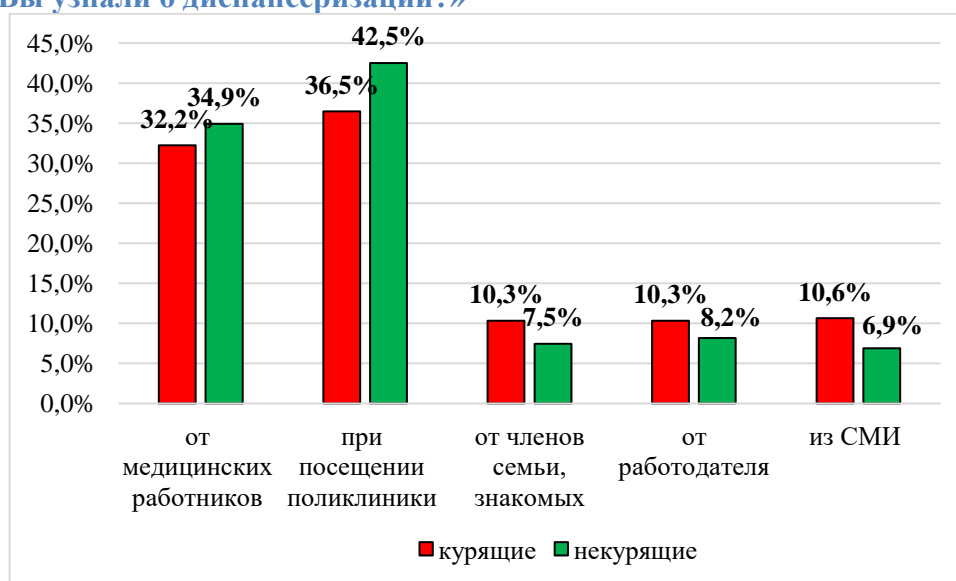
Чаще всего информацию о диспансеризации узнают от медицинских работников респонденты в возрасте от 45 до 54 лет – 38,8%. Респонденты в возрасте от 18 до 24 лет получают информацию преимущественно при посещении поликлиники или от членов семьи – 45,5% и 11,7% соответственно. От работодателя чаще узнают о диспансеризации респонденты в возрасте от 25 до 34 лет – 11,9%. Из СМИ в большинстве случаев узнают представители возрастной когорты от 55 до 54 лет – 12,8% (диаграмма 123).

**Диаграмма 121. Распределение ответов респондентов различных возрастных групп на вопрос «Откуда Вы узнали о диспансеризации?»**



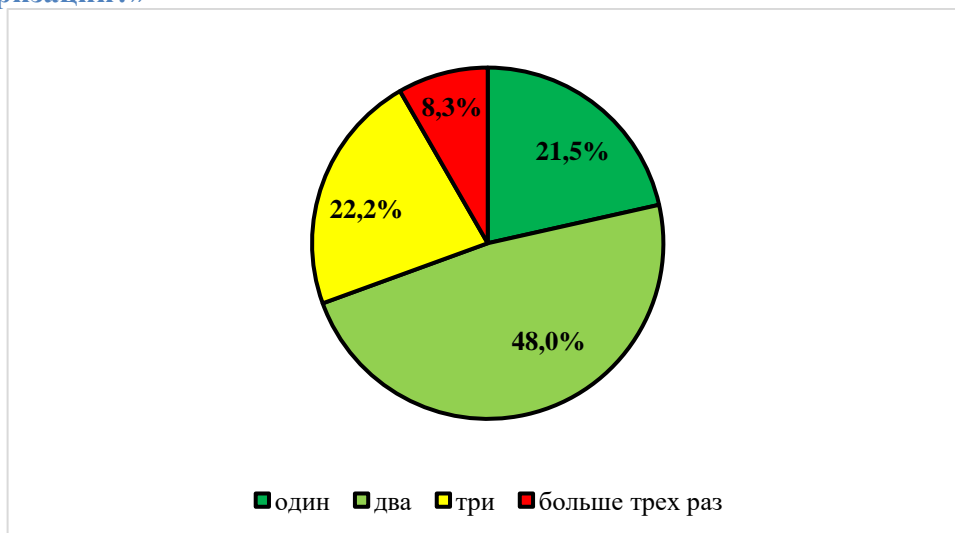
Некурящие респонденты чаще, чем курящие, узнают о диспансеризации при посещении поликлиники (42,5% и 36,5% соответственно). Курящие же респонденты чаще узнают о диспансеризации от работодателя (10,3%) среди некурящего населения этот показатель составляет 8,2%.

**Диаграмма 122. Распределение ответов респондентов по статусу курения на вопрос «Откуда Вы узнали о диспансеризации?»**



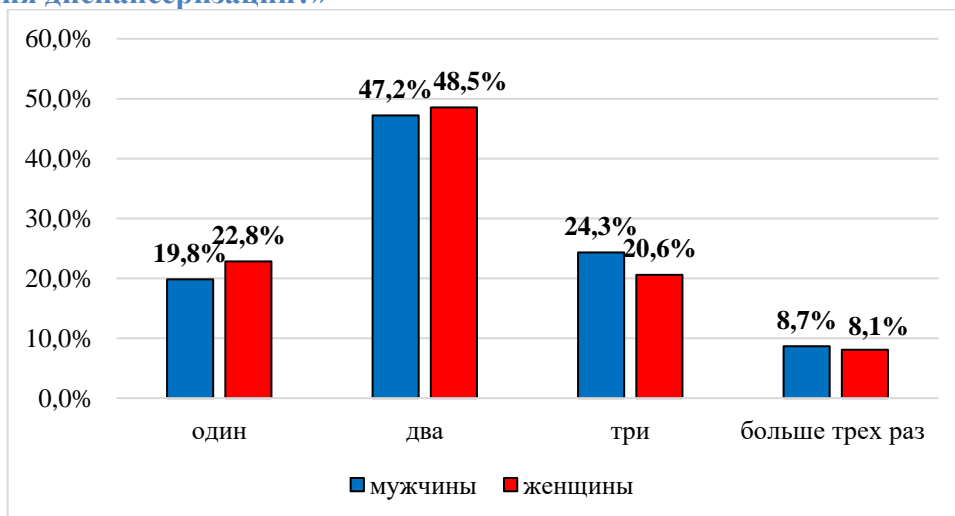
Для полного завершения диспансеризации респондентам чаще всего необходимо два или три посещения медицинской организации – 48,0% и 22,2% соответственно.

