



SVEIKAS SAULĖS MIESTAS
Šiaulių miesto savivaldybės
viešosios sveikatos biuras

ŠIAULIŲ MIESTO SUAUGUSIŲ GYVENTOJŲ GYVENSENOS TYRIMAS 2022 M.

Šiauliai

TURINYS

ĮVADAS	3
TYRIMO REZULTATAI IR JŲ APTARIMAS	4
1. Sociodemografiniai duomenys	4
2. Sveikatos elgsena	5
2.1 Mityba	5
2.2 Fizinis aktyvumas	12
3. Rizikinga elgsena	13
3.1 Tabako gaminių vartojimas.....	13
3.2 Elektroninių cigarečių rūkymas.....	16
3.3 Alkoholio vartojimas.....	19
3.4 Narkotinių medžiagų vartojimas.....	23
3.5 Saugumas kelyje.....	24
4. Gyvensenos įpročių keitimas	29
5. Gyvenimo kokybės, sveikatos, laimingumo vertinimas, prislėgta nuotaika, artimi žmonės, ilgalaikės sveikatos problemos	31
IŠVADOS	46
REKOMENDACIJOS	48

IVADAS

Igyvendinant Sveikatos apsaugos ministro įsakymą, įtvirtinantį periodinius gyvenimo tyrimus kaip visuomenės sveikatos stebėsenos elementus, visose Lietuvos savivaldybėse 2022 metais buvo atliktas antrasis suaugusių gyventojų gyvenimo tyrimas. Tyrimas vykdytas pagal Higienos instituto parengtą ir su Sveikatos apsaugos ministerija suderintą gyvenimo tyrimų metodiką. Apklausa organizuota vadovaujantis metodinėmis rekomendacijomis „Gyvenimo tyrimų organizavimas ir vykdymas savivaldybėse“. Anketinei apklausai naudotas Higienos instituto parengtas standartizuotas klausimynas, sudarytas iš 26 klausimų: apie mitybą ir fizinį aktyvumą; tabako, elektroninių cigarečių rūkymą, alkoholio ir narkotinių medžiagų vartojimą, gyvenimo kokybę, sveikatos, laimingumo vertinimą, prislėgtą nuotaiką, artimus žmones, ilgalaikes sveikatos problemas, gyvenimo įpročių keitimą bei sociodemografinius duomenis.

Tyrimo tikslas: įvertinti Šiaulių miesto suaugusių gyventojų sveikatos ir gyvenimo ypatumus bei palyginti su 2018 m. tyrimo duomenimis.

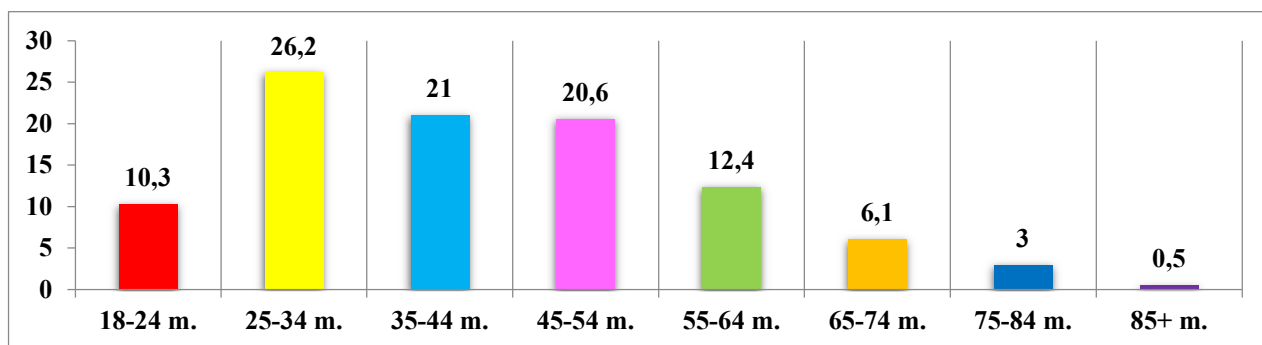
Buvo suformuota reprezentatyvi imtis atsižvelgiant į gyventojų skaičių ir lytį. Atrankinės apklausos metu 2022 m. balandžio - gegužės mėn. apklausti 428 Šiaulių miesto suaugę (18+ m.) gyventojai.

Surinkti anketinės apklausos duomenys buvo analizuojami „SPSS 15,0 for Windows“ bei „MS Excel“ programomis. Kiekybinių požiūrių priklausomumo, homogeniškumo bei proporcijų lygybių vertinimui naudotas χ^2 kriterijus ir z kriterijus. Rezultatų skirtumas laikytas statistiškai reikšmingu, kai $p < 0,05$. Duomenys analizuoti taikant aprašomąją statistiką.

TYRIMO REZULTATAI IR JŲ APTARIMAS

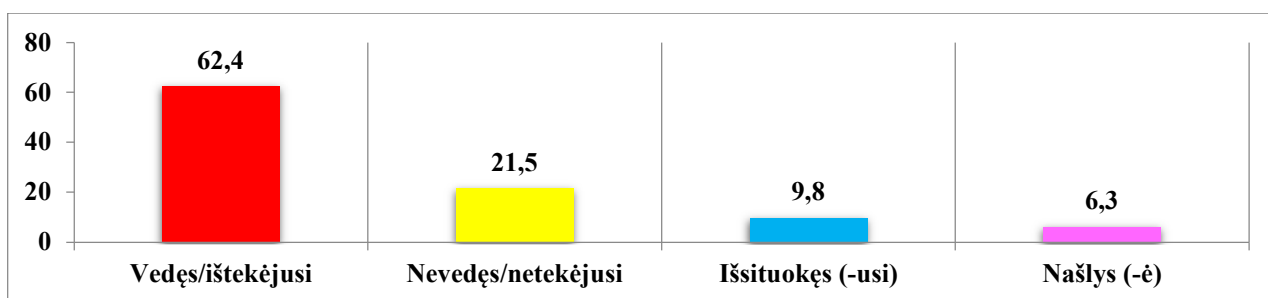
1. Sociodemografiniai duomenys

Tyrime dalyvavo 194 vyrai (45,2 proc.) ir 234 moterys (54,8 proc.). Lyginant demografinius duomenimis pagal amžiaus grupes, didžiausią respondentų dalį sudarė 25 - 34 m. (26,2 proc.), o mažiausią - 85+ m. amžiaus (0,5 proc.) gyventojai (žr. 1 pav.). Amžiaus vidurkis siekė 42,9 m. Jauniausiam respondentui buvo 18 m., o vyriausiam - 91 m.



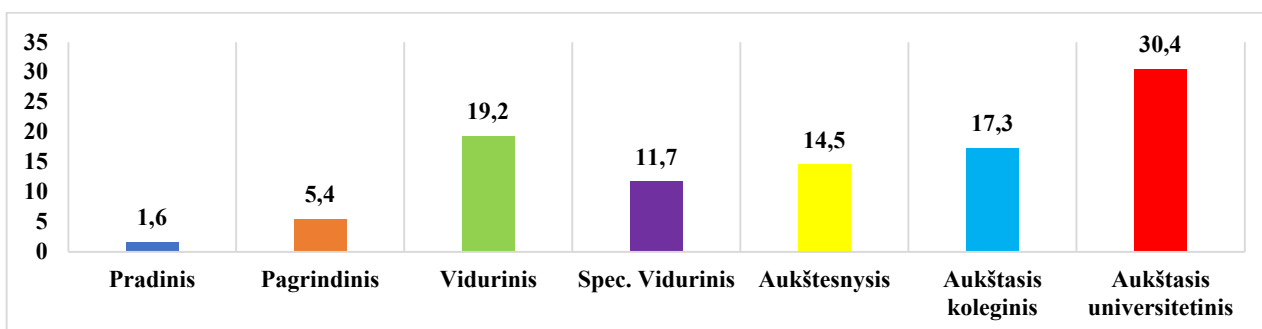
1. pav. Respondentų pasiskirstymas lyginant pagal amžiaus grupes (proc.)

Lyginant duomenis pagal šeimyninę padėtį, daugiausia buvo apklausta vedusių/ištekėjusių (62,4 proc.) asmenų (žr. 2 pav.).



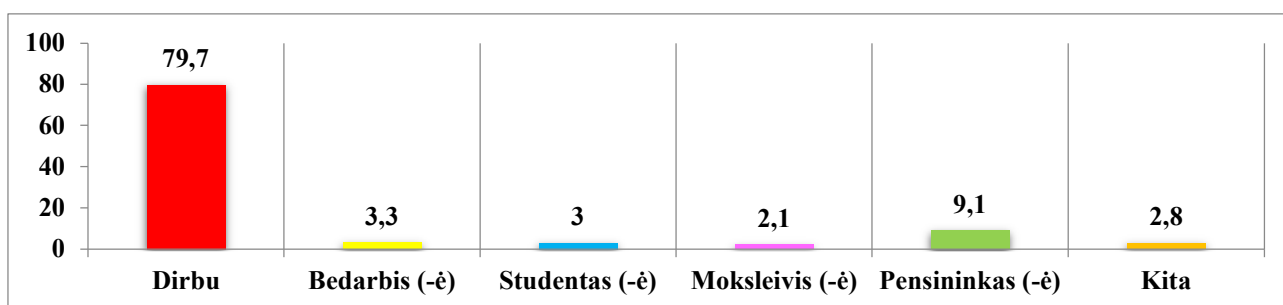
2 pav. Respondentų pasiskirstymas lyginant pagal šeimyninę padėtį (proc.)

Lyginant duomenis pagal įgytą išsilavinimą, didžiausia respondentų dalis turėjo aukštąjį universitetinį (30,4 proc.), mažiausia - pradinį (1,6 proc.) išsilavinimą (žr. 3 pav.).



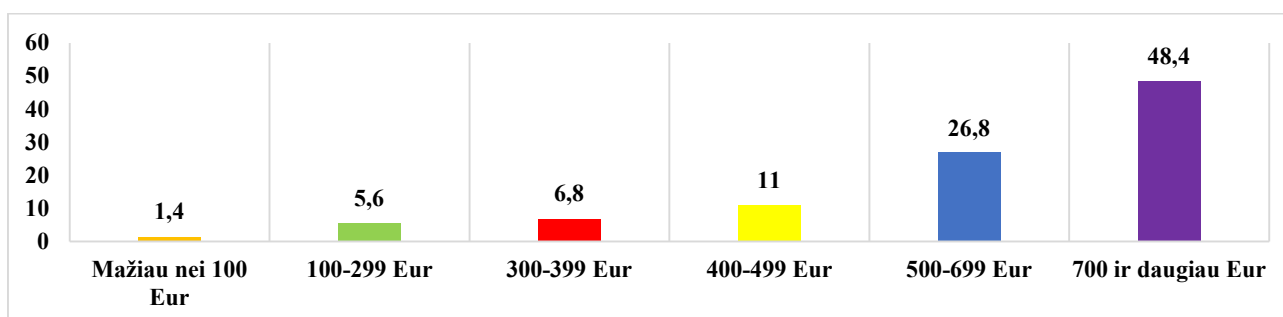
3 pav. Respondentų pasiskirstymas lyginant pagal išsilavinimą (proc.)

Lyginant demografinius duomenimis pagal profesinę veiklą, didžiausią dalį sudarė dirbantys asmenys (79,7 proc.), mažiausią - moksleiviai (2,1 proc.) (žr. 4 pav.).



4 pav. Respondentų pasiskirstymas lyginant pagal profesinę veiklą (proc.)

Lyginant duomenis pagal vidutines mėnesio pajamas, tenkančias vienam šeimos nariui „į rankas“, didžiausią dalį (48,4 proc.) sudarė respondentai, kurių vienam šeimos nariui per mėnesį teko 700 ir daugiau Eur, mažiausią dalį (1,4 proc.) - mažiau nei 100 Eur (žr. 5 pav.).



5 pav. Respondentų pasiskirstymas lyginant pagal vidutines mėnesio pajamas, tenkančias vienam šeimos nariui „į rankas“ (proc.)

2. Sveikatos elgsena

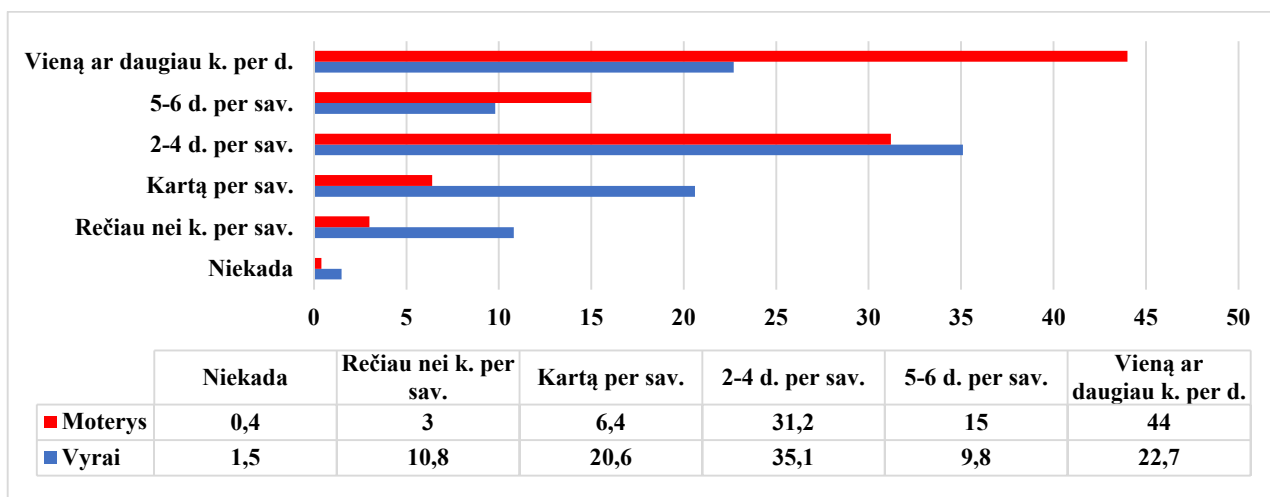
2.1 Mityba

Dietologai teigia, kad jei žmogus vadovautųsi sveikos mitybos principais, ir patenkintų organizmo fiziologinius poreikius sveikai maitindamasis bei prisilaikytų mitybos režimo - mityba būtų nukreipta ne tik į sveikatos išsaugojimą bet ir į jos stiprinimą, o ir įvairių ligų tikrai pavyktų išvengti ar bent jau sumažinti jų skaičių. Vaisiai ir daržovės - vieni svarbiausių žmogaus organizmui reikalingų maisto produktų, suteikiančių vitaminų, mineralų ir skaidulinių medžiagų. Pagal mitybos rekomendacijas reikėtų valgyti vaisių ir daržovių penkis kartus per dieną. Kasdien rekomenduojama suvalgyti bent 400 g, ir kuo įvairesnių, nes jų sudėtis labai skiriasi. Geriausiai - šviežios, Lietuvoje išaugintos daržovės.

Respondentų buvo paklausta, kaip dažnai jie valgė vaisius, daržoves, saldumynus, gėrė gazuotus saldžius gėrimus ar energinius gėrimus. Statistiškai reikšmingai daugiau moterys vieną ar daugiau kartų per dieną valgė vaisius ir daržoves. Daugiau moterys vieną ar daugiau kartų per dieną valgė ir saldumynus. Statistiškai reikšmingai daugiau moterys, vyresni respondentai, našliai, pensininkai

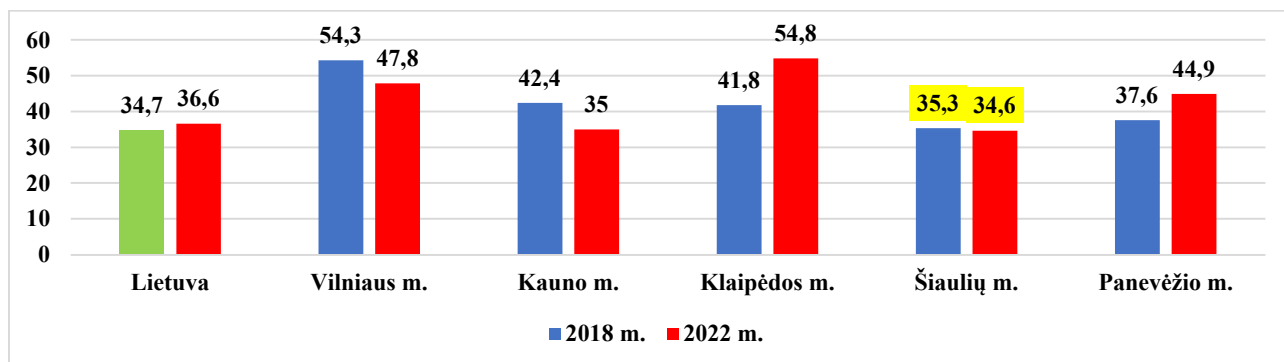
niekada negėrė gazuotų saldžių gėrimų ar energinių gėrimų. Tuo tarpu daugiau vyrai, jauniausi respondentai, nevedę, moksleiviai gėrė gazuotus saldžius gėrimus ar energinius gėrimus 2 - 4 d. per savaitę.

Didesnė dalis moterų (44,0 proc.) nei vyrų (22,7 proc.) valgė vaisius vieną ar daugiau kartų per dieną ($p < 0,05$). Tuo tarpu daugiau vyrų (20,6 proc.) nei moterų (6,4 proc.) valgė vaisius tik kartą per savaitę ($p < 0,05$) (žr. 6 pav.).



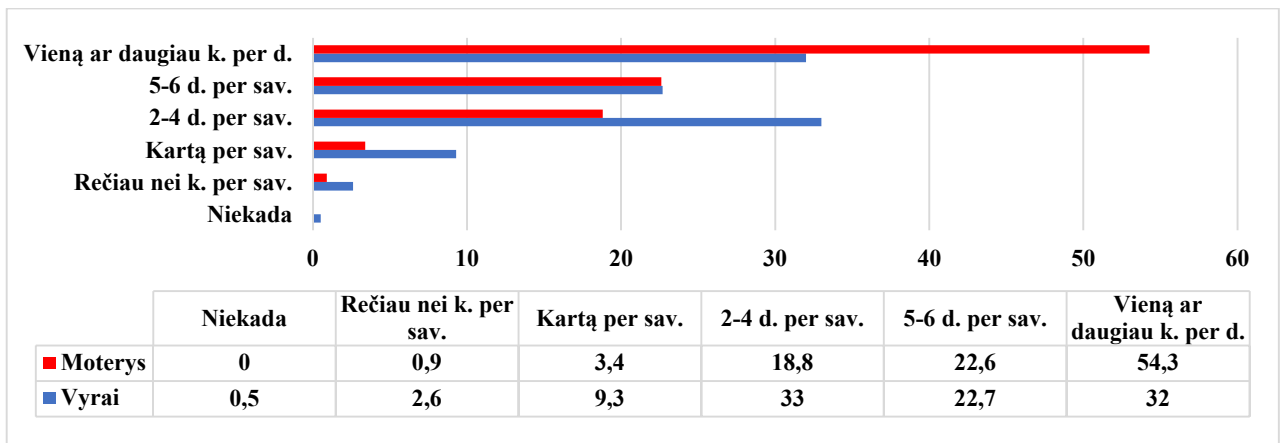
6 pav. Vyrų ir moterų pasiskirstymas pagal tai, kaip dažnai jie valgė vaisius (proc.)

Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad Šiaulių miesto (34,6 proc.) gyventojų, kurie bent kartą per dieną valgė vaisius, dalis 2022 m. buvo mažesnė ir už Lietuvos vidurkį (36,6 proc.), ir kitų keturių didmiesčių vidurkius (žr. 7 pav.).



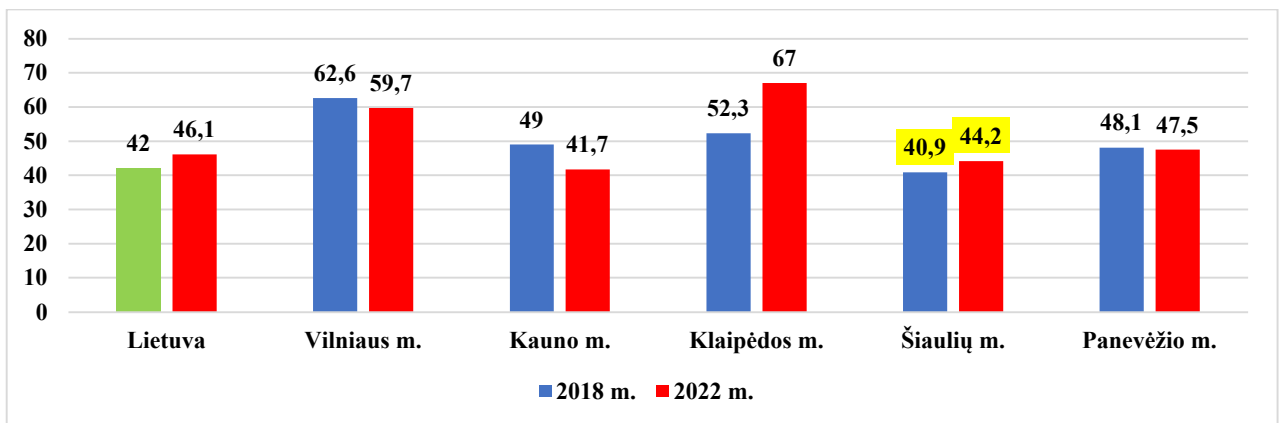
7 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kurie bent kartą per dieną valgė vaisius, pasiskirstymas 2018 m. ir 2022 m. (proc.)