**Диаграмма 123. Распределение ответов респондентов на вопрос «Сколько раз Вам пришлось посещать медицинскую организацию для полного завершения диспансеризации?»**



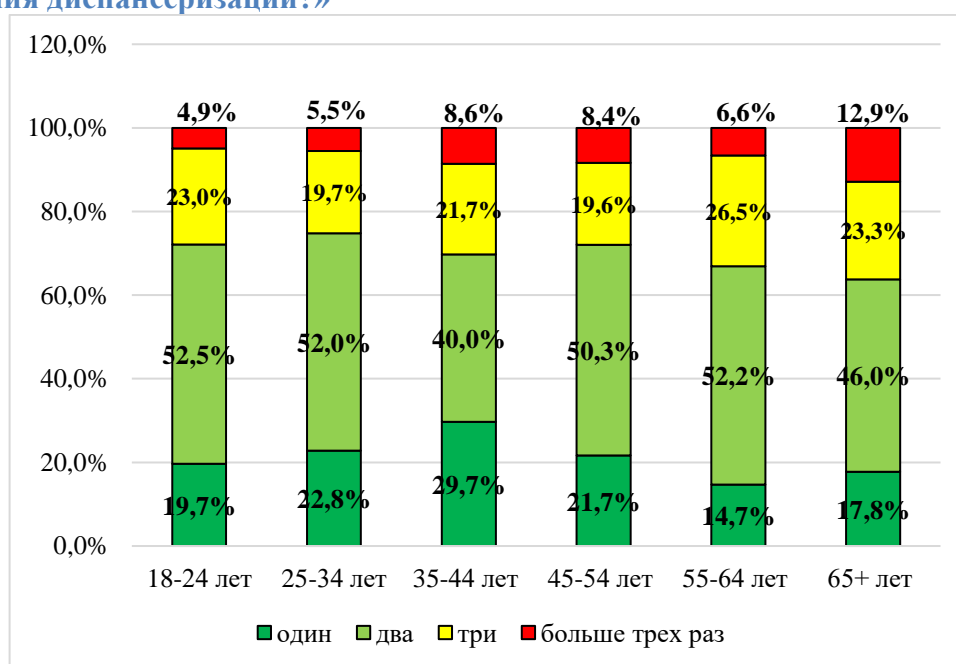
Согласно диаграмме 126, женщины немного чаще, нежели мужчины, проходят диспансеризацию за один день – 22,8% и 19,8% соответственно. Женщинам для завершения диспансеризации требуется 2 дня в 48,5%, мужчинам – в 47,2% случаев. Более 3 дней на завершение диспансеризации требуется 8,7% мужчин и 8,1% женщин.

**Диаграмма 124. Распределение ответов респондентов по полу на вопрос «Сколько раз Вам пришлось посещать медицинскую организацию для полного завершения диспансеризации?»**



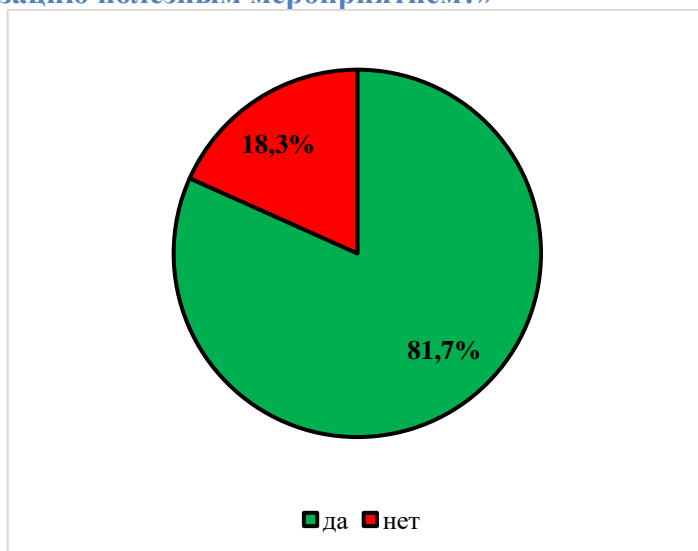
Распределение ответов респондентов по возрастным категориям на вопрос «Сколько раз Вам пришлось посещать медицинскую организацию для полного завершения диспансеризации?» показало, что с возрастом респондентам требуется все больше времени для полного прохождения диспансеризации. Так, респондентам в возрасте от 65 лет и старше в 12,9% случаев требуется больше трех раз посетить медицинскую организацию для полного прохождения диспансеризации, доля же респондентов, которые могут пройти диспансеризацию за одно посещение составляет 17,8% (диаграмма 127). Чаще всего за одно посещение проходят диспансеризацию респонденты в возрасте от 35 до 44 лет – 29,7%.

**Диаграмма 125** Распределение ответов респондентов по возрастным категориям на вопрос «Сколько раз Вам пришлось посещать медицинскую организацию для полного завершения диспансеризации?»



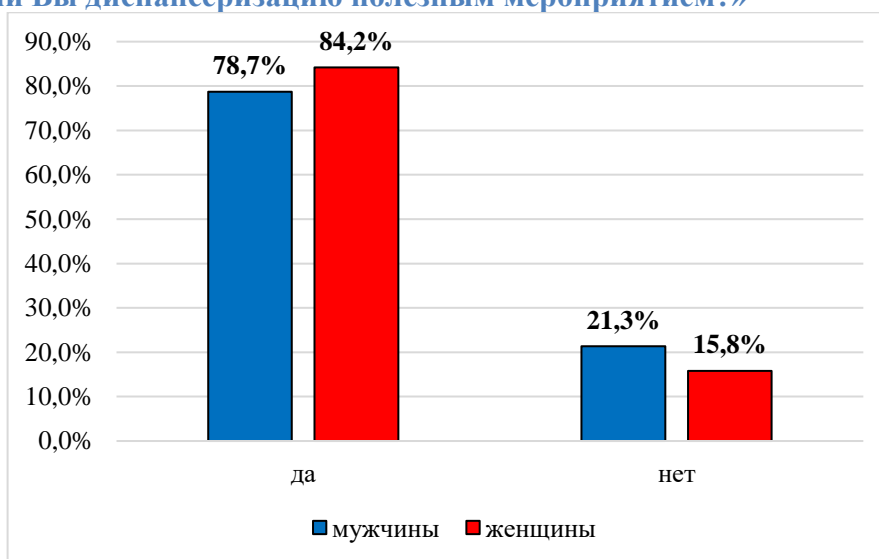
О том, считают ли респонденты диспансеризацию полезным мероприятием, были получены следующие результаты: для 81,7% диспансеризация является полезным мероприятием, 18,3% так не считают.

**Диаграмма 126. Распределение ответов респондентов на вопрос «Считаете ли Вы диспансеризацию полезным мероприятием?»**



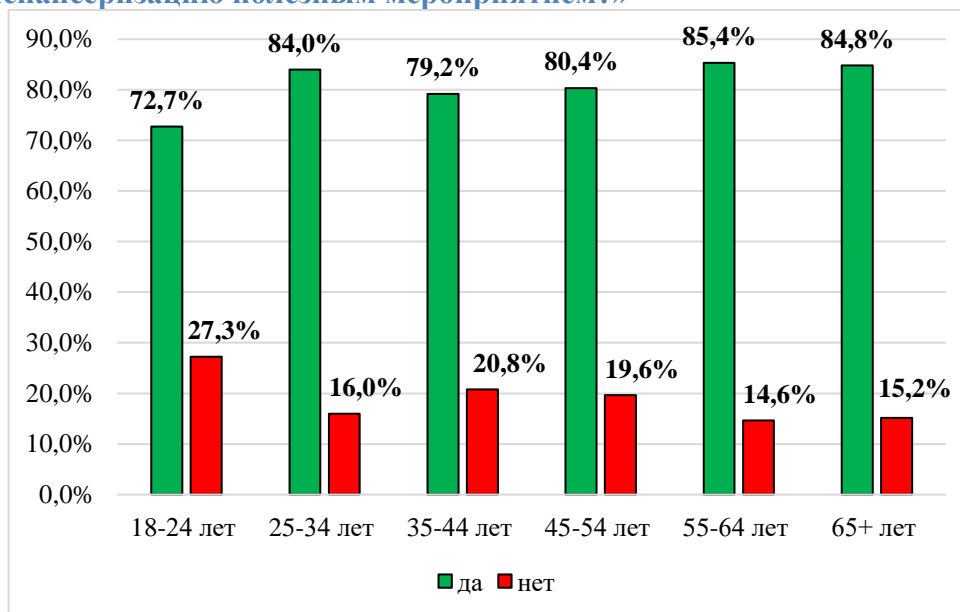
Женщины более уверены в полезности диспансеризации, чем мужчины. Так, почти 90% женщин, считают диспансеризацию полезным мероприятием, около 78,7% мужчин придерживаются такого же мнения (диаграмма 129).

**Диаграмма 127. Диаграмма. Распределение ответов респондентов на вопрос «Считаете ли Вы диспансеризацию полезным мероприятием?»**



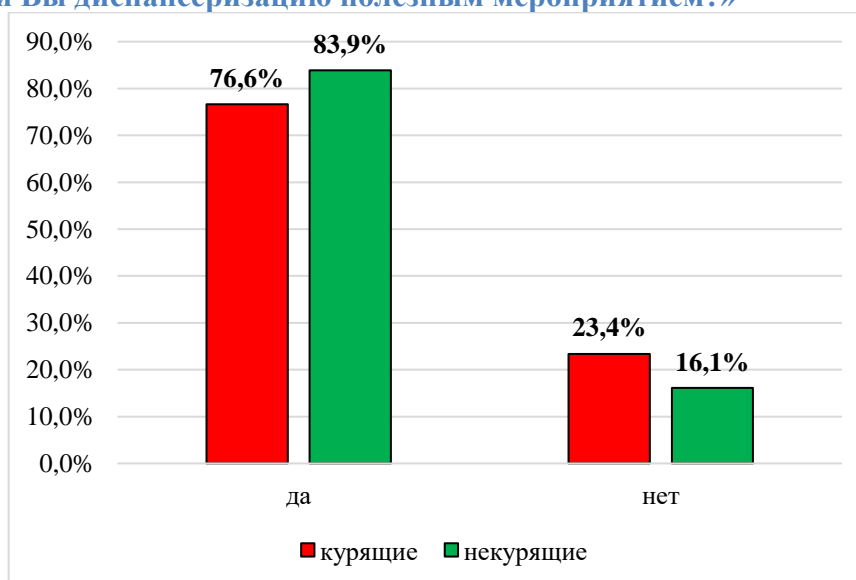
Респонденты всех возрастных когорт считают диспансеризацию полезным мероприятием. Однако респонденты в возрасте от 18 до 24 лет, и от 35 до 44 лет реже, чем респонденты остальных возрастных групп, считают, что диспансеризация является полезным мероприятием – 72,7% и 79,2% (диаграмма 130).

**Диаграмма 128. Распределение ответов респондентов на вопрос «Считаете ли Вы диспансеризацию полезным мероприятием?»**



Некурящие респонденты чаще, нежели курящие, считают, что диспансеризация - полезное мероприятие – 83,9% и 76,6% респондентов соответственно.