Didesnė dalis moterų (54,3 proc.) nei vyrų (32,0 proc.) valgė daržoves vieną ar daugiau kartų per dieną ($p < 0,05$). Tuo tarpu daugiau vyrų (33,0 proc.) nei moterų (18,8 proc.) valgė daržoves dažniausiai 2 - 4 k. per savaitę ($p < 0,05$) (žr. 8 pav.).



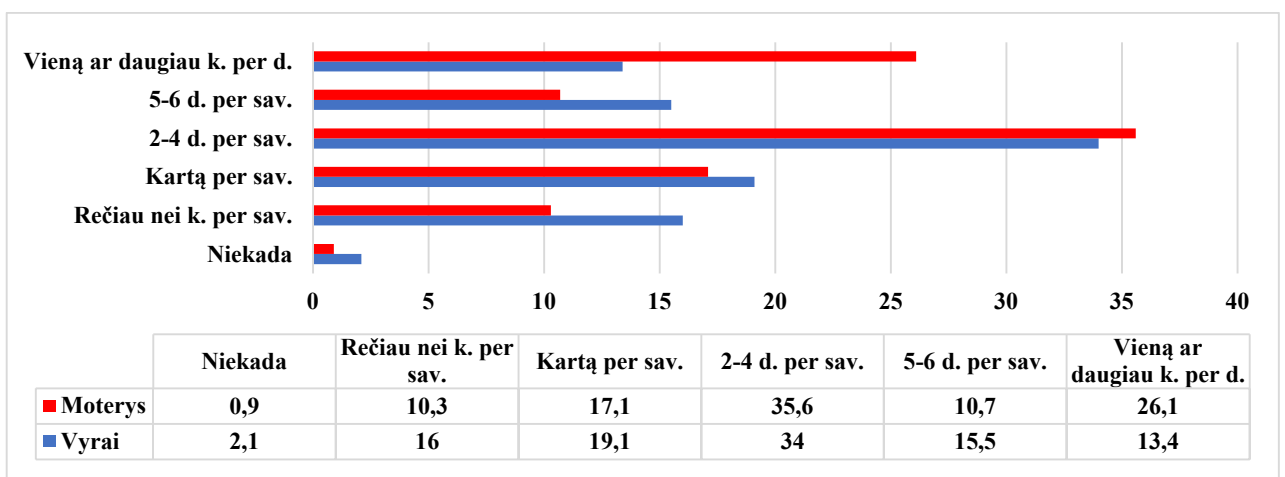
8 pav. Vyrų ir moterų pasiskirstymas pagal tai, kaip dažnai jie valgė daržoves (proc.)

Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad Šiaulių miesto (44,2 proc.) gyventojų, kurie bent kartą per dieną valgė daržoves, dalis 2022 m. buvo mažesnė už Lietuvos vidurkį (46,1 proc.). Už šiauliečius mažiau daržoves valgė tik Kauno miesto (41,7 proc.) gyventojai (žr. 9 pav.).



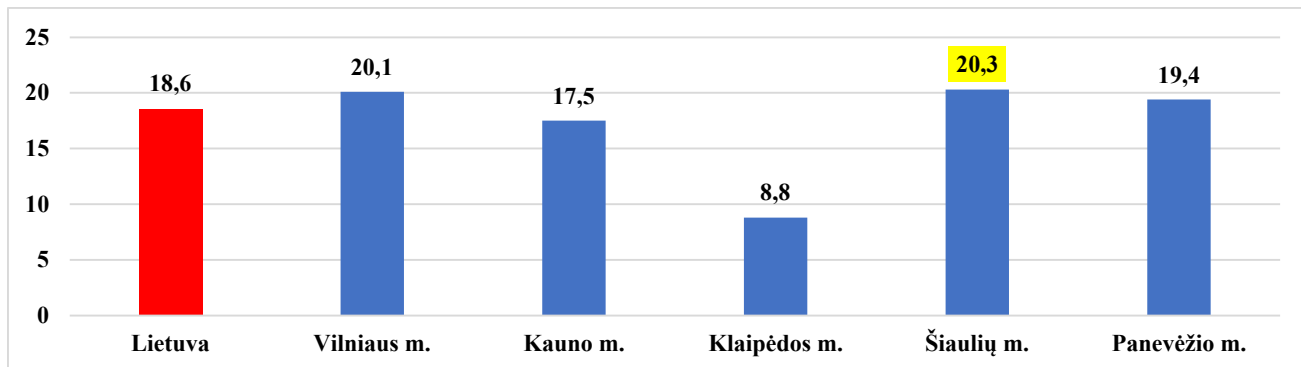
9 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kurie bent kartą per dieną valgė daržoves, pasiskirstymas 2018 m. ir 2022 m. (proc.)

Didesnė dalis moterų (26,1 proc.) nei vyrų (13,4 proc.) valgė saldumynus vieną ar daugiau kartų per dieną ($p < 0,05$) (žr. 10 pav.).



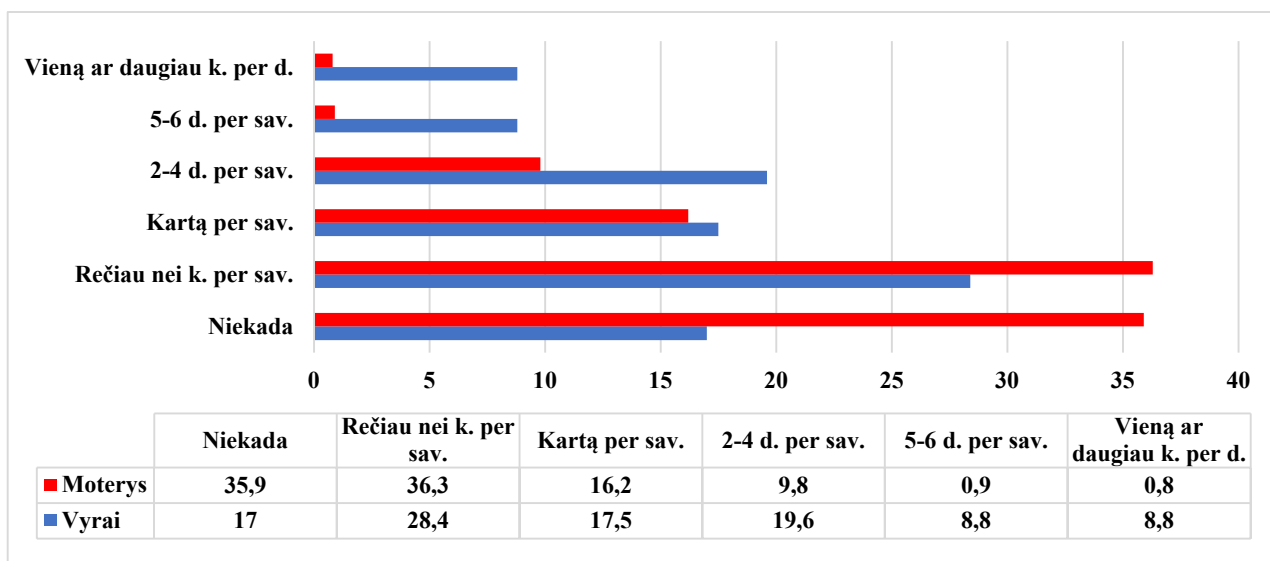
10 pav. Vyrų ir moterų pasiskirstymas pagal tai, kaip dažnai jie valgė saldumynus (proc.)

Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad Šiaulių miesto (20,3 proc.) gyventojų, kurie bent kartą per dieną valgė saldumynus, dalis buvo didesnė ir už Lietuvos vidurkį (18,6 proc.), ir už kitų keturių didmiesčių vidurkius (žr. 11 pav.).



11 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kurie bent kartą per dieną valgė saldumynus, pasiskirstymas (proc.)

Didesnė dalis moterų (35,9 proc.) nei vyrų (17,0 proc.) ($p < 0,05$) niekada nevartojo gazuotų saldžių gėrimų. Statistiškai reikšmingai daugiau vyrai (8,8 proc.) nei moterys (0,8 proc.) gėrė saldžius gazuotus gėrimus vieną ar daugiau kartų per dieną, tai pat daugiau vyrai (19,6 proc.) nei moterys (9,8 proc.) gėrė šiuos gėrimus ir 2 - 4 kartus per savaitę (žr. 12 pav.).



12 pav. Vyrų ir moterų pasiskirstymas pagal tai, kaip dažnai jie gėrė gazuotus saldžius gėrimus (proc.)

Didesnė dalis 65 - 74 m. (80,8 proc.) ir 75 - 84 m. (53,8 proc.) amžiaus dalyvių nei 35 - 44 m. (26,7 proc.), 25 - 34 m. (15,2 proc.) ir 18 - 24 m. (6,8 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus dalyvių niekada nevartojo gazuotų saldžių gėrimų. Statistiškai reikšmingai daugiau 18 - 24 m. (29,5 proc.) amžiaus šiauliečiai nei 45 - 54 m. (12,5 proc.), 35 - 44 m. (11,1 proc.) ir 65 - 74 m. (3,8 proc.) amžiaus šiauliečiai gėrė saldžius gazuotus gėrimus 2 - 4 kartus per savaitę (žr. 1 lentelę).

1 lentelė.

Gazuotų saldžių gėrimų vartojimo dažnis, lyginant pagal amžiaus grupes (proc.)

Amžius \ Dažnis	Vieną ar daugiau k. per d.	5-6 k. per sav.	2-4 k. per sav.	Kartą per sav.	Mažiau nei k. per sav.	Niekada
18-24 m.	6,8	9,1	29,5	22,7	25,0	6,8
25-34 m.	6,3	3,6	17,0	26,8	31,3	15,2
35-44 m.	3,3	6,7	11,1	20,0	32,2	26,7
45-54 m.	5,6	4,5	12,5	10,2	37,5	29,5
55-64 m.	1,9	0,0	13,2	5,7	45,3	34,0
65-74 m.	0,0	3,8	3,8	0,0	11,5	80,8
75-84 m.	0,0	0,0	0,0	15,4	30,8	53,8
85 m. +	0,0	0,0	0,0	0,0	50,0	50,0

Statistiškai reikšmingai daugiau našliai (59,3 proc.) nei išsiskyre (31,0 proc.), vedę (ištekęjusios) (27,0 proc.) bei nevedę (netekėjusios) (17,4 proc.) niekada nevartojo gazuotų saldžių gėrimų. Daugiau nevedę (netekėjusios) (22,8 proc.) nei vedę (ištekęjusios) (12,7 proc.), išsiskyre (9,5 proc.) ir našliai (7,4 proc.) ($p < 0,05$) gėrė saldžius gazuotus gėrimus 2 - 4 kartus per savaitę (žr. 2 lentelę).

2 lentelė.

Gazuotų saldžių gėrimų vartojimo dažnis, lyginant pagal šeimyninę padėtį (proc.)

Šeimyninė padėtis \ Dažnis	Vieną ar daugiau k. per d.	5-6 k. per sav.	2-4 k. per sav.	Kartą per sav.	Mažiau nei k. per sav.	Niekada
Vedęs (ištekęjusi)	4,1	4,1	12,7	15,7	36,3	27,0
Nevedęs (netekėjusi)	6,5	5,4	22,8	21,7	26,1	17,4
Išsiskyres (-usi)	4,8	7,1	9,5	21,4	26,2	31,0
Našlys (-ė)	0,0	0,0	7,4	3,7	29,6	59,3

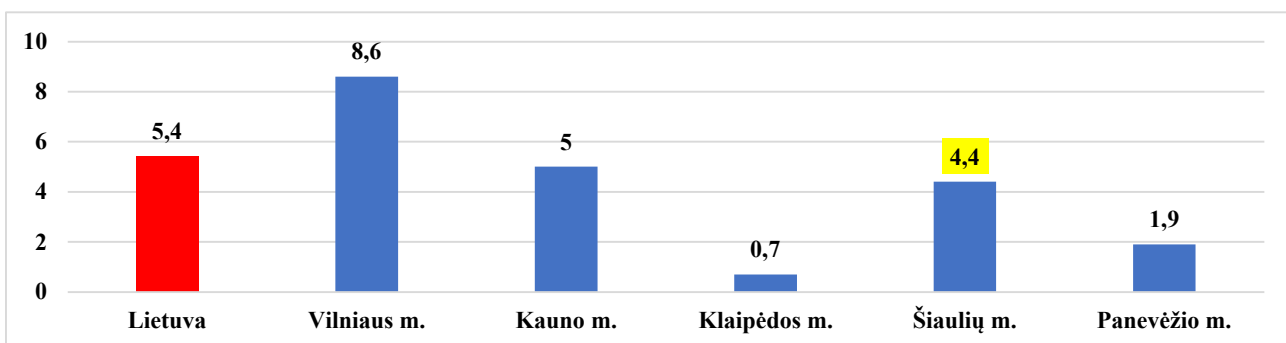
Statistiškai reikšmingai daugiau pensininkai (69,2 proc.) nei dirbantys (23,8 proc.), bedarbiai (21,4 proc.), studentai (15,4 proc.) ir moksleiviai (11,1 proc.) niekada nevartojo gazuotų saldžių gėrimų. Daugiau moksleiviai (66,7 proc.) nei dirbantys (15,0 proc.), bedarbiai (14,3 proc.), studentai (7,7 proc.) ($p < 0,05$) gėrė saldžius gazuotus gėrimus 2 - 4 kartus per savaitę (žr. 3 lentelę).

3 lentelė.

Gazuotų saldžių gėrimų vartojimo dažnis, lyginant pagal pagrindinį užsiėmimą (proc.)

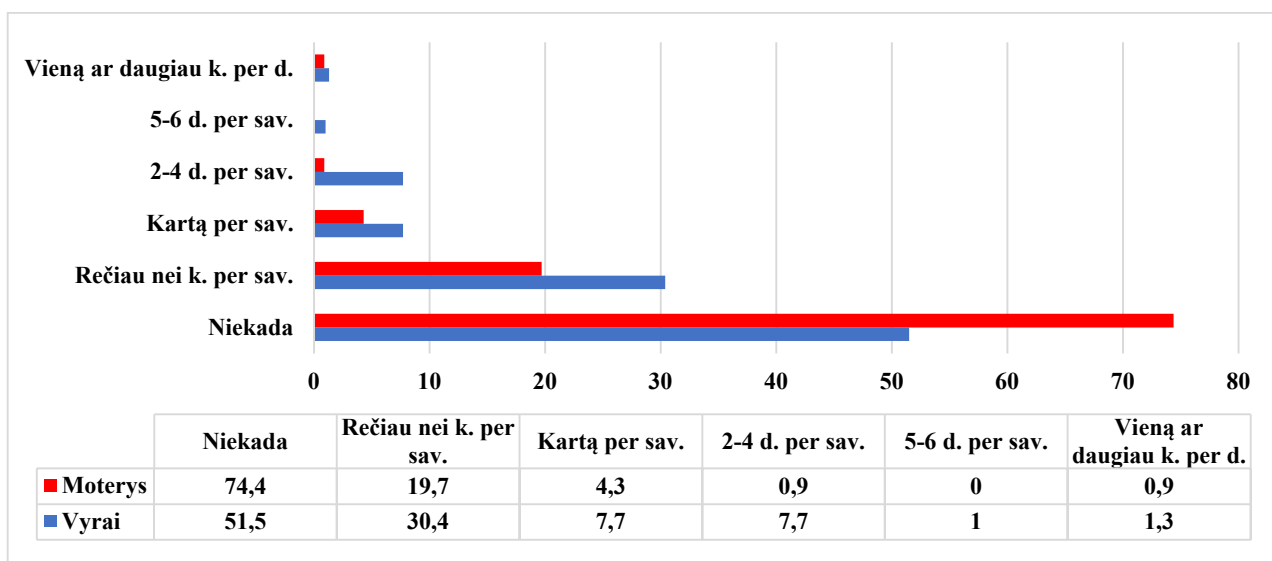
Užsiėmimas \ Dažnis	Vieną ar daugiau k. per d.	5-6 k. per sav.	2-4 k. per sav.	Kartą per sav.	Mažiau nei k. per sav.	Niekada
Dirbu	5,2	4,7	15,0	16,4	34,9	23,8
Bedarbis (-ė)	0,0	7,1	14,3	28,6	28,6	21,4
Studentas (-ė)	7,7	15,4	7,7	23,1	30,8	15,4
Moksleivis (-ė)	0,0	0,0	66,7	22,1	0,0	11,1
Pensininkas (-ė)	0,0	0,0	0,0	5,1	25,6	69,2

Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad Šiaulių miesto (4,4 proc.) gyventojų, kurie bent kartą per dieną gėrė saldžius gazuotus gėrimus, dalis buvo mažesnė už Lietuvos vidurkį (5,4 proc.). Už šiauliečius daugiau šiuos gėrimus gėrė Kauno (5,0 proc.) ir Vilniaus miestų (8,6 proc.) gyventojai (žr. 13 pav.).



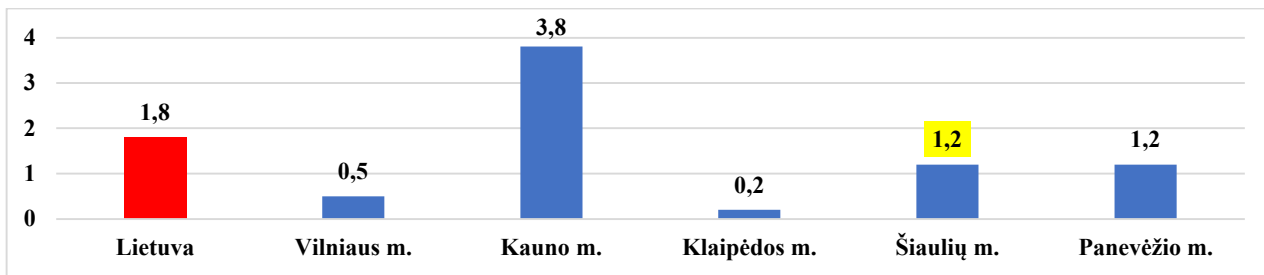
13 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kurie bent kartą per dieną gėrė gazuotus saldžius gėrimus, pasiskirstymas (proc.)

Didesnė dalis moterų (74,4 proc.) nei vyrų (51,5 proc.) ($p < 0,05$) niekada nevartojo energinių gėrimų. Statistiškai reikšmingai daugiau vyrai (7,7 proc.) nei moterys (0,9 proc.) gėrė šiuos gėrimus ir 2 - 4 kartus per savaitę (žr. 14 pav.).



14 pav. Vyrų ir moterų pasiskirstymas pagal tai, kaip dažnai jie gėrė energinius gėrimus (proc.)

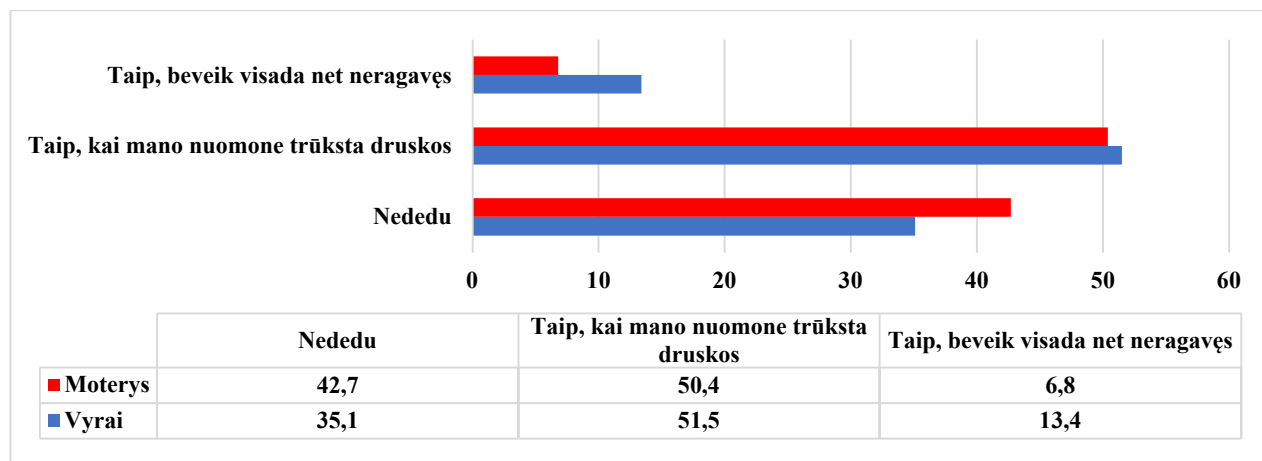
Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad Šiaulių miesto (1,2 proc.) gyventojų, kurie bent kartą per dieną gėrė energinius gėrimus, dalis buvo mažesnė už Lietuvos vidurkį (1,8 proc.). Daugiausiai šiuos gėrimus iš visų didmiesčių gyventojų gėrė kauniečiai (3,8 proc.) (žr. 15 pav.).



15 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kurie bent kartą per dieną gėrė energinius gėrimus, pasiskirstymas (proc.)