**Диаграмма 129. Распределение ответов курящих и некурящих респондентов на вопрос «Считаете ли Вы диспансеризацию полезным мероприятием?»**



Таким образом, результаты исследования показали, что большинство взрослого населения Красноярского края за последний год проходили диспансеризацию или медицинский осмотр в поликлинике – 80,5%. Среди тех, кто прошел диспансеризацию или медицинский осмотр около 78,7%

мужчин и 82,0% женщин. Чаще остальных проходят диспансеризацию или медицинский осмотр жители в возрасте от 55 до 64 лет и от 65 лет и старше. Среди основных источников информации о диспансеризации для взрослого населения Красноярского края оказалось посещение поликлиники и медицинские работники (51,7% и 43,4% соответственно). Для полного завершения диспансеризации респондентам чаще всего необходимо два дня – 48,0%. Мужчинам требуется больше времени для полного завершения диспансеризации. Полезным мероприятием диспансеризацию считают 81,7%, женщины чаще придерживаются данного мнения, чем мужчины.

## Основные выводы

В результате социологического исследования распространенности поведенческих факторов риска хронических неинфекционных заболеваний среди взрослого населения Красноярского края, охвата и уровня удовлетворенности взрослого населения Красноярского края медицинской профилактической помощью, в ходе которого было опрошено 1000 респондентов в возрасте от 18 до 65 лет и старше, проживающих в Красноярском крае, сделаны следующие выводы.

### **1. Распространенность факторов риска, связанных с избыточной массой тела.**

Было установлено, что доля взрослого населения Красноярского края в возрасте от 18 до 65 лет и старше, при условии, что риск развития хронических неинфекционных заболеваний возрастает при отклонении ИМТ от нормального, распространенность факторов такого риска, связанных с дефицитом массы тела, избыточной массой тела и ожирением, во взрослом населении Красноярского края составляет 56,1%. До 30,7% опрошенных обладают нормальным ИМТ и 13,2% указали, что не осведомлены о показателях своего роста и (или) веса. Нормальной массой тела чаще обладают мужчины, нежели женщины (31,6% и 29,9 соответственно). Однако большая доля женщин страдает ожирением – 23,5% женщин и 19,3% мужчин. В целом, мужчины и женщины почти в одинаковой степени осведомлены о показателях своего роста и веса. По результатам исследования, можно проследить тенденцию к тому, что с увеличением возраста существенно снижается доля жителей Красноярского края, имеющих низкий и нормальный ИМТ, и возрастает доля тех, кто обладает избыточной массой тела и ожирением. Стоит отметить, что количество респондентов с ожирением возросло по сравнению с предыдущими годами и на текущий год составляет 21,6% респондентов, для сравнения в 2022 году данный показатель составлял 17,2%, а в 2021 году был равен 14,1% респондентов.

## 2. Распространенность факторов риска, связанных с курением.

В ходе анализа результатов было установлено, что к категории курящих отнесли себя 30,4% представителей взрослого населения Красноярского края. Данный показатель уменьшается с 2020 года, когда процент курящих респондентов составлял 32,3%, в 2021 году доля курящих респондентов составила 34,2%, т.е. формировалась тенденция к росту числа курящих (либо потребляющих никотинсодержащие изделия). Однако в 2022 году доля респондентов, потребляющих никотинсодержащие изделия составила 30,7%, а в 2023 году – 30,4%, что говорит о снижении тенденции курения. Традиционно, мужчины курят чаще, нежели женщины – 41,8% и 20,9% соответственно, в 2022 году доля курящих мужчин составляла 40,3%, в то время как доля курящих женщин – 20,5%. Большинство курящих респондентов потребляют в настоящее время сигареты – 75,3%. Около 15,5% респондентов указали, что потребляют электронные сигареты - вэйп и айкос. Мужчины чаще, чем женщины потребляют сигареты – 51,6% и 23,7% соответственно. Респонденты младших возрастных когорт чаще потребляют электронные сигареты и кальян, а респонденты старших возрастных когорт сигареты. Респонденты, курящие в прошлом, как мужчины, так и женщины, отмечают, что бросили курить более 3 лет назад – 65,5%, и 56,0% соответственно.

Интенсивность курения населения с 2020 года имеет тенденцию к снижению: так, в 2020 году интенсивность курения до 10 сигарет в день составляла 35,5%, в 2021 году – 39,4%, в 2022 году – 48,8% и в 2023 году значение этого показателя составило 44,5%. То есть, почти половина курящих респондентов стали выкуривать менее 10 сигарет в день.

Также 24,7% курящего населения Красноярского края в возрасте от 18 до 65 лет и старше хотели бы бросить курить. Не исключают возможность отказаться от привычки курения 39,8% респондентов. Среди курильщиков, высказавших определенное желание бросить курить, процент мужчин составляет 24,7%, женщин – 24,8%.

### **3. Распространенность факторов риска, связанных с уровнем физической активности.**

Уровень физической активности представителей взрослого населения Красноярского края оценивался с помощью опросника, в котором респондентам предлагалось оценить уровень своей физической активности (ходьба, неинтенсивная нагрузка, интенсивная нагрузка) за неделю в днях и минутах в день. О гиподинамии свидетельствовала сумма менее 14 баллов. Так в 33,6% случаев у респондентов наблюдается недостаточная физическая активность. Около 66,4% населения Красноярского края имеют адекватную физическую активность. Большинство как мужчин, так и женщин имеют адекватную физическую активность – 67,5% и 65,5% соответственно. Адекватной физической активностью обладают чаще остальных респонденты в возрасте от 35 до 44 лет – 74,2%. Чаще всего гиподинамией обладают респонденты в возрасте от 45 до 54 лет – 40,5% случаев. В течение последнего года пытались увеличить физическую нагрузку 35,1% респондентов. Женщины более склонны к повышению физической активности по сравнению с мужчинами – 38,0% и 31,6% соответственно.

### **4. Распространенность поведенческих факторов риска, связанных с режимом питания.**

Риски, связанные с режимом питания изучались через выявление режима потребления жителями Красноярского края в возрасте от 18 до 65 лет и старше фруктов и овощей в любом виде (исключая картофель). Наряду с этим изучался показатель доли жителей Красноярского края, пытавшихся придерживаться режима здорового питания путем стремления употреблять больше овощей и фруктов, меньше жира, сахара, соли и алкоголя.

Как показали результаты исследования, наиболее распространенный среди респондентов режим потребления овощей и фруктов – «ежедневно». Так, 43,9% опрошенных указали, что именно с такой частотой употребляют овощи и фрукты. Несколько раз в неделю потребляют овощи и фрукты 39,5% жителей Красноярского края. Стоит отметить, что количество респондентов, потребляющих овощи и фрукты каждый день сократилось

в 2019 и 2020 году до 30% и 29,8% соответственно. К 2021 году доля таких респондентов возросла до 42,8%. В 2022 году около 45,9% респондентов потребляли овощи и фрукты ежедневно и в 2023 году данный показатель вновь сократился до 43,9%. При этом, мужчины стали придерживаться более интенсивного режима потребления овощей и фруктов.

Респонденты в 69,7% случаев указали, что размер их средней порции овощей и фруктов в день составляет менее 400 грамм. До 30,3% опрошенных респондентов отметили, что в среднем их порция овощей и фруктов в день составляет 400 грамм и более.

Изменить свои пищевые привычки в сторону здорового питания в течение последнего года пытались 38,1% респондентов и 44,4% респондентов ответили, что не совершали такой попытки. В целом, женщины более внимательны к своему рациону, чем мужчины: 43,3% женщин предпринимали попытки изменить свои пищевые привычки в сторону здорового питания, среди мужчин данный показатель равен 31,9%. Чаще всего респонденты совершали попытки больше употреблять овощей и фруктов и меньше сахара (74,8% и 65,1% соответственно). Старались употреблять меньше жира 62,4% респондентов, сократить потребление соли – 55,0% и потреблять меньше алкоголя в течение последнего года пытались 46,4% респондентов.

## **5. Распространенность факторов риска, связанных с уровнем употребления алкоголя.**

Распространенность поведенческих факторов риска, связанных с уровнем употребления алкоголя, характеризуется следующими аспектами: 70,6% взрослого населения Красноярского края, по их словам, употребляют алкоголь. Среди респондентов, употребляющих алкоголь, больше половины делают это раз в месяц или реже – 41,2%, те, кто употребляет алкоголь несколько раз в месяц (не более 4 раз) составили 17,6%. Довольно часто употребляют алкоголь 8,7% респондентов – 2-3 раза в неделю и 3,1% респондентов выпивают алкогольные напитки чаще 4 раз в неделю.

Стоит отметить, что взрослое население Красноярского края по сравнению с 2022 годом стало чаще употреблять алкогольные напитки. Так в 2022 году среди употребляющих алкогольные напитки было 69,8% респондентов. Увеличилась доля респондентов, употребляющих алкоголь в режиме несколько раз в год – с 39,1% в 2022 году до 41,2% в 2023 году.

Традиционно мужское население употребляет алкоголь значительно чаще, чем женское. Более 4 раз в неделю употребляют алкоголь 5,1% мужчин и 1,5% женщин. Чаще потребляют алкоголь респонденты в возрасте от 25 до 44 лет. Также курящие жители Красноярского края употребляют алкоголь с большей частотой, чем некурящие.

Индикатором уровня распространенности поведенческих факторов риска, связанных с употреблением алкоголя, выступает показатель доли жителей Красноярского края, выпивающих за один раз значительные объемы напитков, содержащих алкоголь – 200 гр. крепких спиртных напитков или 0,5 л. крепкого вина, или 0,7 л. сухого вина, или 1,5 литра пива. Как показали результаты исследования, 44,9% респондентов позволяют себе употребить в данных объемах напитки, содержащие алкоголь, реже одного раза в месяц, 15,6% – два-три раза в месяц и 5,7% жителей Красноярского края раз в неделю выпивают такие напитки в указанных объемах. Каждый день потребляют алкоголь в указанных объемах 1,8% респондентов. Значительные объемы алкоголя за один прием употребляют в большей мере мужчины, по сравнению с женщинами. Обычная доза алкогольных напитков в день выпивки среди населения Красноярского края составляет 1-2 дозы – 61,0%, у 28,0% респондентов составляет 3-4 дозы в день. Около 7,6% респондентов употребляют в день выпивки 5-6 доз алкоголя, до 1,7% респондентов потребляют 8-9 доз и более 10 доз алкоголя в день выпивки.

#### **6. Уровень стресса среди взрослого населения Красноярского края.**

Для оценки уровня стресса взрослого населения Красноярского края была использована **Госпитальная шкала тревоги и депрессии (HADS)** -

шкала тревоги и депрессии была разработана для выявления состояний депрессии, тревоги и эмоционального расстройства.

По результатам исследования получены следующие данные: у 64,4% респондентов уровень депрессии находится в пределах нормы, у 20,9% респондентов субклинически выраженная форма депрессии, и 14,7% респондентов имеют клинически выраженную депрессию. Уровень депрессии выше среди женщин, некурящих респондентов и респондентов старшей возрастных когорт.

Выяснилось, что более половины жителей края находятся в нормальном психологическом состоянии (67,9%), при этом, 13,9% жителей Красноярского края имеют аномальную форму тревожности, а 18,2% респондентов имеют субклинически выраженную форму тревожности. Тревожность чаще присуща женщинам, некурящим респондентам и респондентам в возрасте от 18 до 24 лет и респондентам в возрасте от 65 лет и старше. В сравнении с данными 2022 года можно отметить небольшое увеличение количества респондентов, находящихся в депрессивном состоянии. Так, в 2022 году 68,8% респондентов находились в нормальном психологическом состоянии, в 2023 году – 67,9%.