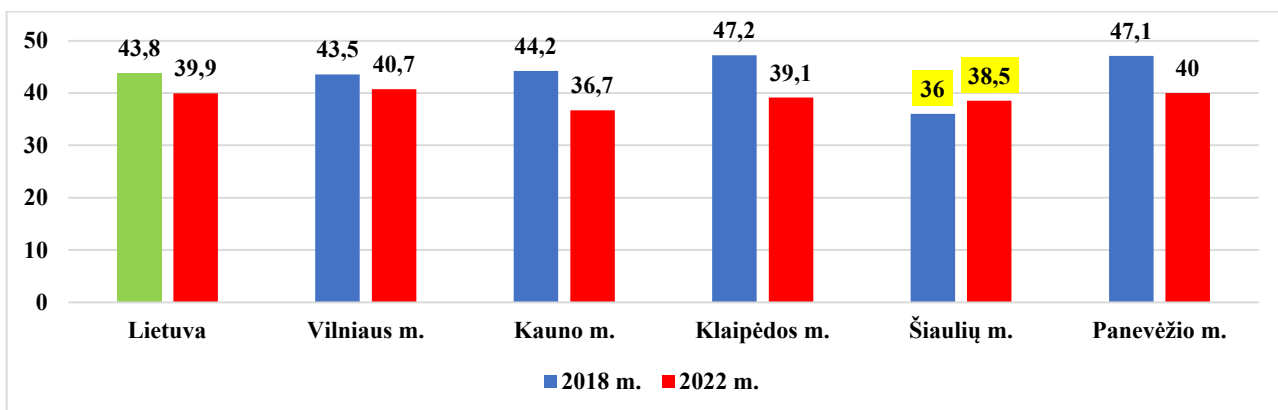
Tyrimo metu šiauliečių buvo klausiama, ar jie papildomai sūdo paruoštą maistą. 38,5 proc. apklaustųjų druskos nedėjo, 51,7 proc. - dėjo druską, kai manė, kad jos trūksta, 9,8 proc. - dėjo visada, net neragavę.

Daugiau vyrai (13,4 proc.) nei moterys (6,8 proc.) ($p < 0,05$) dėjo druską į paruoštą maistą beveik visada, net neragavę (žr. 16 pav.).



16 pav. Vyrų ir moterų pasiskirstymas pagal tai, ar jie sūdė paruoštą maistą (proc.)

Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad Šiaulių miesto (38,5 proc.) gyventojų, kurie papildomai nedėjo druskos į paruoštą maistą, dalis 2022 m. buvo mažesnė už Lietuvos vidurkį (39,9 proc.). Už šiauliečius daugiau paruoštą maistą sūdė tik Kauno miesto (36,7 proc.) gyventojai (žr. 17 pav.).



17 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kurie papildomai nedėjo druskos į paruoštą maistą, pasiskirstymas 2018 m. ir 2022 m. (proc.)

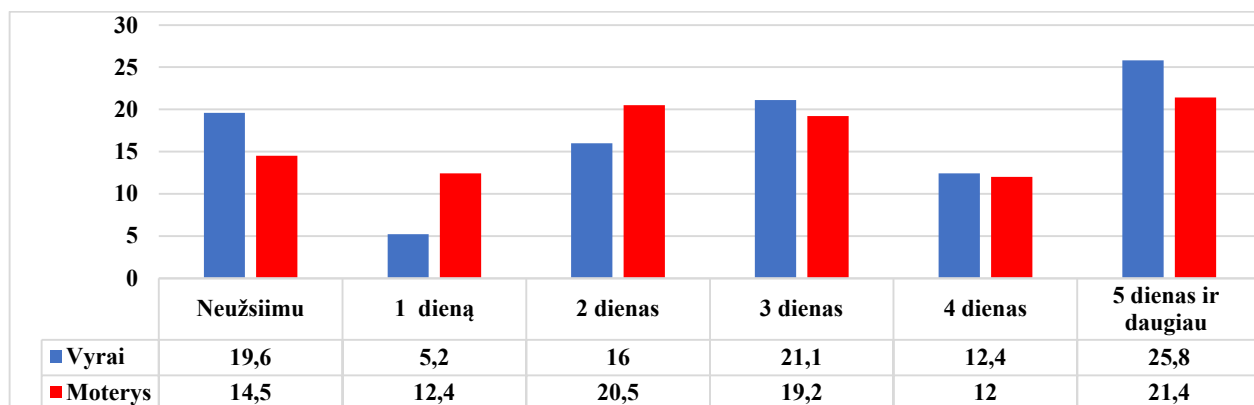
Apžvelgiant atliktą analizę galima teigti, kad vieną ar daugiau kartų per dieną daržoves, vaisius ir saldumynus valgė moterys. Daugiau moterys, vyresni respondentai, našliai, pensininkai niekada negėrė gazuotų saldžių gėrimų ar energinių gėrimų. Šiauliečiai daržovių ir vaisių valgė mažiausiai, o saldumynų - daugiausiai, lyginant su kitų keturių didmiesčių gyventojais. Gazuotų saldžių gėrimų ir energinių gėrimų vartojimas buvo artimas šalies vidurkiui. Daugiau vyrai dėjo druską į paruoštą maistą, net neragavę. Už šiauliečius papildomai pagamintą maistą daugiau sudė tik Kauno miesto gyventojai.

2.2 Fizinis aktyvumas

Dėl technologijų plėtros žmonės vis mažiau juda. Į darbą daugelis važiuoja automobiliu, namie daug laiko praleidžia prie televizoriaus ar kompiuterio. Toks gyvenimo būdas nėra fiziologiškai būdingas žmogui, todėl nenuostabu, kad labai didėja sergamumas dėl fizinio pasyvumo atsiradusiomis ligomis.

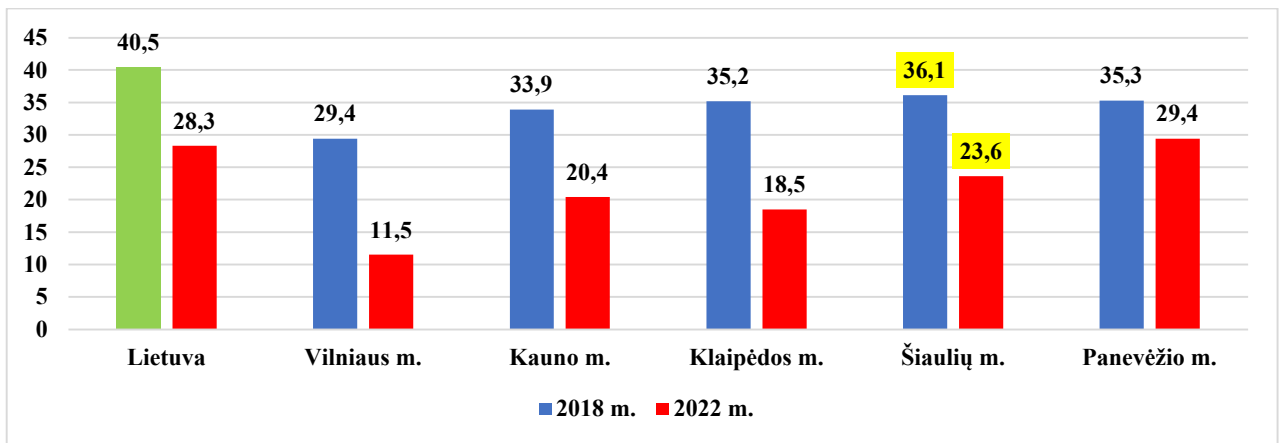
Apklausos metu pasidomėta, kiek dienų per savaitę respondentai užsiėmė energinga fizine veikla mažiausiai 30 min.

Tik 25,8 proc. vyrų ir 21,4 proc. moterų energinga fizine veikla mažiausiai 30 min. užsiėmė 5 ir daugiau dienų per savaitę. 16,8 proc. apklaustųjų tokia fizine veikla neužsiėmė visai (žr. 18 pav.).



18 pav. Vyrų ir moterų pasiskirstymas pagal tai, kiek dienų per savaitę mažiausiai 30 min. jie užsiėmė energinga fizine veikla (proc.)

Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad 2022 m. tiek šalyje, tiek didmiesčiuose sumažėjo gyventojų fizinis aktyvumas. Šiaulių miesto (23,6 proc.) gyventojų, kurie energinga fizine veikla mažiausiai 30 min. užsiėmė 5 ir daugiau dienų per savaitę, dalis 2022 m. buvo mažesnė už Lietuvos vidurkį (28,3 proc.). Už šiauliečius daugiau fiziškai aktyvūs buvo tik Panevėžio miesto (29,4 proc.) gyventojai (žr. 19 pav.).



19 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kurie energinga fizine veikla mažiausiai 30 min. užsiėmė 5 ir daugiau dienų per savaitę, pasiskirstymas 2018 m. ir 2022 m. (proc.)

Apžvelgiant atliktą analizę galima teigti, kad tik beveik kas ketvirtas šiaulietis 5 ir daugiau dienų per savaitę užsiėmė energinga fizine veikla mažiausiai 30 min. 2022 m. tiek šalyje, tiek didmiesčiuose sumažėjo gyventojų fizinis aktyvumas. Už šiauliečius daugiau fiziškai aktyvūs buvo tik Panevėžio miesto gyventojai.

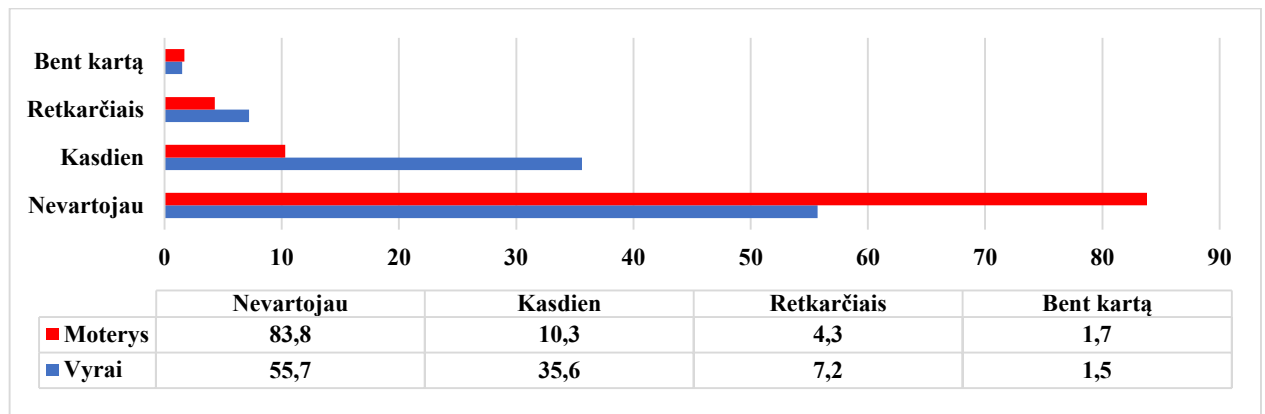
3. Rizikinga elgsena

3.1 Tabako gaminių vartojimas

Pasaulio mastu plintantis tabako vartojimas tampa vis didesne problema, lemiančia augantį sergamumą ir mirtingumą nuo tabako sukeltų ligų. Pasaulio banko duomenimis maždaug trečdalis suaugusių planetos žmonių rūko, tai sudaro apie 1,3 milijardo rūkatorių pasaulyje. Rūkymo žala sveikatai tiesiogiai priklauso nuo surūkomų cigarečių skaičiaus per dieną ir nuo rūkymo stažo (rūkymo laiko).

Šiauliečių buvo klausama, ar jie rūkė tabako gaminius per paskutines 30 d. ir per paskutinius 12 mėn. Didesnė dalis moterų nerūkė tabako gaminių nei per paskutines 30 d., nei per paskutinius 12 mėn. Daugiau vyrai, 55 - 64 m. ir 25 - 34 m. amžiaus respondentai rūkė juos kasdien tiek per praėjusį mėnesį, tiek per praėjusius metus.

Didesnė dalis moterų (83,8 proc.) nei vyrų (55,7 proc.) ($p < 0,05$) nerūkė tabako gaminių. Tuo tarpu daugiau vyrai (35,6 proc.) nei moterys (10,3 proc.) ($p < 0,05$) per praėjusį mėnesį šiuos gaminius rūkė kasdien (žr. 20 pav.).



20 pav. Vyrų ir moterų pasiskirstymas pagal tabako gaminių vartojimo dažnį per paskutines 30 d. (proc.)

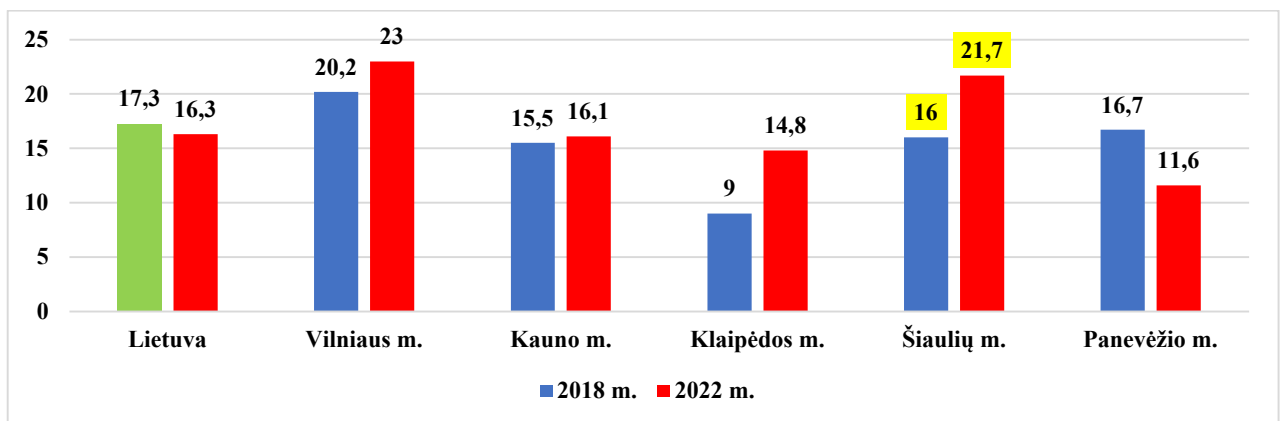
Daugiau 25 - 34 m. (30,4 proc.) ir 55 - 64 m. (30,2 proc.) amžiaus šiauliečiai nei 18 - 24 m. (11,4 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus šiauliečiai atsakė, kad rūkė tabako gaminius kasdien per praėjusias 30 d. (žr. 4 lentelę).

4 lentelė.

Tabako gaminių vartojimo dažnis per paskutines 30 d., lyginant pagal amžiaus grupes (proc.)

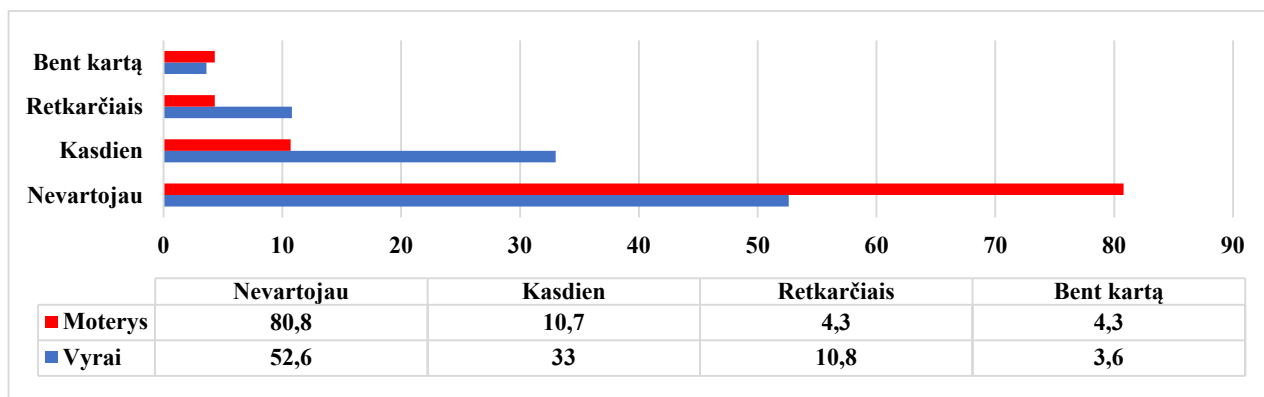
Amžius	Dažnis	Nevartojau	Kasdien	Retkarčiais	Bent kartą
18-24 m.		70,5	11,4	15,9	2,3
25-34 m.		58,9	30,4	8,0	2,7
35-44 m.		75,6	18,9	3,3	2,2
45-54 m.		75,0	19,3	4,5	1,1
55-64 m.		69,8	30,2	0,0	0,0
65-74 m.		88,5	11,5	0,0	0,0
75-84 m.		84,6	7,7	7,7	0,0
85 m. +		100,0	0,0	0,0	0,0

Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad Šiaulių miesto (21,7 proc.) gyventojų, kurie 2022 m. per praėjusias 30 d. kasdien rūkė tabako gaminius, dalis buvo didesnė už Lietuvos vidurkį (16,3 proc.). Už šiauliečius kasdien juos daugiau rūkė tik Vilniaus (23,0 proc.) miesto gyventojai (žr. 21 pav.).



21 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kurie per paskutines 30 d. kasdien rūkė tabako gaminius, pasiskirstymas 2018 m. ir 2022 m. (proc.)

Didesnė dalis moterų (80,8 proc.) nei vyrų (52,6 proc.) ($p < 0,05$) nerūkė tabako gaminių per praėjusius metus. Tuo tarpu daugiau vyrai (33,0 proc.) nei moterys (10,7 proc.) ($p < 0,05$) per praėjusius 12 mėn. juos rūkė kasdien (žr. 22 pav.).



22 pav. Vyrų ir moterų pasiskirstymas pagal tabako gaminių vartojimo dažnį per paskutinius 12 mėn. (proc.)

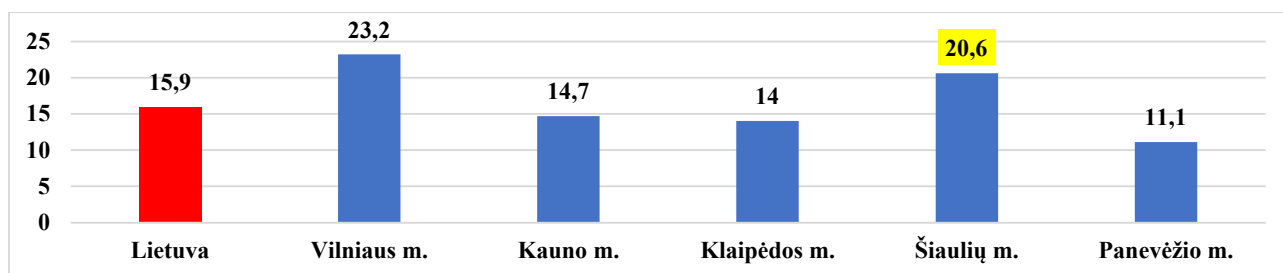
Daugiau 55 - 64 m. (30,2 proc.) ir 25 - 34 m. (28,6 proc.) amžiaus respondentai nei 18 - 24 m. (6,8 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus respondentai rūkė tabako gaminius kasdien per praėjusius 12 mėn. (žr. 5 lentelę).

5 lentelė.

Tabako gaminių vartojimo dažnis per paskutinius 12 mėn., lyginant pagal amžiaus grupes (proc.)

Amžius \ Dažnis	Nevartojau	Kasdien	Retkarčiais	Bent kartą
18-24 m.	65,9	6,8	22,7	4,5
25-34 m.	57,1	28,6	10,7	3,6
35-44 m.	70,0	18,9	4,4	6,7
45-54 m.	71,6	19,3	4,5	4,5
55-64 m.	66,0	30,2	1,9	1,9
65-74 m.	88,5	11,5	0,0	0,0
75-84 m.	92,3	7,7	0,0	0,0
85 m. +	100,0	0,0	0,0	0,0

Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad Šiaulių miesto (20,6 proc.) gyventojų, kurie per praėjusius 12 mėn. kasdien rūkė tabako gaminius, dalis buvo didesnė už Lietuvos vidurkį (15,9 proc.). Už šiauliečius kasdien juos daugiau rūkė tik Vilniaus (23,2 proc.) miesto gyventojai (žr. 23 pav.).



23 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kurie per paskutinius 12 mėn. kasdien vartojo tabako gaminius, pasiskirstymas (proc.)

Respondentų buvo paklausta, kiek vidutiniškai cigarečių per dieną jie surūko. Vidutiniškai per dieną šiauliečiai surūkė apie 11 cigarečių. Mažiausiai per dieną surūkyta - 1 cigaretė, daugiausiai - 40 cigarečių per dieną.

Apibendrinant atliktą analizę galima teigti, kad didesnė dalis moterų nerūkė tabako gaminių. Tuo tarpu daugiau vyrai, 55 - 64 m. ir 25 - 34 m. amžiaus respondentai rūkė juos kasdien tiek per praėjusį mėnesį, tiek per praėjusius metus. Šiaulių miesto gyventojų, kurie 2022 m. per praėjusias 30 d. ir per praėjusius 12 mėn. kasdien rūkė tabako gaminius, dalis buvo didesnė už Lietuvos vidurkį. Už šiauliečius kasdien ir per praėjusį mėnesį, ir praėjusius metus šiuos gaminius daugiau rūkė tik Vilniaus miesto gyventojai. Vidutiniškai per dieną šiauliečiai surūkė apie 11 cigarečių.

3.2 Elektroninių cigarečių rūkymas

Prieš maždaug penkiolika metų rinkoje pasirodęs naujas išradimas - elektroninės cigaretės. Elektriniai prietaisai, tiekiantys nikotiną skystų garų pavidalu, atrodė kaip mažiau žalinga ir socialiai atsakinga alternatyva degiosioms cigaretėms. Pasaulio sveikatos organizacija (PSO) ir kitos tabako kontrolės organizacijos skatina visus gyventojus elgtis apdairiai, nes dar nėra iki galo iširtos galimos elektroninių cigarečių vartojimo pasekmės sveikatai.

Šiauliečių buvo paklausta, ar jie rūkė elektronines cigaretes bei kitus panašius elektroninius įtaisus per paskutines 30 d. ir per paskutinius 12 mėn. Didesnė dalis vyresnių nei 65 m. + amžiaus dalyvių, vedusių ir išsiskyrusių, pensininkų nerūkė elektroninių cigarečių nei per paskutines 30 d., nei per paskutinius 12 mėn. Tuo tarpu daugiau 18 - 34 m. amžiaus respondentai, nevedę, dirbantys ir moksleiviai rūkė kasdien elektronines cigaretes ir per praėjusį mėnesį, ir per praėjusius metus.