## **7. Уровень информированности взрослого населения Красноярского края о факторах риска развития опасных заболеваний.**

Основными факторами риска развития заболеваний по представлению взрослого населения Красноярского края традиционно являются курение и чрезмерное употребление алкоголя 96,1% и 94,8% соответственно. О факторах риска, связанных с неправильным питанием осведомлены 91,6% респондентов, и о низкой физической активности, как о факторе риска хронических неинфекционных заболеваний, знают 90,7% респондентов. По данным исследований с 2013 по 2023 год, уровень информированности о факторах риска в последние годы остается высоким, показатели возросли более чем на 40% в сравнении с 2013 годом, и приближены к 100% значениям.

Отвечая на вопрос социологической анкеты «Выдавали ли Вам в поликлинике устное или письменное заключение о наличии у Вас «факторов риска хронических заболеваний и рекомендаций по изменению образа

жизни?», 56,1% ответивших указали, что им выдавали заключение и не получали такое заключение – 23,2% респондентов. Также 20,7% респондентов затруднились ответить на этот вопрос.

#### **8. Источники, из которых взрослое население Красноярского края получает информацию о факторах риска развития заболеваний и уровень охвата взрослого населения Красноярского края медицинской профилактической помощью.**

Врачи являются основным источником получения информации о факторах риска развития хронических неинфекционных заболеваний для взрослого населения Красноярского края. Так, при ответе вопрос, «Из каких источников Вы чаще всего получаете информацию о факторах риска?» 44,8% респондентов указали на вариант «от врача». Также важным источником получения информации о факторах риска являются СМИ, около 41,9% респондентов получают информацию о факторах риска из СМИ. Также в 24,6% случаев респонденты получают информацию о факторах риска при общении с друзьями или родственниками и 22,1% от других медицинских работников. Были указаны и другие источники получения информации, 0,5% респондентов указали «интернет» и 8,2% выбрали вариант ответа «другое».

О таком медицинском учреждении как Центр здоровья известно 76,1% взрослого населения Красноярского края, из них 47,7% респондентов знают о Центрах здоровья и 28,4% что-то слышали о данном виде медицинских учреждений. Женщины более осведомлены о Центрах здоровья, чем мужчины – 78,5% и 73,2% соответственно.

#### **9. Уровень удовлетворенности населения Красноярского края качеством оказания медицинской профилактической помощи в поликлиниках при медицинских осмотрах и при обследовании и отношении взрослого населения Красноярского края к диспансеризации.**

В среднем жители Красноярского края ставят своей удовлетворенности качеством медицинской профилактической помощи в поликлинике 4,27 балла, это значит, что 85,4% респондентов удовлетворены качеством оказания медицинской профилактической помощи в поликлинике.

Как мужчины, так и женщины дают позитивные оценки своей удовлетворенности указанными услугами. Так, индекс удовлетворенности качеством оказания медицинской профилактической помощи в поликлинике среди мужчин равен 4,24, среди женщин – 4,31. Наиболее низкие оценки удовлетворенности качеством медицинской профилактической помощи в поликлинике дают респонденты в возрасте от 25 до 34 лет – 4,40 балла.

С 2013 по 2018 год оценка удовлетворенности жителей Красноярского края качеством медицинской помощи в поликлинике выросла с 2,32 до 4,1. Однако, в 2019 году жители Красноярского края оценили качество оказания медицинской помощи в поликлинике на 3,87 балла. По сравнению с 2020 годом, в 2021 году оценка снова стала немного ниже и составила 3,9 балла. К 2022 году оценка составила 3,86 балла. И в 2023 году оценка снова поднялась и составила 4,27 балла.

Аналогичная ситуация с оценками удовлетворенности качеством оказания медицинской помощи при обследовании в Центре здоровья. Так, с 2013 года по 2017 год наблюдается повышение оценки среди жителей Красноярского края и составляет 4,29 балла. С 2018 по 2021 год оценка снизилась до 3,55 балла. Снижение оценки качества профилактической медицинской помощи, возможно, связано с распространением пандемии коронавирусной инфекции. Однако, к 2022 году оценка удовлетворенности качеством оказания медицинской помощи при обследовании в Центре здоровья увеличилась до 3,92 балла. И уже в 2023 году оценка составила 4,24 балла, это в свою очередь означает, что 84,8% респондентов удовлетворены качеством оказания медицинской профилактической помощи при обследовании в Центре здоровья.

Результаты исследования показали, что большинство взрослого населения Красноярского края за последний год проходили диспансеризацию

или медицинский осмотр в поликлинике – 80,5%. Среди тех, кто прошел диспансеризацию или медицинский осмотр около 78,7% мужчин и 82,0% женщин. В большинстве случаев диспансеризацию или медицинский осмотр проходят жители в возрасте от 55 до 64 лет и от 65 лет и старше.

Основными источниками информации о диспансеризации для респондентов являются посещение поликлиники и медицинские работники: 51,7% и 43,4% соответственно. Для полного завершения диспансеризации 48,0% респондентов потребовалось дважды посещать медицинскую организацию, это средний показатель среди взрослого населения Красноярского края. Для 81,7% респондентов диспансеризация является полезным мероприятием. Женщины более склонны к положительному восприятию диспансеризации в отличие от мужчин, также, как и некурящие респонденты более положительно относятся к данному мероприятию в отличие от курящих респондентов.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1.