Daugiau 25 - 34 m. (23,2 proc.) ir 18 - 24 m. (15,9 proc.) amžiaus respondentai nei 35 - 44 m. (4,4 proc.) ir 45 - 54 m. (2,3 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus respondentai kasdien rūkė elektronines cigaretes per paskutines 30 d. (žr. 6 lentelę).

6 lentelė.
Elektroninių cigarečių rūkymo dažnis per paskutines 30 d., lyginant pagal amžiaus grupes (proc.)

Amžius \ Dažnis	Nevartojau	Kasdien	Retkarčiais	Bent kartą
18-24 m.	54,6	15,9	18,2	0,9
25-34 m.	66,1	23,2	9,8	5,6
35-44 m.	81,1	4,4	8,9	4,5
45-54 m.	90,9	2,3	2,3	1,9
55-64 m.	96,2	0,0	1,9	0,0
65-74 m.	100,0	0,0	0,0	0,0
75-84 m.	100,0	0,0	0,0	0,0
85 m. +	100,0	0,0	0,0	0,0

Statistiškai reikšmingai daugiau nevedę (netekėjusios) (19,6 proc.) nei vedę (ištekęsios) (7,5 proc.) ir išsiskyrę (2,4 proc.) kasdien rūkė elektronines cigaretes per paskutines 30 d. (žr. 7 lentelę).

7 lentelė.

Elektroninių cigarečių rūkymo dažnis per paskutines 30 d., lyginant pagal šeimyninę padėtį (proc.)

Šeimyninė padėtis \ Dažnis	Nevartojau	Kasdien	Retkarčiais	Bent kartą
Vedęs (ištekęjusi)	84,3	7,5	4,9	3,4
Nevedęs (netekėjusi)	62,0	19,6	13,0	0,4
Išsiskyręs (-usi)	83,3	2,4	11,9	2,4
Našlys (-ė)	96,3	0,0	0,0	3,7

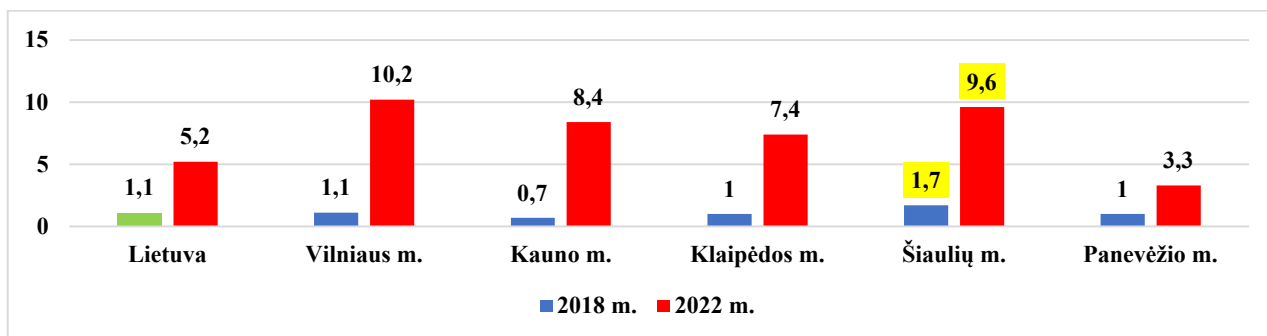
Statistiškai reikšmingai daugiau pensininkų (100,0 proc.) ir bedarbių (92,9 proc.) nei moksleivių (55,6 proc.) ir studentų (53,8 proc.) nerūkė elektroninių cigarečių per praėjusį mėnesį. Daugiau moksleiviai (11,1 proc.) ir dirbantys šiauliečiai (10,6 proc.) jas rūkė kasdien per praėjusį mėnesį (žr. 8 lentelę).

8 lentelė.

Elektroninių cigarečių rūkymo dažnis per paskutines 30 d., lyginant pagal užsiėmimą (proc.)

Užsiėmimas \ Dažnis	Nerūkiu	Kasdien	Retkarčiais	Bent kartą
Dirbu	78,9	10,6	7,3	3,2
Bedarbis (-ė)	92,9	0,0	7,1	0,0
Studentas (-ė)	53,8	7,7	15,4	23,1
Moksleivis (-ė)	55,6	11,1	11,1	22,2
Pensininkas (-ė)	100,0	0,0	0,0	0,0

Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad 2022 m. tiek šalyje, tiek didmiesčiuose ženkliai padidėjo elektroninių cigarečių rūkymas. Šiaulių miesto (9,6 proc.) gyventojų, kurie 2022 m. per praėjusias 30 d. kasdien rūkė elektronines cigaretes, dalis buvo didesnė už Lietuvos vidurkį (5,2 proc.). Už šiauliečius kasdien jas daugiau rūkė tik Vilniaus (10,2 proc.) miesto gyventojai (žr. 24 pav.).



24 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kurie per paskutines 30 d. kasdien rūkė elektronines cigaretes, pasiskirstymas 2018 m. ir 2022 m. (proc.)

Daugiau 25 - 34 m. (22,3 proc.) ir 18 - 24 m. (13,6 proc.) amžiaus respondentai nei 35 - 44 m. (4,4 proc.) ir 45 - 54 m. (2,3 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus respondentai kasdien rūkė elektronines cigaretes per paskutinius 12 mėn. (žr. 9 lentelę).

9 lentelė.

Elektroninių cigarečių rūkymo dažnis per paskutinius 12 mėn., lyginant pagal amžiaus grupes (proc.)

Amžius \ Dažnis	Nevartojau	Kasdien	Retkarčiais	Bent kartą
18-24 m.	50,0	13,6	25,0	11,4
25-34 m.	63,4	22,3	10,7	3,6
35-44 m.	77,8	4,4	6,7	11,1
45-54 m.	87,5	2,3	5,7	4,5
55-64 m.	94,3	0,0	5,7	0,0
65-74 m.	100,0	0,0	0,0	0,0
75-84 m.	100,0	0,0	0,0	0,0
85 m. +	100,0	0,0	0,0	0,0

Statistiškai reikšmingai daugiau nevedę (netekėjusios) (17,4 proc.) nei vedę (ištekęsios) (7,5 proc.) ir išsiskyrę (2,4 proc.) kasdien rūkė elektronines cigaretes per praėjusius metus (žr. 10 lentelę).

10 lentelė.

Elektroninių cigarečių rūkymo dažnis per paskutinius 12 mėn., lyginant pagal šeimyninę padėtį (proc.)

Šeimyninė padėtis \ Dažnis	Nevartojau	Kasdien	Retkarčiais	Bent kartą
Vedęs (ištekęs)	80,5	7,5	6,4	5,6
Nevedęs (netekęs)	60,9	17,4	16,3	5,4
Išsiskyręs (-usi)	81,0	2,4	9,5	7,1
Našlys (-ė)	96,3	0,0	3,7	0,0

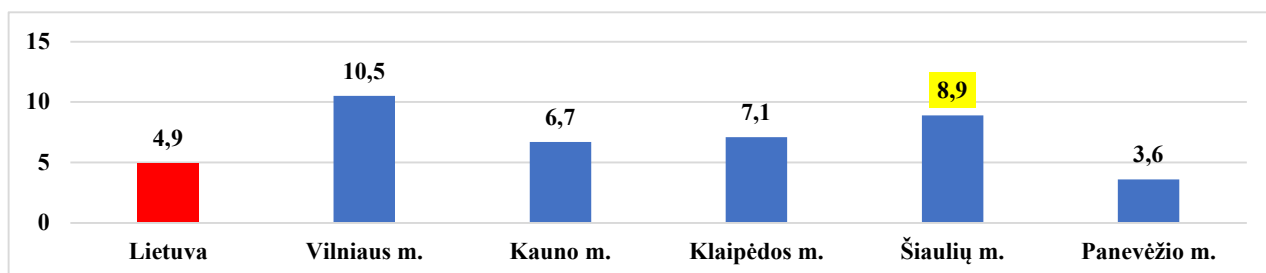
Statistiškai reikšmingai daugiau pensininkų (100,0 proc.) ir bedarbių (92,9 proc.) nei moksleivių (55,6 proc.) ir studentų (53,8 proc.) nerūkė elektroninių cigarečių per praėjusius metus. Daugiau moksleiviai (11,1 proc.) ir dirbantys respondantai (10,3 proc.) jas rūkė kasdien per paskutinius 12 mėn. (žr. 11 lentelę).

11 lentelė.

Elektroninių cigarečių rūkymo dažnis per paskutinius 12 mėn., lyginant pagal užsiėmimą (proc.)

Užsiėmimas \ Dažnis	Nerūkiu	Kasdien	Retkarčiais	Bent kartą
Dirbu	75,7	10,3	8,8	5,3
Bedarbis (-ė)	92,9	0,0	7,1	0,0
Studentas (-ė)	53,8	0,0	23,1	23,1
Moksleivis (-ė)	55,6	11,1	11,1	22,2
Pensininkas (-ė)	100,0	0,0	0,0	0,0

Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad Šiaulių miesto (8,9 proc.) gyventojų, kurie per praėjusius 12 mėn. kasdien rūkė elektronines cigaretes, dalis buvo didesnė už Lietuvos vidurkį (4,9 proc.). Už šiauliečius kasdien jas daugiau rūkė tik Vilniaus (10,5 proc.) miesto gyventojai (žr. 25 pav.).



25 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kurie per paskutinius 12 mėn. kasdien rūkė elektronines cigaretes, pasiskirstymas (proc.)

Respondentų buvo paklausta, kiek metų jie rūko elektronines cigaretes ar kitus panašius elektroninius įtaisus. Vidutiniškai šiauliečiai jas rūkė apie 6 metus. Trumpiausias elektroninių cigarečių rūkymo laikas - 1 metai, ilgiausias - apie 15 metų.

Apibendrinant atliktą analizę galima teigti, kad didesnė dalis vyresnių nei 65 m. + amžiaus dalyvių, vedusių ir išsiskyrusių, pensininkų nerūkė elektroninių cigarečių nei per paskutines 30 d., nei per paskutinius 12 mėn. Tuo tarpu daugiau 18 - 34 m. amžiaus respondentai, nevedę, dirbantys ir moksleiviai rūkė kasdien elektronines cigaretes ir per praėjusį mėnesį, ir per praėjusius metus. 2022 m. per paskutines 30 d. tiek šalyje, tiek didmiesčiuose ženkliai padidėjo elektroninių cigarečių vartojimas (išaugo nuo 3 iki 12 kartų). Šiaulių miesto gyventojų, kurie 2022 m. per praėjusias 30 d. ir per praėjusius 12 mėn. kasdien rūkė elektronines cigaretes, dalis buvo didesnė už Lietuvos vidurkį. Už šiauliečius kasdien ir per praėjusį mėnesį, ir praėjusius metus jas daugiau rūkė tik Vilniaus miesto gyventojai.

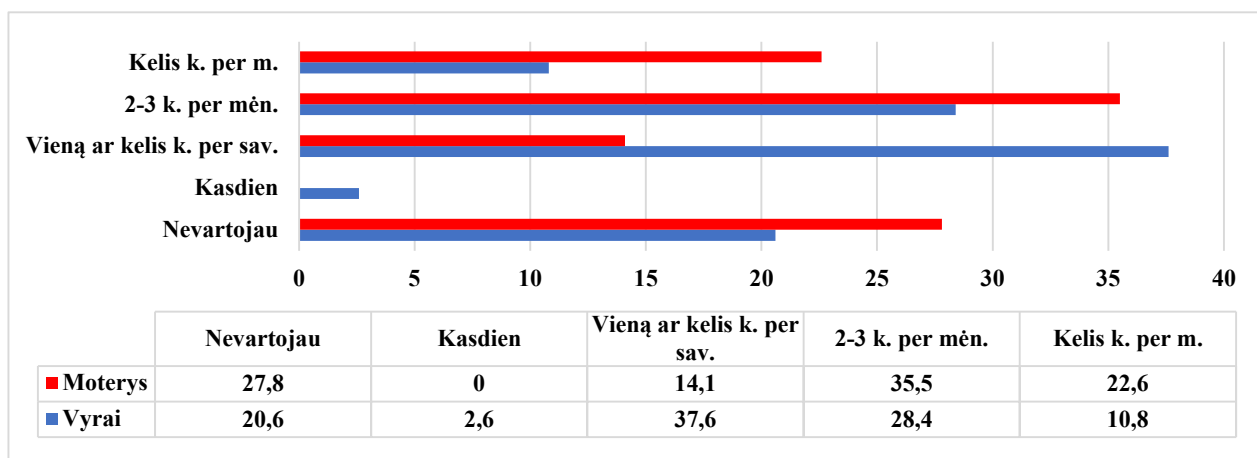
3.3 Alkoholio vartojimas

Alkoholis - vienas seniausių ir dažniausiai pasaulyje vartojamų narkotinių medžiagų. Jo vartojimas yra viena iš pačių didžiausių žmonijos problemų.

Tyrimo metu šiauliečiams buvo užduotas klausimas, ar jie vartojo alkoholinius gėrimus per praėjusį mėnesį ir praėjusius metus.

Didesnė dalis 18 - 24 m. amžiaus dalyvių, moksleivių, gaunančių 100 - 299 Eur vidutines mėnesio pajamas „į rankas“ nevartojo alkoholinių gėrimų nei per praėjusį mėnesį, nei per praėjusius metus. Tuo tarpu daugiau vyrai, dirbantys šiauliečiai gėrė alkoholinius gėrimus vieną ar kelis kartus per savaitę tiek per praėjusias 30 d., tiek per praėjusius 12 mėn.

Didesnė dalis moterų (22,6 proc.) nei vyrų (10,8 proc.) ($p < 0,05$) vartojo alkoholinius gėrimus tik kelis kartus per praėjusius metus. Tuo tarpu daugiau vyrai (37,6 proc.) nei moterys (14,1 proc.) ($p < 0,05$) per praėjusį mėnesį gėrė alkoholinius gėrimus vieną ar kelis kartus per savaitę. Tik vyrai (2,6 proc.) vartojo alkoholį ir kasdien (žr. 26 pav.).



26 pav. Vyrų ir moterų pasiskirstymas pagal alkoholinių gėrimų vartojimo dažnį per paskutines 30 d. (proc.)

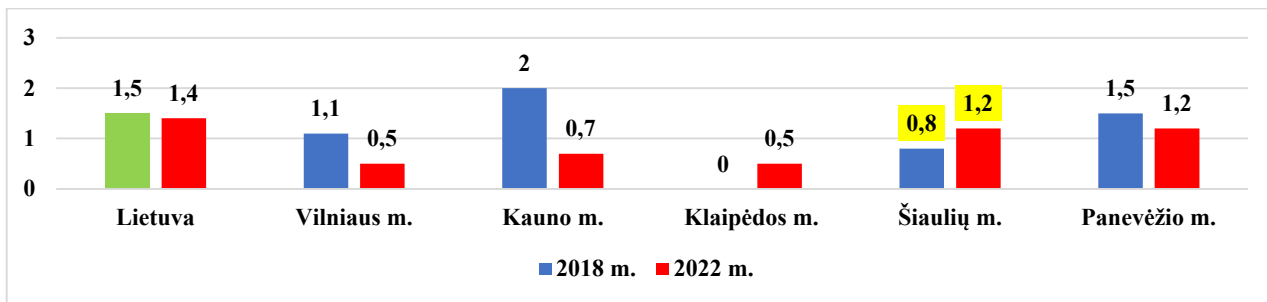
Statistiškai reikšmingai daugiau moksleivių (77,8 proc.) nei pensininkų (41,0 proc.), bedarbių (35,7 proc.), studentų (30,8 proc.) ir dirbančių respondentų (19,4 proc.) nevartojo alkoholinių gėrimų per praėjusį mėnesį. Daugiau dirbantys šiauriečiai (28,2 proc.) nei pensininkai (5,1 proc.) ($p < 0,05$) per praėjusias 30 d. gėrė alkoholinius gėrimus vieną ar kelis kartus per savaitę (žr. 12 lentelę).

12 lentelė.

Alkoholinių gėrimų vartojimo dažnis per paskutines 30 d., lyginant pagal užsiėmimą (proc.)

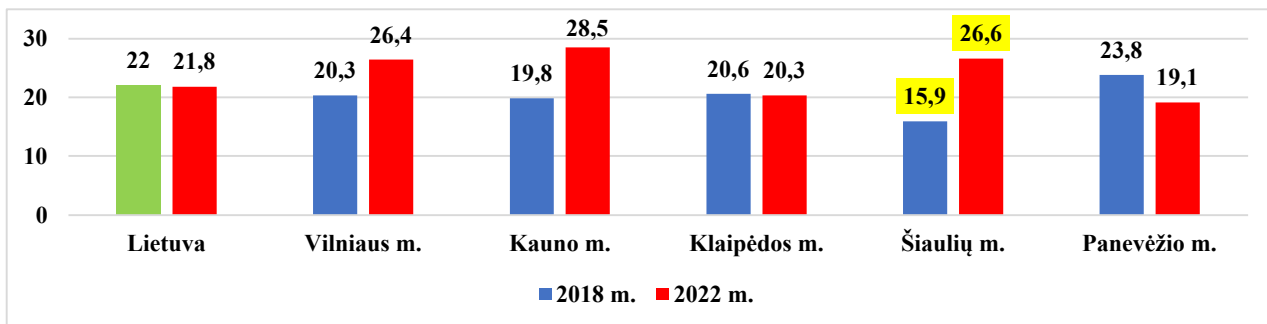
Užsiėmimas	Dažnis	Nevartojau	Kasdien	Vieną ar kelis k. per sav.	2-3 k. per mėn.	Kelis k. per metus
Dirbu		19,4	0,9	28,2	34,3	17,3
Bedarbis (-ė)		35,7	7,1	14,3	21,4	21,4
Studentas (-ė)		30,8	0,0	23,1	30,8	15,4
Moksleivis (-ė)		77,8	0,0	22,2	0,0	0,0
Pensininkas (-ė)		41,0	2,6	5,1	28,2	23,1

Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad Šiaulių miesto (1,2 proc.) gyventojų, kurie 2022 m. per praėjusias 30 d. kasdien gėrė alkoholinius gėrimus, dalis buvo mažesnė už Lietuvos vidurkį (1,4 proc.), tačiau didesnė už Kauno (0,7 proc.), Klaipėdos (0,5 proc.) ir Vilniaus (0,5 proc.) miestų vidurkius (žr. 27 pav.).



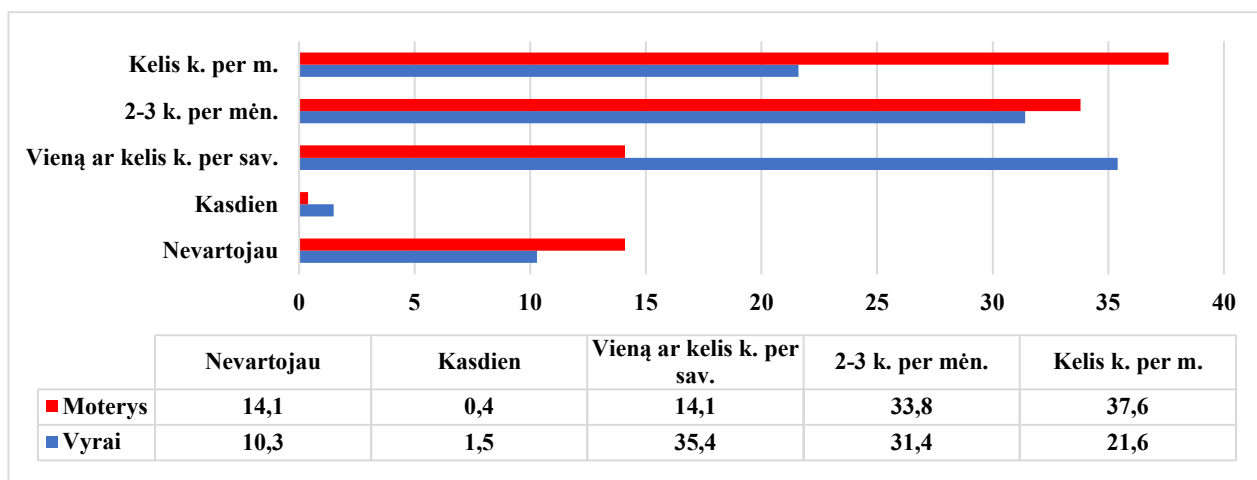
27 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kurie per paskutines 30 d. kasdien vartoja alkoholinius gėrimus, pasiskirstymas 2018 m. ir 2022 m. (proc.)

Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad Šiaulių miesto (26,6 proc.) gyventojų, kurie 2022 m. per praėjusias 30 d. kartą per savaitę ir dažniau gėrė alkoholinius gėrimus, dalis buvo didesnė už Lietuvos vidurkį (21,8 proc.). Už šiauliečius kelis kartus per savaitę alkoholi daugiau vartojo tik Kauno miesto (28,5 proc.) gyventojai (žr. 28 pav.).



28 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kurie per paskutines 30 d. kartą per sav. ir dažniau vartoja alkoholinius gėrimus, pasiskirstymas 2018 m. ir 2022 m. (proc.)

Didesnė dalis moterų (37,6 proc.) nei vyrų (21,6 proc.) ($p < 0,05$) vartoja alkoholinius gėrimus kelis kartus per praėjusius metus. Tuo tarpu daugiau vyrai (35,4 proc.) nei moterys (14,1 proc.) ($p < 0,05$) per praėjusius 12 mėn. gėrė alkoholinius gėrimus vieną ar kelis kartus per savaitę (žr. 29 pav.).



29 pav. Vyrų ir moterų pasiskirstymas pagal alkoholinių gėrimų vartojimo dažnį per paskutinius 12 mėn. (proc.)