### АНКЕТА СОЦИОЛОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ 2023

#### Красноярский край

**Добрый день! Просим Вас ответить на несколько вопросов.**

Район края или города \_\_\_\_\_ Населённый пункт (поселок, город): \_\_\_\_\_

**Ваш пол:**

Мужской	Женский
---------	---------

**Ваш возраст:**

18-24 лет	25-34 лет	35-44 лет	45-54 лет	55-64 лет	65+
-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----

**1. Пожалуйста, назовите ваш вес**

кг.	не знаю
-----	---------

**2. Какой у Вас рост?**

см.	не знаю
-----	---------

**3. Курите ли Вы в настоящее время?**

да, ежедневно	да, иногда	курил(а) в прошлом <i>(переходите к вопросу 5)</i>	нет <i>(переходите к вопросу 11)</i>
---------------	------------	---	---

**4. Какой вид табачной продукции Вы потребляете в настоящее время?**

сигареты <i>(к вопросу 6)</i>	кальян <i>(к вопросу 7)</i>	электронные сигареты (Вэйп, айкос) <i>(к вопросу 7)</i>	жевательный табак (снюс, насвай) <i>(к вопросу 7)</i>
----------------------------------	--------------------------------	---	---

**5. Как давно Вы бросили курить?**

в течение последнего года <i>(к вопросу 10)</i>	1-3 года назад <i>(к вопросу 10)</i>	более 3 лет назад <i>(к вопросу 10)</i>	затрудняюсь ответить <i>(к вопросу 10)</i>
---	---	--	---

**6. Сколько сигарет в день Вы выкуриваете?**

менее 10	от 10 до 20	от 21 до 40	более 40
----------	-------------	-------------	----------

**7. Хотели бы Вы бросить курить?**

вовсе не хочу	да, хочу	не исключаю возможность	затрудняюсь ответить
---------------	----------	-------------------------	----------------------

**8. В течение последнего года кто-либо советовал Вам бросить курить?**

врач	другой мед. работник	члены семьи	другие	никто
------	-------------------------	-------------	--------	-------

**9. В течение последнего года Вы пытались бросить курить?**

да	нет	затрудняюсь ответить
----	-----	----------------------

**10. При обращении за медицинской помощью, диспансеризации, медицинских осмотрах задавал ли Вам врач вопрос «Вы курите?»**

да	нет
----	-----

**11. При обращении за медицинской помощью, диспансеризации, медицинских осмотрах предлагали ли Вам помощь при отказе от курения?**

да	нет	затрудняюсь ответить
----	-----	----------------------

**12. Сколько дней в неделю Вы ходите пешком?**

1-2 дня	3-4 дня	4-5 дней	6-7 дней	затрудняюсь ответить
---------	---------	----------	----------	----------------------

**13. Сколько минут в день Вы ходите пешком, включая ходьбу до места Вашей работы и обратно?**

до 20 мин	20-40 мин	40-60 мин	60-90 мин	1,5 ч и более
-----------	-----------	-----------	-----------	---------------

**14. Сколько раз в неделю Вы занимаетесь неинтенсивной физической нагрузкой?**

не занимаюсь <i>(к вопросу 16)</i>	1-2 дня	3-4 дня	4-5 дней	6-7 дней
---------------------------------------	---------	---------	----------	----------

**15. Какова обычная продолжительность Вашей неинтенсивной физической нагрузки в течение дня**

до 20 мин	20-40 мин	40-60 мин	60-90 мин	1,5 ч и более
-----------	-----------	-----------	-----------	---------------

**16. Сколько раз в неделю Вы занимаетесь интенсивной физической нагрузкой?**

не занимаюсь <i>(к вопросу 18)</i>	1-2 дня	3-4 дня	4-5 дней	6-7 дней
---------------------------------------	---------	---------	----------	----------

**17. Какова обычная продолжительность Вашей интенсивной физической нагрузки в течение дня**

до 20 мин	20-40 мин	40-60 мин	60-90 мин	1,5 ч и более
-----------	-----------	-----------	-----------	---------------

**18. Сколько обычно часов Вы проводите в сидячем положении**

8 ч и более	6-7 часов	4-5 часов	2-3 часа	менее 1 часа
-------------	-----------	-----------	----------	--------------

**19. В течение последнего года пытались ли Вы увеличить физическую активность?**

да	нет	затрудняюсь ответить
----	-----	----------------------

**20. В течение последнего года кто-либо советовал Вам увеличить физическую активность?**

врач	другой мед. работник	члены семьи	другие	никто
------	----------------------	-------------	--------	-------

**21. Как часто Вы едите овощи и фрукты (не считая картофеля)?**

ежедневно	несколько раз в неделю	несколько раз в месяц	несколько раз в год	никогда
-----------	------------------------	-----------------------	---------------------	---------

**22. Каков размер средней порции овощей и фруктов в день (не считая картофеля), (400 грамм, это примерно 2-2,5 средних фрукта или овоща)?**

До 400 грамм	400 грамм и более
--------------	-------------------

**23. Как часто Вы досаливаете уже приготовленную пищу?**

всегда	иногда	редко	никогда
--------	--------	-------	---------

**24. Как часто Вы едите готовые продукты с высоким содержанием соли? (копчености, чипсы, консервы и т.п.)**

всегда	иногда	редко	никогда
--------	--------	-------	---------

**25. В течение последнего года кто-либо советовал Вам изменить свои пищевые привычки?**

врач	другой мед. работник	члены семьи	другие	никто
------	----------------------	-------------	--------	-------

**26. В течение последнего года пытались ли Вы изменить свои пищевые привычки в сторону здорового питания?**

да	нет ( <i>переходите к вопросу 28</i> )	затрудняюсь ответить
----	--	----------------------

**27. В течение последнего года Вы старались...**

употреблять больше овощей, фруктов		употреблять меньше жира		употреблять меньше сахара		употреблять меньше соли		употреблять меньше алкоголя	
да	нет	да	нет	да	нет	да	нет	да	нет

**28. Как часто Вы употребляете спиртные напитки?**

4 и более раз в неделю	2-3 раза в неделю	2-4 раза в месяц	Раз в месяц или реже	никогда ( <i>к вопросу 32</i> )
------------------------	-------------------	------------------	----------------------	---------------------------------

**29. Какова Ваша обычная доза алкогольных напитков в день выпивки? (одна доза – 30 мл крепкого напитка, или 100 мл вина, или 250 мл пива)**