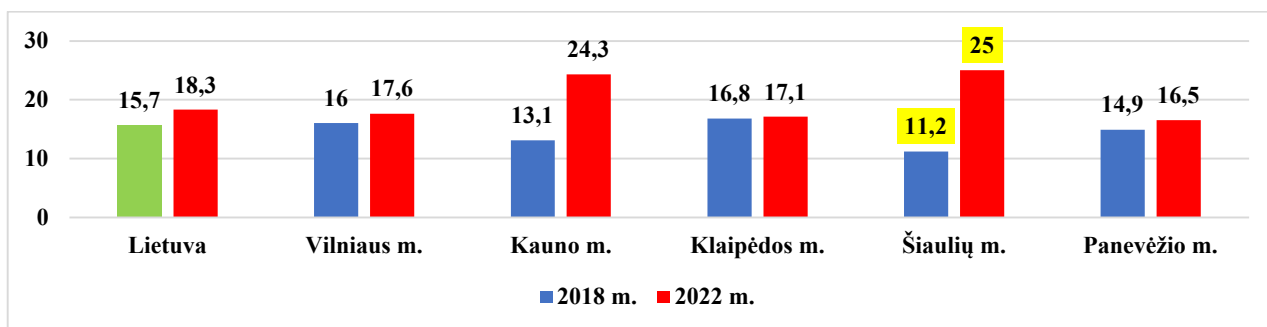
Statistiškai reikšmingai daugiau moksleivių (66,7 proc.) nei pensininkų (25,6 proc.), studentų (15,4 proc.), bedarbių (14,3 proc.) ir dirbančių respondentų (8,2 proc.) nevartojo alkoholinių gėrimų per praėjusį mėnesį. Daugiau dirbantys šiauliečiai (25,2 proc.) nei pensininkai (5,1 proc.) ($p < 0,05$) per praėjusius 12 mėn. gėrė alkoholinius gėrimus vieną ar kelis kartus per savaitę. Tik dirbantys respondentai (1,2 proc.) vartojo alkoholį ir kasdien (žr. 13 lentelę).

13 lentelė.

Alkoholinių gėrimų vartojimo dažnis per paskutinius 12 mėn., lyginant pagal užsiėmimą (proc.)

Užsiėmimas	Dažnis	Nevartuju	Kasdien	Vieną ar kelis k. per sav.	2-3 k. per mėn.	Kelis k. per metus
Dirbu		8,2	1,2	25,2	36,4	29,0
Bedarbis (-ė)		14,3	0,0	28,5	21,4	35,7
Studentas (-ė)		15,4	0,0	30,8	30,8	23,1
Moksleivis (-ė)		66,7	0,0	22,2	0,0	11,1
Pensininkas (-ė)		25,6	0,0	10,1	15,4	48,7

Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad Šiaulių miesto (25,0 proc.) gyventojų, kurie 2022 m. per praėjusius 12 mėn. kartą per savaitę ir dažniau gėrė alkoholinius gėrimus, dalis buvo didesnė ir už Lietuvos vidurkį (18,3 proc.), ir už kitų keturių didmiesčių vidurkius (žr. 30 pav.).



30 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kurie per paskutinius 12 mėn. kartą per sav. ir dažniau vartojo alkoholinius gėrimus, pasiskirstymas 2018 m. ir 2022 m. (proc.)

Apibendrinant atliktą analizę galima teigti, kad didesnė dalis 18 - 24 m. amžiaus dalyvių, moksleivių, gaunančių 100 - 299 Eur vidutinės mėnesio pajamas „į rankas“ nevartojo alkoholinių gėrimų nei per praėjusį mėnesį, nei per praėjusius metus. Tuo tarpu daugiau vyrai, dirbantys šiauliečiai gėrė alkoholinius gėrimus vieną ar kelis kartus per savaitę tiek per praėjusias 30 d., tiek per praėjusius 12 mėn. Šiaulių miesto gyventojų, kurie 2022 m. per praėjusias 30 d. kasdien gėrė alkoholinius gėrimus, dalis buvo mažesnė už Lietuvos vidurkį, tačiau didesnė už Kauno, Klaipėdos ir Vilniaus miestų vidurkius. Šiaulių miesto gyventojų, kurie 2022 m. per praėjusį mėnesį kartą per savaitę ir dažniau gėrė alkoholinius gėrimus, dalis didesnė už Lietuvos vidurkį. Už šiauliečius kelis kartus per savaitę alkoholį daugiau vartojo tik Kauno miesto gyventojai. Šiaulių miesto gyventojų,

kurie 2022 m. per praėjusius 12 mėn. kartą per savaitę ir dažniau gėrė alkoholinius gėrimus, dalis buvo didesnė ir už Lietuvos vidurkį, ir už kitų keturių didmiesčių vidurkius.

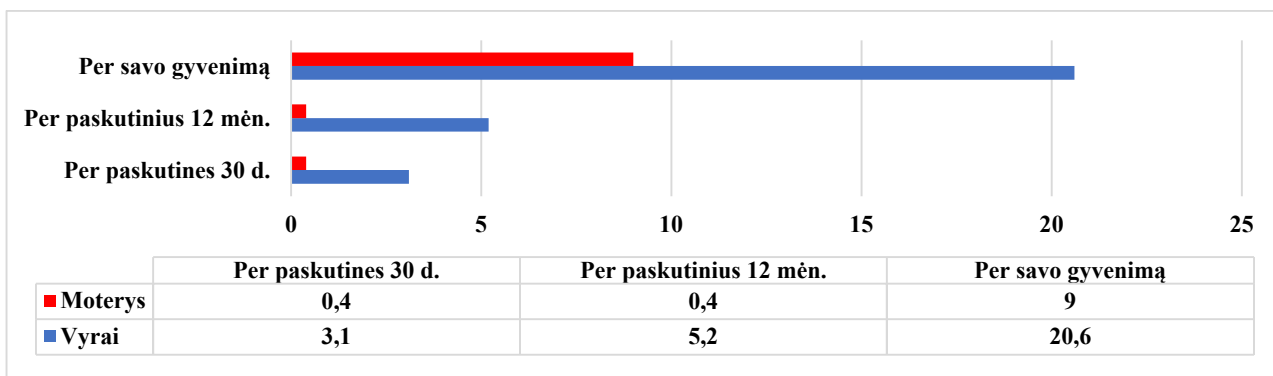
3.4 Narkotinių medžiagų vartojimas

Narkomanija - rimta visuomenės problema. Kiekvienais metais narkotikų vartojimas sukelia milijonus sunkių ligų ir traumų.

Šiauliečiams buvo užduotas klausimas, ar jie yra bent kartą vartoję narkotinių ar psichotropinių medžiagų be gydytojo paskyrimo.

Narkotines medžiagas daugiau vartojo vyrai, 18 - 34 m. amžiaus asmenys, nevedę apklausos dalyviai.

Statistiškai reikšmingai daugiau vyrai (3,1 proc.) nei moterys (0,4 proc.) vartojo narkotikus per praėjusias 30 d., taip pat daugiau vyrai (5,2 proc.) nei moterys (0,4 proc.) vartojo narkotines ar psichotropines medžiagas per paskutinius 12 mėn. bei per savo gyvenimą (vyrų vartojo 20,6 proc., o moterų - 9,0 proc.) (žr. 31 pav.).



31 pav. Vyrų ir moterų pasiskirstymas pagal narkotinių ar psichotropinių medžiagų vartojimo dažnį (proc.)

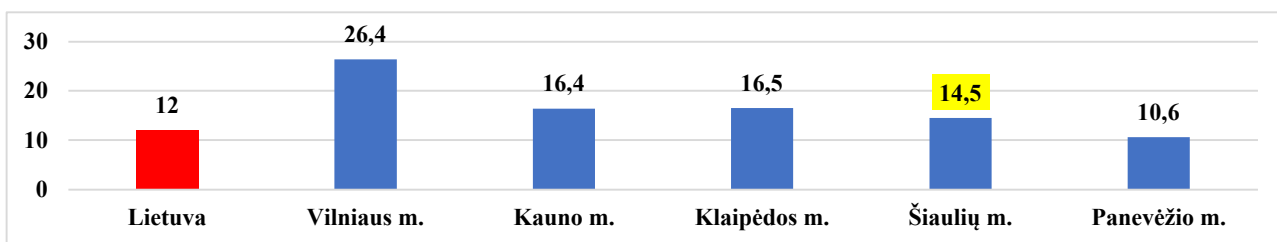
Daugiau nevedę (netekėjusios) (2,2 proc.) vartojo narkotikus per paskutines 30 d., taip pat daugiau šie dalyviai (4,8 proc.) vartojo narkotines medžiagas ir per paskutinius 12 mėn., bei daugiausia jų (23,9 proc.) vartojo narkotines ar psichotropines medžiagas ir per savo gyvenimą (žr. 14 lentelę).

14 lentelė.

Narkotinių ar psichotropinių medžiagų vartojimo dažnis, lyginant pagal šeimyninę padėtį (proc.)

Šeimyninė padėtis	Dažnis	Per paskutines 30 d.	Per paskutinius 12 mėn.	Per savo gyvenimą
Vedęs (ištekėjusi)		1,9	1,9	10,9
Nevedęs (netekėjusi)		2,2	4,8	23,9
Išsiskyręs (-usi)		0,0	4,3	21,4
Našlys (-ė)		0,0	0,0	3,7

Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad Šiaulių miesto (14,5 proc.) gyventojų, kurie per savo gyvenimą bent kartą vartojo narkotinių ar psichotropinių medžiagų, dalis buvo didesnė už Lietuvos vidurkį (12,0 proc.), tačiau mažesnė už Vilniaus (26,4 proc.), Klaipėdos (16,5 proc.) ir Kauno (16,4 proc.) miestų vidurkius (žr. 32 pav.).



32 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kurie per savo gyvenimą bent kartą vartojo narkotinių ar psichotropinių medžiagų be gydytojo paskyrimo, pasiskirstymas (proc.)

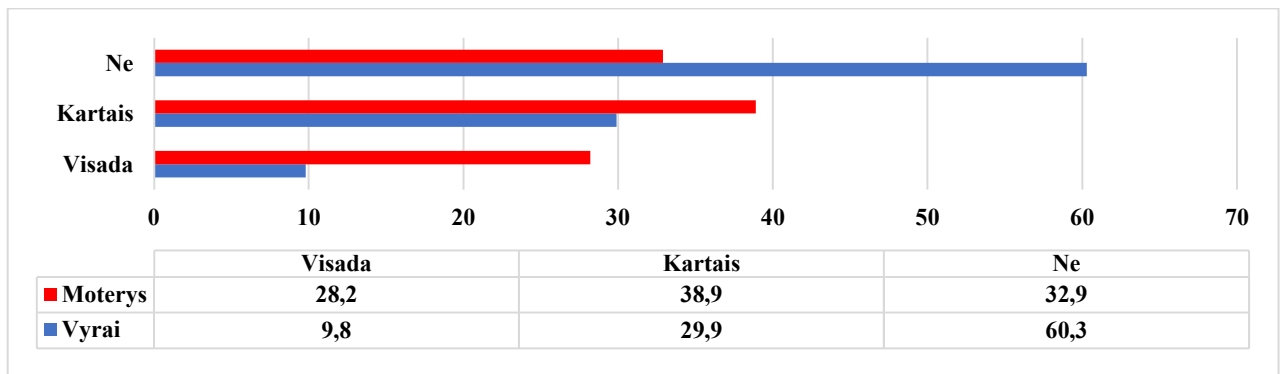
Apibendrinant atliktą analizę galima teigti, kad narkotines medžiagas per praėjusias 30 d., per paskutinius 12 mėn. bei per savo gyvenimą daugiau vartojo vyrai, 18 - 34 m. amžiaus asmenys, nevedę apklausos dalyviai. Šiaulių miesto gyventojų, kurie per savo gyvenimą bent kartą vartojo narkotinių ar psichotropinių medžiagų, dalis buvo didesnė už Lietuvos vidurkį, tačiau mažesnė už Vilniaus, Klaipėdos ir Kauno miestų vidurkius.

3.5 Saugumas kelyje

Atšvaitas - tai efektyvi asmens vizualioji saugumo priemonė, kuri padeda būti pastebėtiems laiku ir apsisaugoti nuo nelaimingų eismo įvykių.

Tyrimo duomenys atskleidė, kad tik beveik kas penktas apklausos dalyvis būdamas lauke tamsiu paros metu visada nešiojo atšvaitą, kas trečias jį turėjo tik kartais. Daugiau vyrai, 18 - 24 m. amžiaus asmenys, moksleiviai, nevedę apklausos dalyviai nenešiojo atšvaito lauke tamsiu paros metu. Tuo tarpu daugiau moterys, 55 m. + asmenys, pensininkai būdami lauke tamsiu paros metu visada nešiojo atšvaitą.

Didesnė dalis moterų (28,2 proc.) nei vyrų (9,8 proc.) ($p < 0,05$) visada tamsiu paros metu būdamos lauke nešiojo atšvaitą, o tuo tarpu daugiau vyrų (60,3 proc.) nei moterų (32,9 proc.) - jo nenešiojo (žr. 33 pav.).



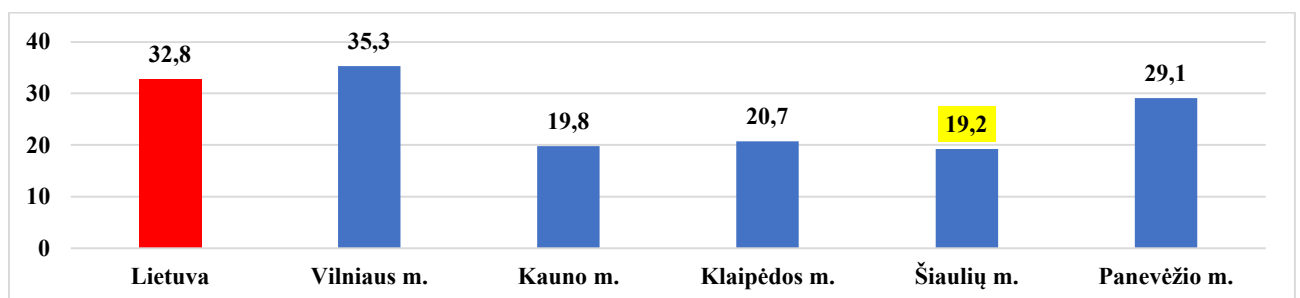
33 pav. Vyrų ir moterų pasiskirstymas pagal tai, ar jie būdami lauke tamsiu paros metu nešiojo atšvaitą (proc.)

Daugiau 75 - 84 m. (46,2 proc.), 55 - 64 m. (35,8 proc.), 35 - 44 m. (20,0 proc.), 65 - 74 m. (19,2 proc.), 45 - 54 m. (18,2 proc.) ir 25 - 34 m. (16,1 proc.) amžiaus respondentai nei 18 - 24 m. (4,5 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus respondentai visada tamsiu paros metu būdami lauke nešiojo atšvaitus (žr. 15 lentelę).

**15 lentelė.
Atšvaitų nešiojimo dažnis būnant lauke tamsiu paros metu, lyginant pagal amžiaus grupes (proc.)**

Amžius	Dažnis	Visada	Kartais	Ne
18-24 m.		4,5	22,7	72,7
25-34 m.		16,1	33,9	50,0
35-44 m.		20,0	41,1	38,9
45-54 m.		18,2	44,3	37,5
55-64 m.		35,8	30,2	34,0
65-74 m.		19,2	26,9	53,8
75-84 m.		46,2	15,4	38,5
85 m. +		50,0	50,0	0,0

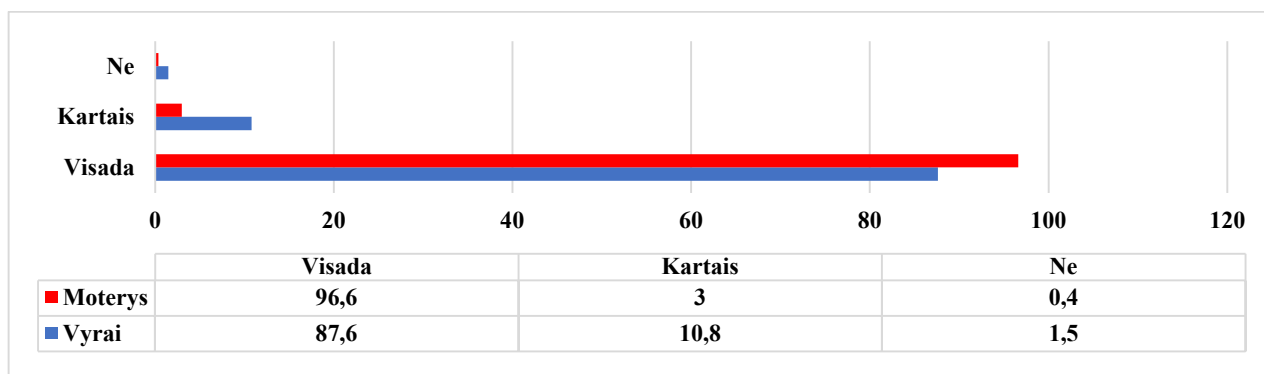
Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad Šiaulių miesto (19,2 proc.) gyventojų, kurie visada tamsiu paros metu būdami lauke nešiojo atšvaitus, dalis buvo mažesnė ir už Lietuvos vidurkį (32,8 proc.), ir už kitų keturių didmiesčių vidurkius (žr. 34 pav.).



34 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kurie visada tamsiu paros metu būdami lauke nešiojo atšvaitus, pasiskirstymas (proc.)

Respondentų buvo paklausta, ar jie segi saugos diržą važiuodami automobiliu. Didžioji dauguma (92,5 proc.) apklaustųjų atsakė, kad visada segi saugos diržą. Daugiau moterų, aukštąjį universitetinį išsilavinimą turintys respondentai visada segėjo saugos diržą važiuodami automobiliu.

Didesnė dalis moterų (96,6 proc.) nei vyrų (87,6 proc.) ($p < 0,05$) visada segėjo saugos diržą, kai tuo tarpu daugiau vyrų (10,8 proc.) nei moterų (3,0 proc.) važiuodami automobiliu segėjo saugos diržą tik kartais (žr. 35 pav.).



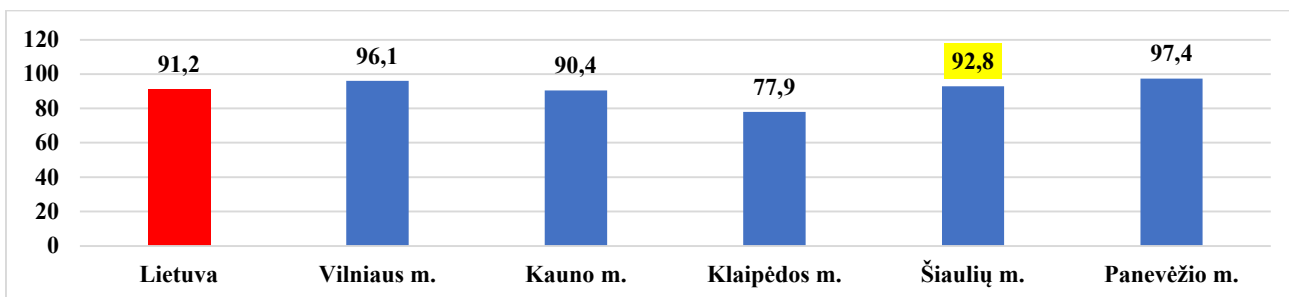
35 pav. Vyrų ir moterų pasiskirstymas pagal tai, ar jie segėjo saugos diržą važiuodami automobiliu (proc.)

Statistiškai reikšmingai daugiau spec. vidurinį (100,0 proc.) ir aukštąjį universitetinį (93,8 proc.) išsilavinimą turintys dalyviai nei pagrindinį (78,3 proc.) ir pradinį (71,4 proc.) išsilavinimą turintys dalyviai visada segėjo saugos diržą važiuodami automobiliu (žr. 16 lentelę).

16 lentelė. Saugos diržo segėjimo dažnis važiuojant automobiliu, lyginant pagal išsilavinimą (proc.)

Išsilavinimas \ Dažnis	Visada	Kartais	Ne
Pradinis	71,4	14,3	14,3
Pagrindinis	78,3	21,7	0,0
Vidurinis	92,7	6,1	1,2
Spec. vidurinis	100,0	0,0	0,0
Aukštesnysis	91,9	8,1	0,0
Aukštasis koleginiis	91,9	6,8	1,4
Aukštasis universitetinis	93,8	5,4	0,8

Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad Šiaulių miesto (92,8 proc.) gyventojų, kurie visada segėjo saugos diržą važiuodami automobiliu, dalis buvo didesnė už Lietuvos vidurkį (91,2 proc.). Už šiauliečius dažniau saugos diržus segėjo Panevėžio (97,4 proc.) ir Vilniaus (96,1 proc.) miestų gyventojai (žr. 36 pav.).



36 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kurie visada segėjo saugos diržą važiuodami automobiliu, pasiskirstymas (proc.)

Respondentų buvo paklausta, ar jie važiuodami dviračiu dėvi šalną. Tik labai maža dalis (4,2 proc.) apklaustųjų visada dėvėjo šalną. Daugiau 18 - 44 m. amžiaus respondentai, nevedę, vedę, išsiskybę apklausos dalyviai, moksleiviai, studentai, dirbantys asmenys nedėvėjo šalmo važinėdami dviračiu. Tuo tarpu daugiau 65 m. + amžiaus respondentai, našliai, pensininkai nevažinėjo dviračiu.

Daugiau 35 - 44 m. (68,9 proc.), 25 - 34 m. (64,3 proc.), 18 - 24 m. (63,6 proc.) amžiaus respondentai nei 55 - 64 m. (32,1 proc.), 75 - 84 m. (23,1 proc.), 65 - 74 m. (7,7 proc.) (p<0,05) amžiaus respondentai nedėvėjo šalmo važinėdami dviračiu. Statistiškai reikšmingai daugiau 65 - 74 m. (88,5 proc.) ir 75 - 84 m. (76,9 proc.) amžiaus dalyviai nei 25 - 34 m. (26,8 proc.), 35 - 44 m. (25,6 proc.), 18 - 24 m. (18,2 proc.) amžiaus dalyviai nevažinėjo dviračiu (žr. 17 lentelę).

17 lentelė. Respondentų šalmo dėvėjimo dažnis važinėjant dviračiu, lyginant pagal amžiaus grupes (proc.)

Amžius \ Dažnis	Visada	Kartais	Ne	Nevažinėju dviračiu
18-24 m.	6,8	11,4	63,6	18,2
25-34 m.	2,7	6,3	64,3	26,8
35-44 m.	1,1	4,4	68,9	25,6
45-54 m.	4,5	5,7	45,5	44,3
55-64 m.	0,0	9,4	32,1	58,5
65-74 m.	3,8	0,0	7,7	88,5
75-84 m.	0,0	0,0	23,1	76,9
85 m. +	0,0	0,0	0,0	100,0

Statistiškai reikšmingai daugiau nevedę (netekėjusios) (64,1 proc.), vedę (ištekėjusios) (52,8 proc.) ir išsiskybę (47,6 proc.) nei našliai (14,8 proc.) nedėvėjo šalmo važinėdami dviračiu. Tuo tarpu daugiau našliai (81,5 proc.) nei išsiskybę (45,2 proc.), vedę (ištekėjusios) (38,6 proc.) ir nevedę (netekėjusios) (23,9 proc.) (p<0,05) nevažinėjo dviračiu (žr. 18 lentelę).

18 lentelė.
Respondentų šalmo dėvėjimo dažnis važinėjant dviračiu, lyginant pagal šeimyninę padėtį (proc.)

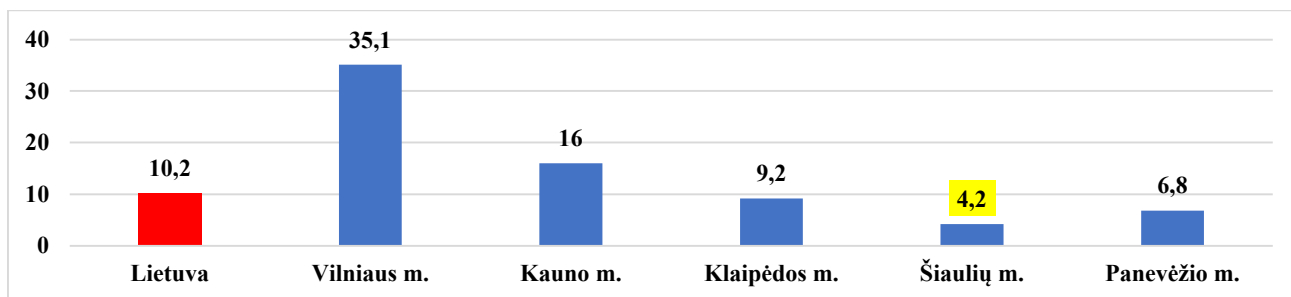
Šeimyninė padėtis	Dažnis	Visada	Kartais	Ne	Nevažinėju dviračiu
Vedęs (ištekėjusi)		1,9	6,7	52,8	38,6
Nevedęs (netekėjusi)		6,5	5,4	64,1	23,9
Išsiskyręs (-usi)		0,0	7,1	47,6	45,2
Našlys (-ė)		3,7	0,0	14,8	81,5

Daugiau moksleiviai (66,7 proc.), studentai (61,5 proc.), dirbantys respondentai (57,8 proc.) ir bedarbiai (42,9 proc.) nei pensininkai (12,8 proc.) ($p < 0,05$) nedėvėjo šalmo važinėdami dviračiu. Statistiškai reikšmingai daugiau pensininkų (84,6 proc.) nei bedarbių (50,0 proc.), dirbančių respondentų (33,7 proc.), studentų (23,1 proc.) ir moksleivių (11,1 proc.) nevažinėjo dviračiu (žr. 19 lentelę).

19 lentelė.
Respondentų šalmo dėvėjimo dažnis važinėjant dviračiu, lyginant pagal užsiėmimą (proc.)

Užsiėmimas	Dažnis	Visada	Kartais	Ne	Nevažinėju dviračiu
Dirbu		2,3	6,2	57,8	33,7
Bedarbis (-ė)		0,0	7,1	42,9	50,0
Studentas (-ė)		7,7	7,7	61,5	23,1
Moksleivis (-ė)		11,1	11,1	66,7	11,1
Pensininkas (-ė)		2,6	0,0	12,8	84,6

Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad Šiaulių miesto (4,2 proc.) gyventojų, kurie visada dėvėjo šalną važiuodami dviračiu, dalis buvo mažesnė ir už Lietuvos vidurkį (10,2 proc.), ir už kitų keturių didmiesčių vidurkius (žr. 37 pav.).



37 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kurie visada dėvėjo šalną važiuodami dviračiu, pasiskirstymas (proc.)

Apibendrinant atliktą analizę galima teigti, kad daugiau vyrai, 18 - 24 m. amžiaus asmenys, moksleiviai, nevedę apklausos dalyviai nenešiojo atšvaito lauke tamsiu paros metu. Daugiau moterys, 55 m. + asmenys, pensininkai būdami lauke tamsiu paros metu visada nešiojo atšvaitą. Šiaulių miesto gyventojų, kurie visada tamsiu paros metu būdami lauke nešiojo atšvaitus, dalis buvo mažesnė ir už

Lietuvos vidurkį, ir už kitų keturių didmiesčių vidurkius. Daugiau moterys, aukštąjį universitetinį išsilavinimą turintys respondentai visada segėjo saugos diržą važiuodami automobiliu. Šiaulių miesto gyventojų, kurie visada segėjo saugos diržą važiuodami automobiliu, dalis buvo didesnė už Lietuvos vidurkį. Už šiauliečius dažniau saugos diržus segėjo Panevėžio ir Vilniaus miestų gyventojai. Daugiau 18 - 44 m. amžiaus respondentai, nevedę, vedę, išsiskyrę apklausos dalyviai, moksleiviai, studentai, dirbantys asmenys nedėvėjo šalmo važinėdami dviračiu. Daugiau 65 m. + amžiaus respondentai, našliai, pensininkai nevažinėjo dviračiu. Šiaulių miesto gyventojų, kurie visada dėvėjo šalmą važiuodami dviračiu, dalis buvo mažesnė ir už Lietuvos vidurkį, ir už kitų keturių didmiesčių vidurkius.

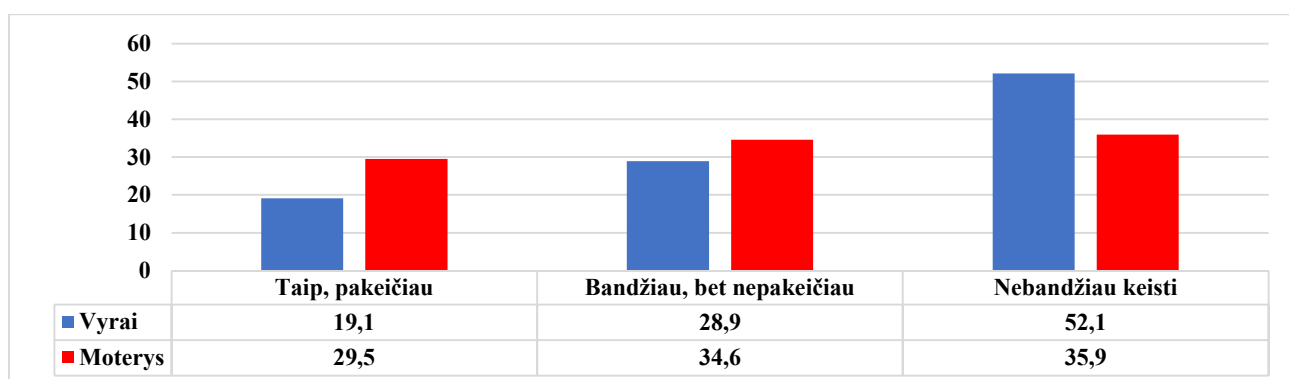
4. Gyvensenos įpročių keitimas

Pastebima, kad pasaulio ekonomikai ir technologijoms vystantis į priekį, žmonės tampa labiau užimti darbais, nuolat skuba, todėl vis dažniau vartoja „greitą“ maistą. Daug žmonių, naujausių technologijų atsiradimo dėka, didžiąją dalį savo laiko leidžia fiziškai pasyviai, todėl per mažai juda. Žalingi įpročiai yra plačiai paplitę ir toliau plinta, juos turinčių asmenų amžius vis jaunėja.

Šiauliečių buvo klausama, ar jie per paskutinius 12 mėn. bandė pakeisti savo gyvenseną: pradėjo sveikiau maitintis, tapo fiziškai aktyvesni, mažiau rūkė ar mažiau vartojo alkoholio.

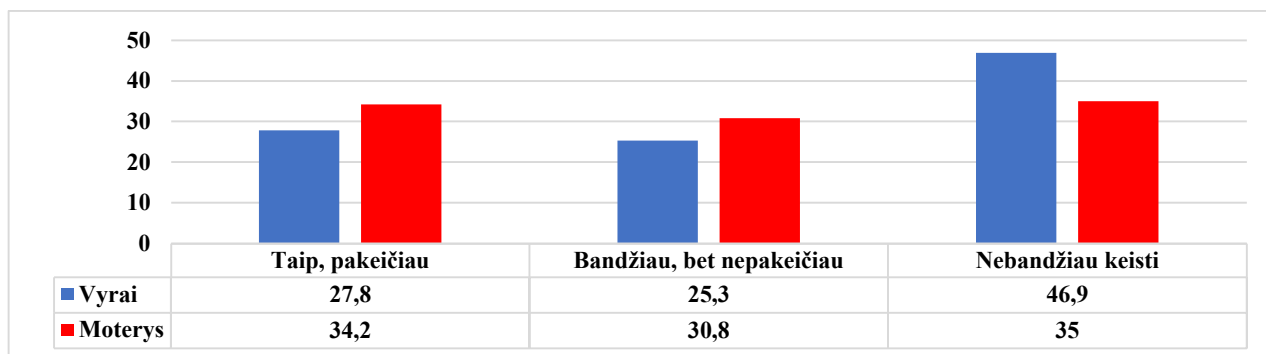
Tyrimo duomenimis ketvirtadalis apklaustųjų pradėjo sveikiau maitintis, daugiau nei trečdalis tapo fiziškai aktyvesni. Kas šeštas apklaustasis mažiau vartojo alkoholinių gėrimų ar mažiau rūkė. Daugiau moterys, 18 - 44 m. amžiaus dalyviai, dirbantys šiauliečiai pradėjo sveikiau maitintis.

Statistiškai reikšmingai daugiau moterų (29,5 proc.) nei vyrų (19,1 proc.) per paskutinius 12 mėn. pradėjo sveikiau maitintis, o tuo tarpu daugiau vyrai (52,1 proc.) nei moterys (35,9 proc.) nebandė keisti savo mitybos (žr. 38 pav.).



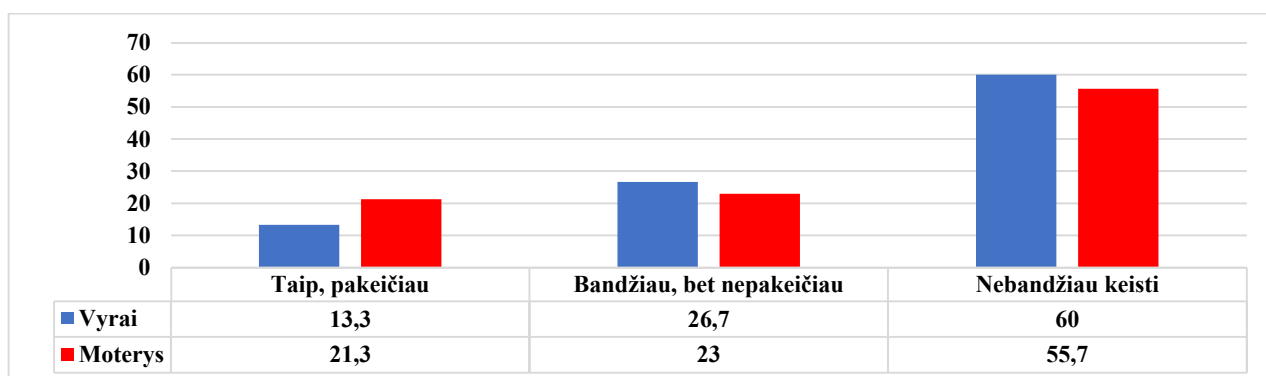
38 pav. Vyrų ir moterų pasiskirstymas pagal tai, kaip jie per paskutinius 12 mėn. pradėjo sveikiau maitintis (proc.)

Per praėjusius metus daugiau 18 - 44 m. amžiaus dalyviai, studentai, moksleiviai nurodė tapę fiziškai aktyvesniais. Daugiau vyrų (46,9 proc.) nei moterų (35,0 proc.) tvirtino nebandę tapti fiziškai aktyvesniais (žr. 39 pav.).



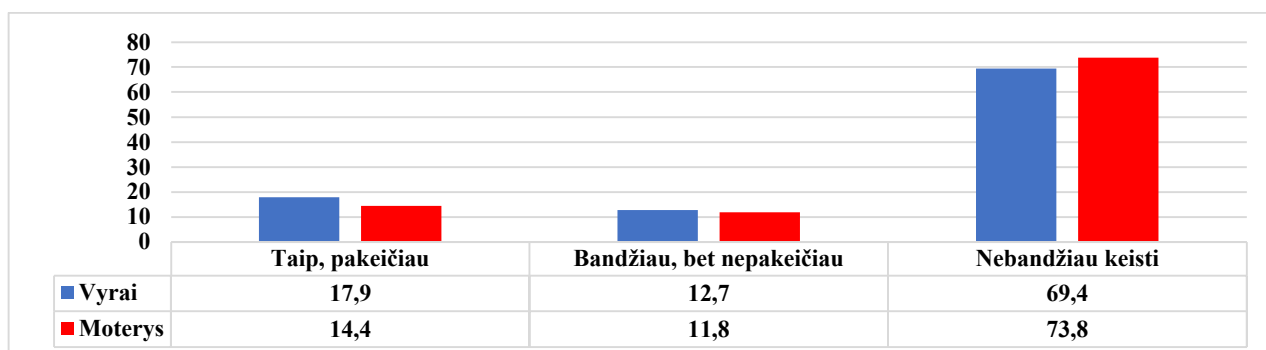
39 pav. Vyrų ir moterų pasiskirstymas pagal tai, kaip jie per paskutinius 12 mėn. tapo fiziškai aktyvesni (proc.)

Per paskutinius 12 mėn. tvirtino mažiau rūkė 16,3 proc. respondentų (13,3 proc. vyrų ir 21,3 proc. moterų). Bandė tai daryti, bet nesėkmingai 26,7 proc. vyrų ir 23,0 proc. moterų (žr. 40 pav.).



40 pav. Vyrų ir moterų pasiskirstymas pagal tai, kaip jie per paskutinius 12 mėn. mažiau rūkė (proc.)

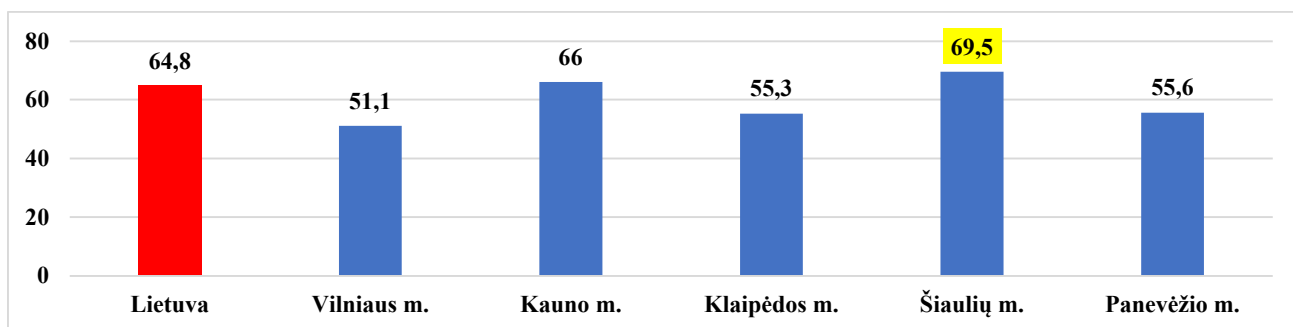
Per praėjusius metus mažiau vartojo alkoholio 16,1 proc. šiauliėčių (17,9 proc. vyrų ir 14,4 proc. moterų). Bandė tai daryti, bet nesėkmingai 12,7 proc. vyrų ir 11,8 proc. moterų (žr. 41 pav.).



41 pav. Vyrų ir moterų pasiskirstymas pagal tai, kaip jie per paskutinius 12 mėn. mažiau vartojo alkoholio (proc.)

Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad Šiaulių miesto (69,5 proc.) gyventojų, kurie per paskutinius 12 mėn. bandė keisti savo gyvenimą, bet

nepakeitė, dalis buvo didesnė ir už Lietuvos vidurkį (64,8 proc.), ir už kitų keturių didmiesčių vidurkius (žr. 42 pav.).



42 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kurie per paskutinius 12 mėn. bandė keisti savo gyvenimą, bet nepakeitė, pasiskirstymas (proc.)

Apibendrinant atliktą analizę galima teigti, kad ketvirtadalis apklaustųjų pradėjo sveikiau maitintis, daugiau nei trečdalis tapo fiziškai aktyvesni. Kas šeštas apklaustasis mažiau vartojo alkoholinių gėrimų ir mažiau rūkė. Daugiau moterys, 18 - 44 m. amžiaus dalyviai, dirbantys šiauliečiai pradėjo sveikiau maitintis. Per praėjusius metus daugiau 18 - 44 m. amžiaus dalyviai, studentai, moksleiviai nurodė tapę fiziškai aktyvesniais. Šiaulių miesto gyventojų, kurie per paskutinius 12 mėn. bandė keisti savo gyvenimą, bet nepakeitė, dalis buvo didesnė ir už Lietuvos vidurkį, ir už kitų keturių didmiesčių vidurkius.

5. Gyvenimo kokybės, sveikatos, laimingumo vertinimas, prislėgta nuotaika, artimi žmonės, ilgalaikės sveikatos problemos

Apklauskos metu šiauliečių buvo paprašyta įvertinti savo gyvenimo kokybę. Daugiau jaunesni, turintys aukštąjį išsilavinimą respondentai, nevedę/netekėjusios, vedę/ištekėjusios, studentai, moksleiviai, dirbantys asmenys, gaunantys 700 Eur ir daugiau „į rankas“ šiauliečiai savo gyvenimo kokybę įvertino kaip labai gerą ar gerą. Pagyvenę apklauskos dalyviai, turintys pradinį išsilavinimą, našliai, pensininkai ir gaunantys nuo 100 Eur iki 299 Eur „į rankas“ šiauliečiai manė, kad jų gyvenimo kokybė - patenkinama.

Daugiau nei du trečdaliai apklaustųjų manė, kad jų gyvenimo kokybė yra labai gera ar gera, daugiau nei trečdalis - patenkinama.

Didesnė dalis 35 - 44 m. (85,6 proc.), 25 - 34 m. (84,8 proc.), 18 - 24 m. (84,1 proc.) ir 45 - 54 m. (78,4 proc.) amžiaus dalyvių nei 65 - 74 m. (46,2 proc.), 75 - 84 m. (38,5 proc.) ir 85+ m. (0,0 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus dalyvių savo gyvenimo kokybę įvertino kaip labai gerą ar gerą. Statistiškai reikšmingai daugiau 55 - 84 m. amžiaus šiauliečiai nei 18 - 54 m. amžiaus šiauliečiai manė, kad jų gyvenimo kokybė - tik patenkinama (žr. 20 lentelę).

20 lentelė.

**Respondentų atsakymų į klausimą „Kaip Jūs vertinate savo gyvenimo kokybę?“
pasiskirstymas, lyginant pagal amžiaus grupes (proc.)**

Amžius \ Gyvenimo kokybė	L. gera ir gera	Patenkinama	L. bloga ir bloga
18-24 m.	84,1	9,1	6,8
25-34 m.	84,8	15,2	0,0
35-44 m.	85,6	13,3	1,1
45-54 m.	78,4	19,3	2,3
55-64 m.	62,3	39,6	1,9
65-74 m.	46,2	42,3	11,5
75-84 m.	38,5	53,8	7,7
85 m. +	0,0	50,0	50,0

Statistiškai reikšmingai daugiau nevedę (netekėjusios) (81,6 proc.), vedę (ištekęsios) (78,7 proc.) ir išsiskyre (69,0 proc.) nei našliai (44,4 proc.) savo gyvenimo kokybę įvertino kaip labai gerą ar gerą. Daugiau našliai (40,7 proc.) gyvenimo kokybę vertino tik patenkinamai, o dalis jų (14,8 proc.) - net blogai (žr. 21 lentelę).

21 lentelė.