1-2 дозы	3-4 дозы	5-6 доз	7-9 доз	10 и более доз
----------	----------	---------	---------	----------------

**30. Как часто Вы выпиваете за один раз (например, за вечер) 200 гр. крепких напитков или 0,5л. крепленого вина, или 0,7 литра сухого вина, или 1,5 литра пива?**

никогда	реже 1 раза в месяц	2-3раза в месяц	1 раз в неделю	каждый день, или почти каждый день
---------	---------------------	-----------------	----------------	------------------------------------

**31. В течение последнего года кто-либо советовал Вам употреблять меньше спиртных напитков?**

врач	другой мед. работник	члены семьи	другие	никто
------	----------------------	-------------	--------	-------

**32. Оцените, пожалуйста, насколько Вы согласны с каждым из перечисленных ниже утверждений и отметьте кружочком номер соответствующей категории ответа:****32.1. Я напряжен, мне не по себе:**

большую часть времени	много времени	время от времени	совсем нет
-----------------------	---------------	------------------	------------

**32.2. То, что приносило удовольствие, и сейчас вызывает такое же чувство:**

определённо это так	наверное, это так	в очень малой степени	это совсем не так
---------------------	-------------------	-----------------------	-------------------

**32.3. Я испытываю страх, кажется, будто что-то ужасное может вот-вот случиться:**

да, согласен	скорее согласен	скорее не согласен	нет, не согласен
--------------	-----------------	--------------------	------------------

**32.4. Я способен рассмеяться и видеть смешное:**

да, согласен	скорее согласен	скорее не согласен	нет, не согласен
--------------	-----------------	--------------------	------------------

**32.5. Беспокойные мысли крутятся в голове:**

постоянно	большую часть времени	в очень малой степени	совсем нет
-----------	-----------------------	-----------------------	------------

**32.6. Я испытываю бодрость:**

большую часть времени	иногда	очень редко	совсем не испытываю
-----------------------	--------	-------------	---------------------

**32.7. Я легко могу сесть и расслабиться:**

да, согласен	скорее согласен	скорее не согласен	нет, не согласен
--------------	-----------------	--------------------	------------------

**32.8. Мне кажется, что я все делаю очень медленно:**

да, согласен	скорее согласен	скорее не согласен	нет, не согласен
--------------	-----------------	--------------------	------------------

**32.9. Я испытываю внутреннее напряжение:**

почти все время	часто	иногда	совсем нет
-----------------	-------	--------	------------

**32.10. Я не слежу за своей внешностью:**

да, согласен	скорее согласен	скорее не согласен	нет, не согласен
--------------	-----------------	--------------------	------------------

**32.11. Я испытываю неусидчивость, словно мне постоянно нужно двигаться:**

да, согласен	скорее согласен	скорее не согласен	нет, не согласен
--------------	-----------------	--------------------	------------------

**32.12. Я считаю, что мои дела принесут удовлетворение**

точно так же, как и обычно	не в такой степени, как раньше	определенно меньше, чем обычно	совсем так не считаю
----------------------------	--------------------------------	--------------------------------	----------------------

**32.13. У меня бывает внезапное чувство паники:**

да, согласен	скорее согласен	скорее не согласен	нет, не согласен
--------------	-----------------	--------------------	------------------

**32.14 Я получаю удовольствие от хорошей книги, радиопередачи или ТВ:**

да, согласен	скорее согласен	скорее не согласен	нет, не согласен
--------------	-----------------	--------------------	------------------

**33. О каких факторах риска развития заболеваний Вам известно?**

курение		чрезмерное употребление алкоголя		неправильное питание		низкая физическая активность		ничего не знаю
да	нет	да	нет	да	нет	да	нет	

**34. Из каких источников Вы чаще всего получаете информацию о факторах риска?**

от врача	от другого мед. работника	из СМИ	общение с друзьями, родственниками	другое _____
----------	---------------------------	--------	------------------------------------	--------------

**35. Известно ли Вам о существовании Центров здоровья в медицинских учреждениях Красноярского края?**

да, известно	да, что-то слышал	нет, не известно (переход к 38)
--------------	-------------------	---------------------------------

**36. Проходили ли Вы в течение года медицинский осмотр в Центре здоровья?**

да	нет
----	-----

**37. Дайте оценку Вашей удовлетворенности качеством оказания медицинской профилактической помощи (обследование и консультирование врача по вопросам профилактики) медицинских осмотрах в Центре здоровья, от 1-абсолютно не удовлетворён до 5- абсолютно удовлетворён.**

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

**38. Проходили ли Вы в течение года диспансеризацию или медицинский осмотр в поликлинике?**

да	нет (к вопросу 42)
----	--------------------

**39. Повлияла ли диспансеризация на Ваше желание изменить свой образ жизни?**

да	нет
----	-----

**40. Откуда Вы узнали о диспансеризации?**

от медицинских работников по почте, по телефону, с помощью других средств связи	от медицинских работников при посещении поликлиники	от членов семьи, знакомых	от работодателя	из СМИ
---	---	---------------------------	-----------------	--------

**41. Сколько раз Вам пришлось посетить медицинскую организацию для полного завершения диспансеризации?**

один	два	три	больше трех раз
------	-----	-----	-----------------

**42. Считаете ли Вы диспансеризацию полезным мероприятием?**

да	нет
----	-----

**43. Дайте оценку Вашей удовлетворенности качеством оказания медицинской профилактической помощи (обследование и консультирование врача по вопросам профилактики) при диспансеризации, от 1-абсолютно не удовлетворён до 5- абсолютно удовлетворён.**

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

**44. Выдавали ли Вам в поликлинике устное или письменное заключение о наличии у Вас факторов риска хронических заболеваний и рекомендаций по изменению образа жизни?**

да	нет	затрудняюсь ответить
----	-----	----------------------

Благодарим Вас за участие!