**Respondentų atsakymų į klausimą „Kaip Jūs vertinate savo gyvenimo kokybę?“
pasiskirstymas, lyginant pagal šeimyninę padėtį (proc.)**

Šeimyninė padėtis \ Gyvenimo kokybė	L. gera ir gera	Patenkinama	L. bloga ir bloga
Vedęs (ištekęs)	78,7	20,6	0,7
Nevedęs (netekęs)	81,6	15,2	3,3
Išsiskyres (-usi)	69,0	23,8	7,1
Našlys (-ė)	44,4	40,7	14,8

Statistiškai reikšmingai daugiau aukštąjį kolegini (87,8 proc.), aukštąjį universitetinį (84,6 proc.), vidurinį (75,7 proc.), pagrindinį (72,6 proc.) ir aukštesnįjį (70,9 proc.) išsilavinimą turintys dalyviai nei spec. vidurinį (48,0 proc.) ir pradinį (28,6 proc.) išsilavinimą turintys dalyviai savo gyvenimo kokybę įvertino kaip labai gerą ar gerą. Daugiau spec. vidurinį (46,0 proc.) ir pradinį (42,9 proc.) spec. vidurinį (48,0 proc.) išsilavinimą turinčių respondentų nei aukštesnius išsilavinimus turintys respondentai gyvenimo kokybę vertino patenkinamai, o 28,6 proc. pradinį išsilavinimą turinčių šiauliečių ją vertino blogai. (žr. 22 lentelę).

22 lentelė.

**Respondentų atsakymų į klausimą „Kaip Jūs vertinate savo gyvenimo kokybę?“
pasiskirstymas, lyginant pagal išsilavinimą (proc.)**

Išsilavinimas – Gyvenimo kokybė	L. gera ir gera	Patenkinama	L. bloga ir bloga
Pradinis	28,6	42,9	28,6
Pagrindinis	72,6	8,7	8,7
Vidurinis	75,7	20,7	3,7
Spec. vidurinis	48,0	46,0	6,0
Aukštesnysis	70,9	25,8	3,2
Aukštasis koleginis	87,8	12,2	0,0
Aukštasis universitetinis	84,6	15,4	0,0

Statistiškai reikšmingai daugiau studentų (92,3 proc.), moksleivių (88,8 proc.), dirbančių asmenų (81,2 proc.) nei pensininkų (38,5 proc.) gyvenimo kokybę įvertino kaip labai gerą ar gerą. Daugiau pensininkai (48,7 proc.) gyvenimo kokybę vertino patenkinamai (žr. 23 lentelę).

23 lentelė.

**Respondentų atsakymų į klausimą „Kaip Jūs vertinate savo gyvenimo kokybę?“
pasiskirstymas, lyginant pagal užsiėmimą (proc.)**

Užsiėmimas – Gyvenimo kokybė	L. gera ir gera	Patenkinama	L. bloga ir bloga
Dirbu	81,2	17,9	0,9
Bedarbis (-ė)	50,0	35,7	14,3
Studentas (-ė)	92,3	7,7	0,0
Moksleivis (-ė)	88,8	0,0	11,1
Pensininkas (-ė)	38,5	48,7	12,8

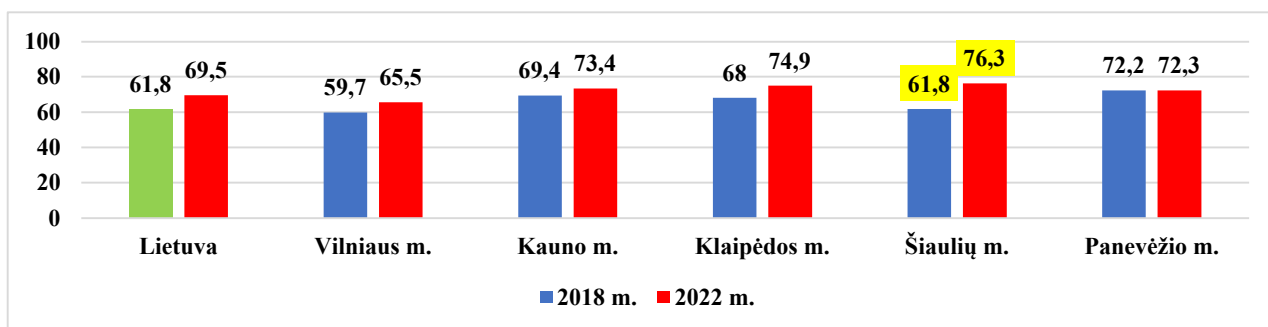
Didesne dalis respondentų, gaunančių 700 Eur ir daugiau (84,0 proc.), 500 - 699 Eur (75,4 proc.) ir 300 - 399 Eur (72,4 proc.) vidutines mėnesio pajamas „į rankas“ nei respondentų, gaunančių 100 - 299 Eur (29,2 proc.) ($p < 0,05$) vidutines mėnesio pajamas, gyvenimo kokybę įvertino kaip labai gerą ar gerą. Daugiau šiauliečiai, gaunantys 100 - 299 Eur (50,0 proc.) vidutines mėnesio pajamas „į rankas“, gyvenimo kokybę vertino patenkinamai, o dalis jų (20,8 proc.) - net blogai (žr. 24 lentelę).

24 lentelė.

**Respondentų atsakymų į klausimą „Kaip Jūs vertinate savo gyvenimo kokybę?“
pasiskirstymas, lyginant pagal vidutines mėnesio pajamas (proc.)**

Pajamos – Gyvenimo kokybė	L. gera ir gera	Patenkinama	L. bloga ir bloga
Mažiau nei 100 Eur	66,7	33,0	0,0
100-299 Eur	29,2	50,0	20,8
300-399 Eur	72,4	24,1	3,4
400-499 Eur	70,2	27,7	2,1
500-699 Eur	75,4	21,9	2,6
700 Eur ir daugiau	84,0	15,0	1,0

Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad Šiaulių miesto (76,3 proc.) gyventojų, kurie savo gyvenimo kokybę vertino kaip gerą ir labai gerą, dalis 2022 m., buvo didesnė ir už Lietuvos vidurkį (69,5 proc.), ir už kitų keturių didmiesčių vidurkius (žr. 43 pav.).



43 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kurie savo gyvenimo kokybę vertino kaip gerą ir labai gerą, pasiskirstymas 2018 m. ir 2022 m. (proc.)

Apklausoje metu respondentų buvo prašoma įvertinti savo dabartinę sveikatos būklę. Daugiau jaunesni, turintys aukštąjį išsilavinimą respondentai, nevedę/netekėjusios, vedę/ištekėjusios, studentai, moksleiviai, dirbantys asmenys, gaunantys nuo 300 Eur iki 700 Eur ir daugiau vidutinės mėnesio pajamas „į rankas“ šiauriečiai savo sveikatos būklę įvertino kaip labai gerą ar gerą. Pagyvenę apklausoje dalyviai, turintys pradinį išsilavinimą, našliai, pensininkai ir gaunantys nuo 100 Eur iki 299 Eur „į rankas“ šiauriečiai manė, kad jų sveikatos būklė – patenkinama.

Daugiau nei du trečdaliai apklaustųjų manė, kad jų dabartinė sveikatos būklė yra labai gera ar gera, daugiau nei trečdalis - patenkinama.

Didesnė dalis 25 - 34 m. (81,3 proc.), 18 - 24 m. (79,6 proc.) ir 35 - 44 m. (73,3 proc.) amžiaus dalyvių nei 65 - 74 m. (46,1 proc.), 55 - 64 m. (41,5 proc.) ir 75 - 84 m. (15,4 proc.) (p<0,05) amžiaus dalyvių savo dabartinę sveikatos būklę įvertino kaip labai gerą ar gerą. Statistiškai reikšmingai daugiau 55 m. + amžiaus šiauriečiai nei 18 - 44 m. amžiaus šiauriečiai manė, kad jų sveikatos būklė - patenkinama (žr. 25 lentelę).

25 lentelė.
Respondentų atsakymų į klausimą „Kaip Jūs vertinate dabartinę savo sveikatos būklę?“ pasiskirstymas, lyginant pagal amžiaus grupes (proc.)

Amžius \ Sveikatos būklė	L. gera ir gera	Patenkinama	L. bloga ir bloga
18-24 m.	79,6	18,2	2,3
25-34 m.	81,3	18,8	0,0
35-44 m.	73,3	24,4	2,2
45-54 m.	63,6	33,0	3,4
55-64 m.	41,5	52,8	5,7
65-74 m.	46,1	50,0	3,8
75-84 m.	15,4	61,5	23,1
85 m. +	0,0	100,0	0,0

Statistiškai reikšmingai daugiau nevedę (netekėjusios) (79,3 proc.), vedę (ištekęsios) (66,3 proc.) ir išsiskyrę (64,3 proc.) nei našliai (25,9 proc.) savo sveikatos būklę įvertino kaip labai gerą ar gerą. Daugiau našliai (66,7 proc.) sveikatos būklę vertino patenkinamai (žr. 26 lentelę).

26 lentelė.

Respondentų atsakymų į klausimą „Kaip Jūs vertinate dabartinę savo sveikatos būklę?“ pasiskirstymas, lyginant pagal šeimyninę padėtį (proc.)

Šeimyninė padėtis	Sveikatos būklė	L. gera ir gera	Patenkinama	L. bloga ir bloga
Vedęs (ištekęs)		66,3	30,7	3,0
Nevedęs (netekęs)		79,3	19,6	1,1
Išsiskyręs (-usi)		64,3	31,0	4,8
Našlys (-ė)		25,9	66,7	7,4

Statistiškai reikšmingai daugiau aukštąjį kolegini (79,7 proc.) ir aukštąjį universitetinį (73,8 proc.) išsilavinimą turinčių dalyvių nei pradinį (28,6 proc.) išsilavinimą turinčių dalyvių savo sveikatos būklę įvertino kaip labai gerą ar gerą. Daugiausia pradinį (57,1 proc.) išsilavinimą turinčių respondentų sveikatos būklę vertino patenkinamai (žr. 27 lentelę).

27 lentelė.

Respondentų atsakymų į klausimą „Kaip Jūs vertinate dabartinę savo sveikatos būklę?“ pasiskirstymas, lyginant pagal išsilavinimą (proc.)

Išsilavinimas	Sveikatos būklė	L. gera ir gera	Patenkinama	L. bloga ir bloga
Pradinis		28,6	57,1	14,3
Pagrindinis		65,2	30,4	4,3
Vidurinis		65,8	30,5	3,7
Spec. vidurinis		48,0	42,0	6,0
Aukštesnysis		51,6	41,9	6,5
Aukštasis kolegini		79,7	20,3	0,0
Aukštasis universitetinis		73,8	25,4	0,8

Statistiškai reikšmingai daugiau moksleivių (88,9 proc.), studentų (84,6 proc.), dirbančių asmenų (70,9 proc.) ir nei bedarbių (42,9 proc.) ir pensininkų (30,8 proc.) savo dabartinę sveikatos būklę įvertino kaip labai gerą ar gerą. Daugiau pensininkai (59,0 proc.) sveikatos būklę vertino patenkinamai (žr. 28 lentelę).

28 lentelė.

Respondentų atsakymų į klausimą „Kaip Jūs vertinate savo sveikatos būklę?“ pasiskirstymas, lyginant pagal užsiėmimą (proc.)

Užsiėmimas	Sveikatos būklė	L. gera ir gera	Patenkinama	L. bloga ir bloga
Dirbu		70,9	28,2	0,9
Bedarbis (-ė)		42,9	35,7	21,4
Studentas (-ė)		84,6	15,4	0,0
Moksleivis (-ė)		88,9	0,0	11,1
Pensininkas (-ė)		30,8	59,0	10,3

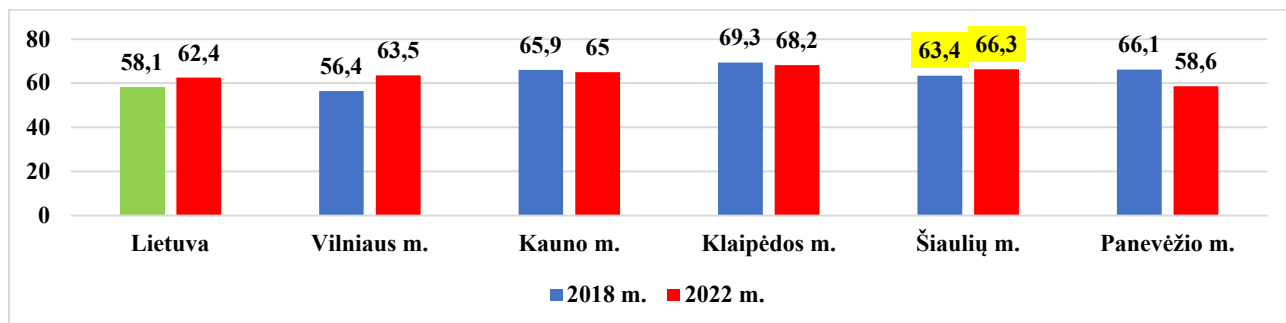
Didesne dalis respondentų, gaunančių 700 Eur ir daugiau (74,7 proc.), 300 - 399 Eur (69,0 proc.), 400 - 499 Eur (63,8 proc.) ir 500 - 699 Eur (58,7 proc.) vidutines mėnesio pajamas „į rankas“ nei respondentų, gaunančių 100 - 299 Eur (33,4 proc.) ($p < 0,05$) pajamas per mėnesį savo dabartinę sveikatos būklę įvertino kaip labai gerą ar gerą. Daugiausia šiauliečiai, gaunantys 100 - 299 Eur (54,2 proc.) vidutines mėnesio pajamas „į rankas“ vienam šeimos nariu, savo dabartinę sveikatos būklę vertino patenkinamai (žr. 29 lentelę).

29 lentelė.

Respondentų atsakymų į klausimą „Kaip Jūs vertinate savo dabartinę sveikatos būklę?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vidutines mėnesio pajamas (proc.)

Pajamos	Sveikatos būklė	L. gera ir gera	Patenkinama	L. bloga ir bloga
Mažiau nei 100 Eur		50,0	16,7	33,4
100-299 Eur		33,4	54,2	12,5
300-399 Eur		69,0	27,6	3,4
400-499 Eur		63,8	36,2	0,0
500-699 Eur		58,7	37,7	3,5
700 Eur ir daugiau		74,7	23,8	1,5

Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad Šiaulių miesto (66,3 proc.) gyventojų, kurie savo sveikatos būklę vertino kaip gerą ir labai gerą, dalis 2022 m. buvo didesnė už Lietuvos vidurkį (62,4 proc.). Geriausiai savo sveikatos būklę vertino klaipėdiečiai (68,2 proc.), blogiausiai - panevėžiečiai (58,6 proc.) (žr. 44 pav.).



44 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kurie dabartinę sveikatos būklę vertino kaip gerą ir labai gerą, pasiskirstymas 2018 m. ir 2022 m. (proc.)

Tyrimo metu šiauliečių buvo klausiama, ar jie jaučiasi laimingi. Daugiau jaunesni, turintys aukštąjį išsilavinimą respondentai, nevedę/netekėjusios, vedę/ištekėjusios, moksleiviai, studentai, dirbantys asmenys, gaunantys nuo 300 iki 700 Eur ir daugiau vidutines mėnesio pajamas „į rankas“ šiauliečiai save laikė labai laimingais ir laimingais. Pagyvenę apklausos dalyviai, našliai, pensininkai ir gaunantys nuo 100 Eur iki 299 Eur pajamas „į rankas“ šiauliečiai teigė, kad jie yra nei laimingi, nei nelaimingi. Beveik du trečdaliai apklaustųjų manė, kad jie yra labai laimingi ir laimingi daugiau nei trečdalis laikė save nei laimingais, nei nelaimingais.

Didesnė dalis 25 - 34 m. (77,7 proc.), 35 - 44 m. (76,7 proc.) ir 18 - 24 m. (72,7 proc.) amžiaus dalyvių nei 55 - 64 m. (51,0 proc.), 75 - 84 m. (30,8 proc.) ir 65 - 74 m. (26,9 proc.) ($p < 0,05$) amžiaus dalyvių save laikė labai laimingais ir laimingais. Statistiškai reikšmingai daugiau 65 - 84 m. amžiaus šiauliečiai nei 18 - 44 m. amžiaus šiauliečiai laikė save nei laimingais, nei nelaimingais (žr. 30 lentelę).

30 lentelė.

Respondentų atsakymų į klausimą „Ar jaučiatės laimingas?“ pasiskirstymas, lyginant pagal amžiaus grupes (proc.)

Amžius \ Laimingumas	L. laimingas ir laimingas	Nei laimingas nei nelaimingas	Nelaimingas ir l. nelaimingas
18-24 m.	72,7	15,9	11,4
25-34 m.	77,7	20,5	1,8
35-44 m.	76,7	20,0	3,3
45-54 m.	58,0	39,8	2,3
55-64 m.	51,0	45,3	3,8
65-74 m.	26,9	73,1	7,7
75-84 m.	30,8	61,5	7,7
85 m. +	50,0	50,0	0,0

Statistiškai reikšmingai daugiau nevedę (netekėjusios) (70,7 proc.), vedę (ištekęjusios) (67,4 proc.) ir išsiskybę (59,5 proc.) nei našliai (22,2 proc.) save laikė labai laimingais ir laimingais. Daugiau našliai (66,7 proc.) manė, kad jie yra nei laimingi, nei nelaimingi (žr. 31 lentelę).

31 lentelė.

Respondentų atsakymų į klausimą „Ar jaučiatės laimingas?“ pasiskirstymas, lyginant pagal šeimyninę padėtį (proc.)

Šeimyninė padėtis \ Laimingumas	L. laimingas ir laimingas	Nei laimingas nei nelaimingas	Nelaimingas ir l. nelaimingas
Vedęs (ištekęjusi)	67,4	30,7	1,9
Nevedęs (netekėjusi)	70,7	22,8	6,5
Išsiskykęs (-usi)	59,5	33,3	7,1
Našlys (-ė)	22,2	66,7	11,1

Statistiškai reikšmingai daugiau aukštąjį universitetinį (77,7 proc.), pagrindinį (73,9 proc.) ir aukštąjį kolegini (69,0 proc.) išsilavinimą turinčių dalyvių nei pradinį (28,6 proc.) išsilavinimą turinčių dalyvių save laikė labai laimingais ir laimingais. Daugiausia pradinį (57,1 proc.) išsilavinimą turinčių respondentų manė, kad jie yra nei laimingi, nei nelaimingi (žr. 32 lentelę).

32 lentelė.
Respondentų atsakymų į klausimą „Ar jaučiatės laimingas?“ pasiskirstymas, lyginant pagal išsilavinimą (proc.)

Išsilavinimas \ Laimingumas	L. laimingas ir laimingas	Nei laimingas nei nelaimingas	Nelaimingas ir l. nelaimingas
Pradinis	28,6	57,1	14,3
Pagrindinis	73,9	21,7	4,3
Vidurinis	58,5	32,9	8,5
Spec. vidurinis	48,0	46,0	6,0
Aukštesnysis	53,3	43,5	3,2
Aukštasis koleginis	69,0	29,7	1,4
Aukštasis universitetinis	77,7	20,8	1,5

Statistiškai reikšmingai daugiau moksleivių (77,7 proc.), studentų (76,9 proc.), dirbančių asmenų (69,5 proc.) nei pensininkų (25,6 proc.) save laikė labai laimingais ir laimingais. Daugiau pensininkai (66,7 proc.) manė, kad jie yra nei laimingi, nei nelaimingi (žr. 33 lentelę).

33 lentelė.
Respondentų atsakymų į klausimą „Ar jaučiatės laimingas?“ pasiskirstymas, lyginant pagal užsiėmimą (proc.)

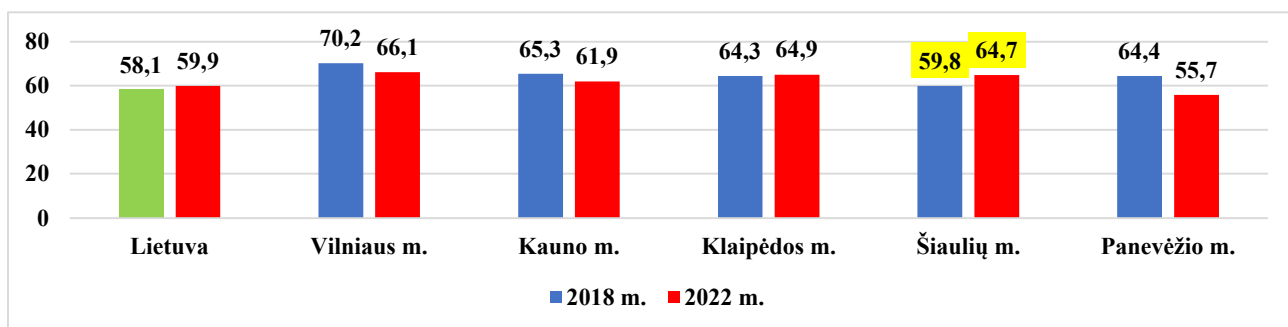
Užsiėmimas \ Laimingumas	L. laimingas ir laimingas	Nei laimingas nei nelaimingas	Nelaimingas ir l. nelaimingas
Dirbu	69,5	27,3	3,2
Bedarbis (-ė)	42,9	50,0	7,1
Studentas (-ė)	76,9	15,4	7,7
Moksleivis (-ė)	77,7	22,2	0,0
Pensininkas (-ė)	25,6	66,7	7,7

Daugiau respondentų, gaunančių 700 Eur ir daugiau (72,8 proc.), 500 - 699 Eur (62,3 proc.), 400 - 499 Eur (59,6 proc.) ir 300-399 Eur (55,1 proc.) vidutines mėnesio pajamas „į rankas“ nei respondentų, gaunančių 100 - 299 Eur (25,0 proc.) ($p < 0,05$) vidutines mėnesio pajamas, save laikė labai laimingais ir laimingais. Daugiausia šiauliečiai, gaunantys 100 - 299 Eur (54,2 proc.) vidutines mėnesio pajamas „į rankas“, manė, kad jie yra nei laimingi, nei nelaimingi (žr. 34 lentelę).

34 lentelė.
Respondentų atsakymų į klausimą „Ar jaučiatės laimingas?“ pasiskirstymas, lyginant pagal vidutines mėnesio pajamas „į rankas“ (proc.)

Pajamos \ Sveikatos būklė	L. laimingas ir laimingas	Nei laimingas nei nelaimingas	Nelaimingas ir l. nelaimingas
Mažiau nei 100 Eur	50,0	50,0	0,0
100-299 Eur	25,0	54,2	20,8
300-399 Eur	55,1	41,4	3,4
400-499 Eur	59,6	38,3	2,1
500-699 Eur	62,3	31,6	6,2
700 Eur ir daugiau	72,8	25,7	1,5

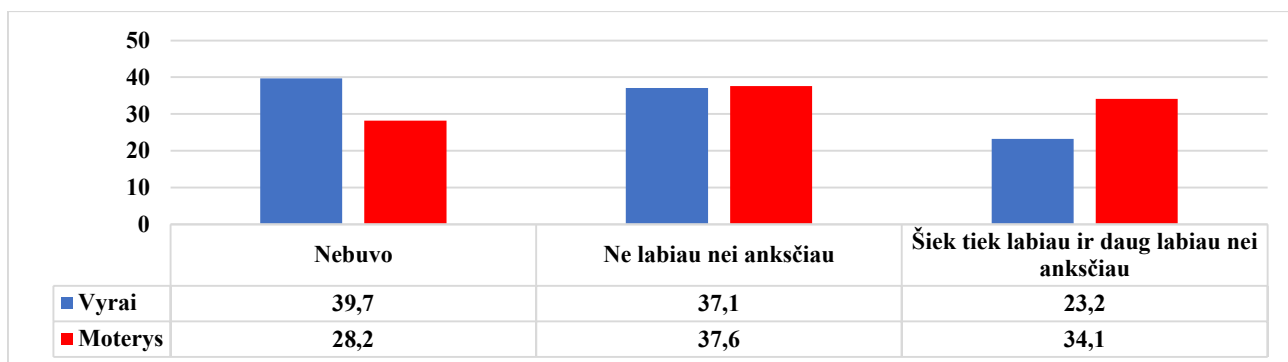
Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad Šiaulių miesto (64,7 proc.) gyventojų, kurie laikė save labai laimingais ir laimingais, dalis 2022 m. buvo didesnė už Lietuvos vidurkį (59,9 proc.). Labiausiai laimingi buvo vilniečiai (66,1 proc.), mažiausiai laimingi - panevėžiečiai (55,7 proc.) (žr. 45 pav.).



45 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kurie jautėsi labai laimingi ar laimingi, pasiskirstymas 2018 m. ir 2022 m. (proc.)

Respondentų buvo klausama, ar per praėjusį mėnesį juos buvo apėmusi prislėgta nuotaika, nerimas. Daugiau moterys, 65 - 74 m. apklausos dalyviai, našliai tvirtino, kad juos per praėjusį mėnesį juos buvo apėmusi prislėgta nuotaika, nerimas šiek tiek labiau ir daug labiau nei anksčiau. Tuo tarpu vyrai, 18 - 54 m. amžiaus apklausos dalyviai, nevedę respondentai tvirtino, kad jų nebuvo apėmusi slogi nuotaika.

Statistiškai reikšmingai daugiau moteris (34,1 proc.) nei vyrus (23,2 proc.) per praėjusį mėnesį buvo apėmusi prislėgta nuotaika, nerimas šiek tiek labiau ir daug labiau nei anksčiau. Daugiau vyrai (39,7 proc.) nei moterys (28,2 proc.) tvirtino, kad jų nebuvo apėmusi bloga nuotaika, nerimas (žr. 46 pav.).



46 pav. Vyrų ir moterų pasiskirstymas pagal tai, ar per praėjusį mėnesį juos buvo apėmusi prislėgta nuotaika, nerimas (proc.)

Didesnė dalis 65 - 74 m. (50,0 proc.) amžiaus šiauliečių nei 18 - 24 m. (25,0 proc.), 45 - 54 m. (25,0 proc.) ir 35 - 44 m. (20,0 proc.) amžiaus šiauliečių ($p < 0,05$) teigė, kad per praėjusį mėnesį šiek tiek labiau ir daug labiau nei anksčiau buvo apėmusi prislėgta nuotaika, nerimas (žr. 35 lentelę).

35 lentelė.

Respondentų atsakymų į klausimą „Ar per praėjusį mėnesį Jus buvo apėmusi prislėgta nuotaika, nerimas?“ pasiskirstymas, lyginant pagal amžiaus grupes (proc.)

Amžius	Prislėgta nuotaika	Nebuvo	Ne labiau nei anksčiau	Šiek tiek labiau ir daug labiau nei anksčiau
18-24 m.		43,2	31,8	25,0
25-34 m.		35,7	29,5	34,8
35-44 m.		38,9	41,1	20,0
45-54 m.		36,4	38,6	25,0
55-64 m.		20,8	49,1	30,2
65-74 m.		11,5	38,5	50,0
75-84 m.		23,1	30,8	46,2
85 m. +		0,0	100,0	0,0

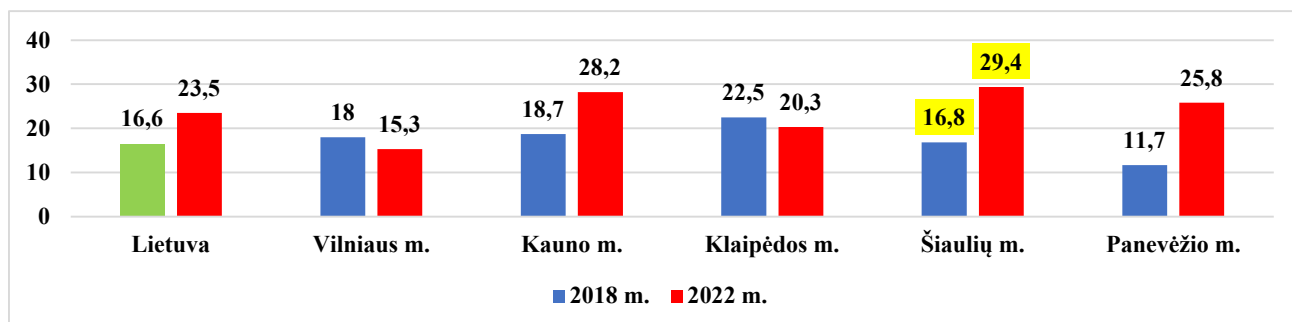
Statistiškai reikšmingai daugiau našlius (44,5 proc.) nei išsiskyrusius (23,8 proc.) respondentus per praėjusį mėnesį šiek tiek labiau ir daug labiau nei anksčiau buvo apėmusi prislėgta nuotaika (žr. 36 lentelę).

36 lentelė.

Respondentų atsakymų į klausimą „Ar per praėjusį mėnesį Jus buvo apėmusi prislėgta nuotaika, nerimas?“ pasiskirstymas, lyginant pagal šeimyninę padėtį (proc.)

Šeimyninė padėtis	Prislėgta nuotaika	Nebuvo	Ne labiau nei anksčiau	Šiek tiek labiau ir daug labiau nei anksčiau
Vedęs (ištekėjusi)		34,0	39,0	27,0
Nevedęs (netekėjusi)		41,3	25,0	33,7
Išsiskyres (-usi)		21,4	54,8	23,8
Našlys (-ė)		18,5	37,0	44,5

Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad Šiaulių miesto (29,4 proc.) gyventojų, kuriuos per praėjusį mėnesį šiek tiek labiau ir daug labiau nei anksčiau buvo apėmusi prislėgta nuotaika, nerimas, dalis 2022 m. buvo didesnė ir už Lietuvos vidurkį (23,5 proc.), ir už kitų keturių didmiesčių vidurkius (žr. 47 pav.).



47 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kuriuos per praėjusį mėnesį buvo apėmusi prislėgta nuotaika, nerimas šiek tiek labiau ir daug labiau nei anksčiau, pasiskirstymas (proc.)

Šiauliečių buvo paklausta, kiek jie turi artimų žmonių, kuriais galėtų pasitikėti susidūrus su sunkiomis asmeninėmis problemomis.

Tik labai nedidelė dalis apklaustųjų neturėjo nė vieno artimo žmogaus, kuriuo galėtų pasitikėti susidūrę su sunkiomis asmeninėmis problemomis. Didžioji dauguma respondentų turėjo nuo 1 iki 5 žmonių, kuriais pasitikėjo, kas šeštas apklaustasis šiaulietis tokių žmonių turėjo 6 ir daugiau.

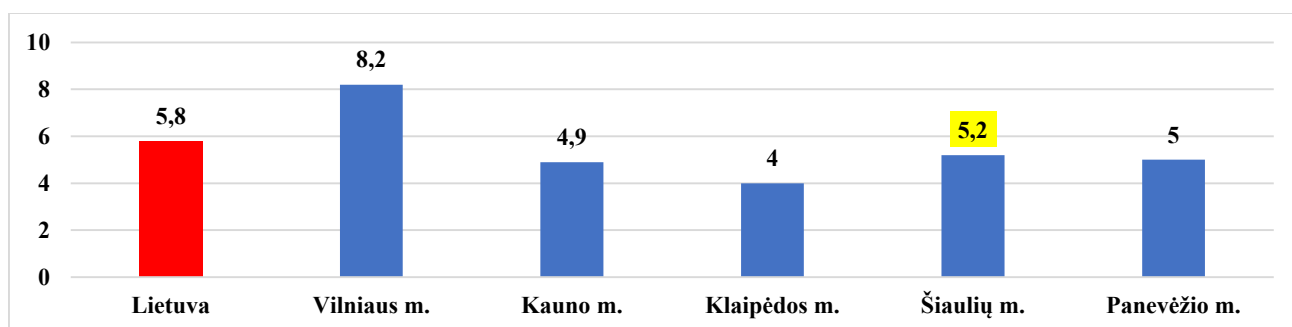
Daugiau 75 - 84 m. (46,2 proc.) amžiaus respondentai nei 45 - 54 m. (18,2 proc.), 25 - 34 m. (12,5 proc.), 65 - 74 m. (11,5proc.), 55 - 64 m. (11,3 proc.) ir 18 - 24 m. (4,5 proc.) amžiaus respondentai ($p < 0,05$) amžiaus respondentai turėjo 6 ir daugiau artimų žmonių, kuriais galėtų pasitikėti susidūrę su sunkiomis asmeninėmis problemomis (žr. 37 lentelę).

37 lentelė.

Respondentų pasiskirstymas pagal tai, kiek jie turi artimų žmonių, kuriais galėtų pasitikėti susidūrus su sunkiomis asmeninėmis problemomis, lyginant pagal amžiaus grupes (proc.)

Amžius \ Dažnis	Nė vieno	1-2	3-5	6 ir daugiau
18-24 m.	4,5	43,2	47,7	4,5
25-34 m.	2,7	33,9	50,9	12,5
35-44 m.	3,3	36,7	38,9	21,1
45-54 m.	2,3	31,8	47,7	18,2
55-64 m.	11,3	41,5	35,8	11,3
65-74 m.	11,5	53,8	23,1	11,5
75-84 m.	7,7	15,4	30,8	46,2
85 m. +	0,0	50,0	50,0	0,0

Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad Šiaulių miesto (5,2 proc.) gyventojų, kurie neturėjo nė vieno artimo žmogaus, kuriuo galėtų pasitikėti susidūrę su sunkiomis asmeninėmis problemomis dalis buvo mažesnė už Lietuvos vidurkį (5,8 proc.). Už šiauliečius daugiau nė vieno artimo žmogaus neturėjo tik Vilniaus (8,2 proc.) miesto gyventojai (žr. 48 pav.).

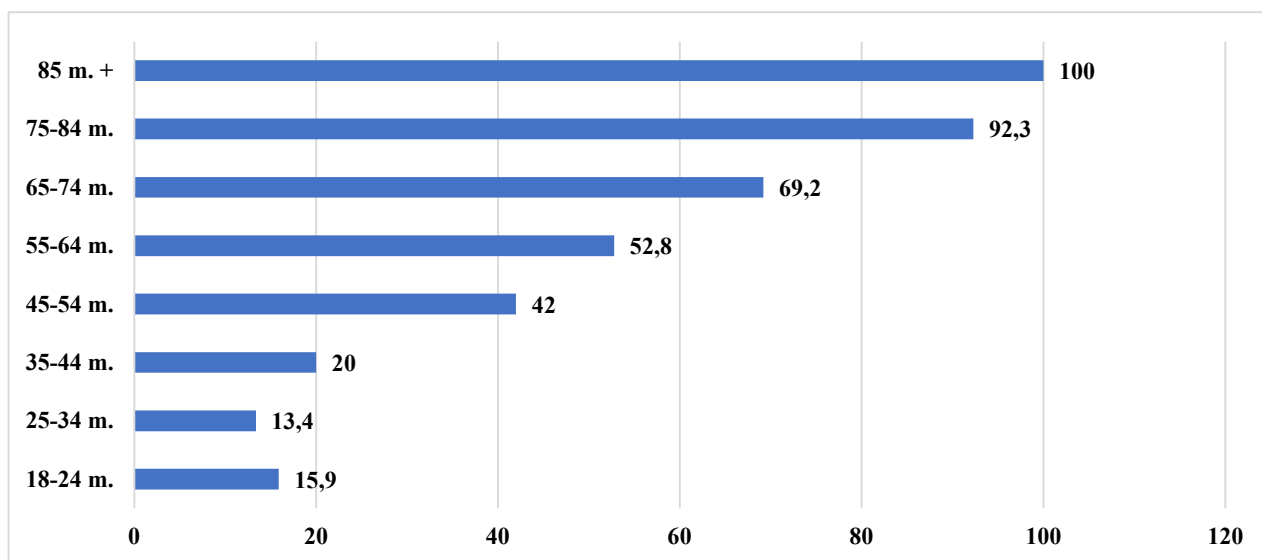


48 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, kurie neturi nė vieno artimo žmogaus, kuriuo galėtų pasitikėti susidūrus su sunkiomis asmeninėmis problemomis, pasiskirstymas (proc.)

Apklausoje metu buvo pasidomėta ir ilgalaikėmis sveikatos problemomis (ilgalaikėmis vadinamos ligos ar sveikatos sutrikimai, kurie trunka mažiausiai 6 mėn.).

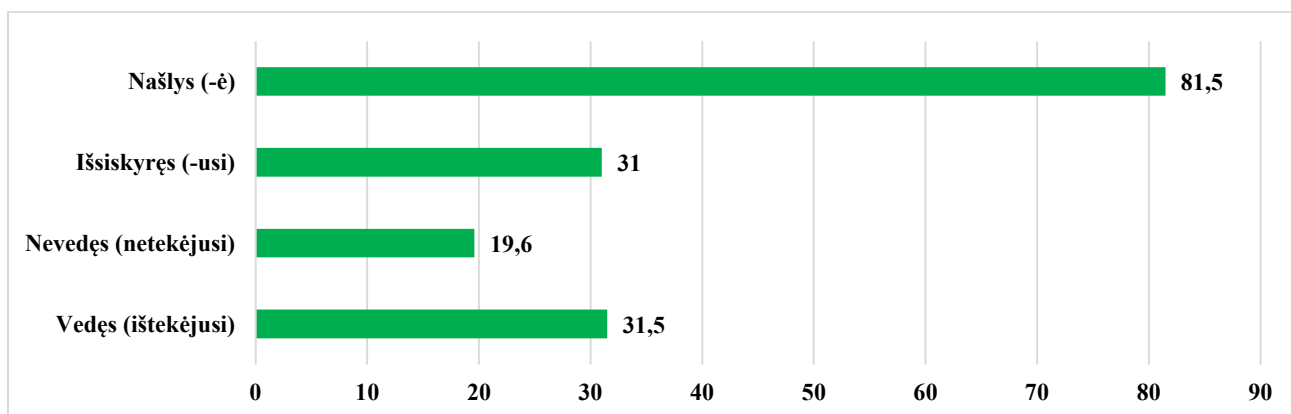
Daugiau nei trečdalis apklaustų šiauliėčių patvirtino, kad turi ilgalaikių sveikatos problemų. Daugiau vyresni asmenys, turintys žemesni išsilavinimą respondentai, našliai, bedarbiai ir pensininkai, gaunantys 100 - 299 Eur vidutines mėnesio pajamas „į rankas“ šiauliėčiai teigė turintys ilgalaikių sveikatos problemų.

Daugiau 85 m. + (100,0 proc.), 75 - 84 m. (92,3 proc.), 65 - 74 m. (69,2 proc.), 55 - 64 m. (52,8 proc.) ir 45 - 54 m. (42,0 proc.) amžiaus respondentai nei 35 - 44 m. (20,0 proc.), 18 - 24 m. (15,9 proc.) ir 25 - 34 m. (13,4 proc.) amžiaus respondentai ($p < 0,05$) turėjo ilgalaikių sveikatos problemų (žr. 49 pav.).



49 pav. Respondentų, turinčių ilgalaikių sveikatos problemų pasiskirstymas, lyginant pagal amžiaus grupes (proc.)

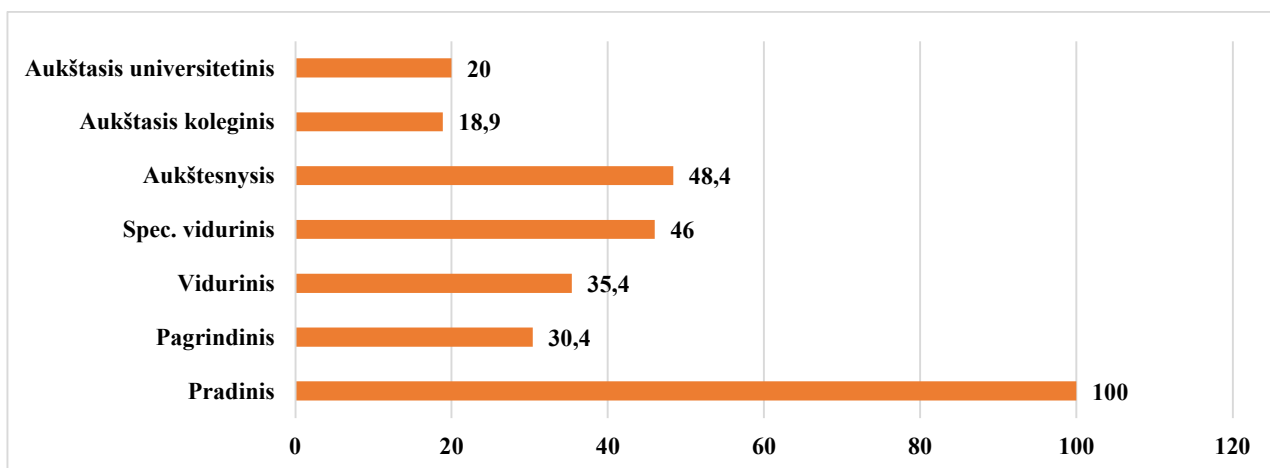
Statistiškai reikšmingai daugiau našliai (81,5 proc.) nei vedę (ištekęjusios) (31,5 proc.), išsiskyrę (31,0 proc.) ir nevedę (netekėjusios) (19,6 proc.) teigė turintys ilgalaikių sveikatos problemų (žr. 50 pav.).



50 pav. Respondentų, turinčių ilgalaikių sveikatos problemų pasiskirstymas, lyginant pagal šeimyninę padėtį (proc.)

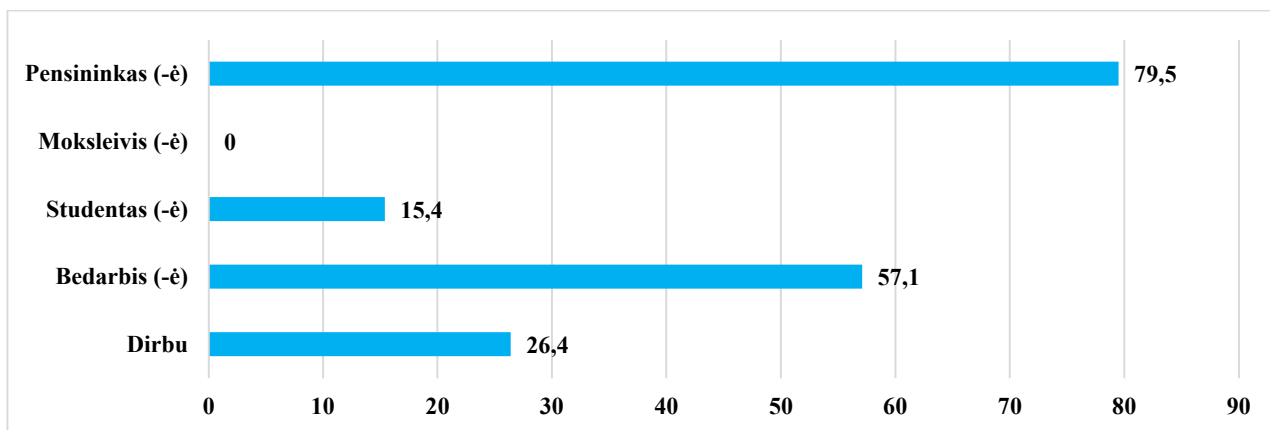
Statistiškai reikšmingai daugiau pradinį (100,0 proc.), aukštesnįjį (48,4 proc.), spec. vidurinį (46,0 proc.) ir vidurinį (35,4 proc.) išsilavinimą turintys apklausos dalyviai nei aukštąjį universitetinį

(20,0 proc.) ir aukštąjį koleginių (18,9 proc.) išsilavinimą turintys apklausos dalyviai turėjo ilgalaikių sveikatos problemų (žr. 51 pav.).



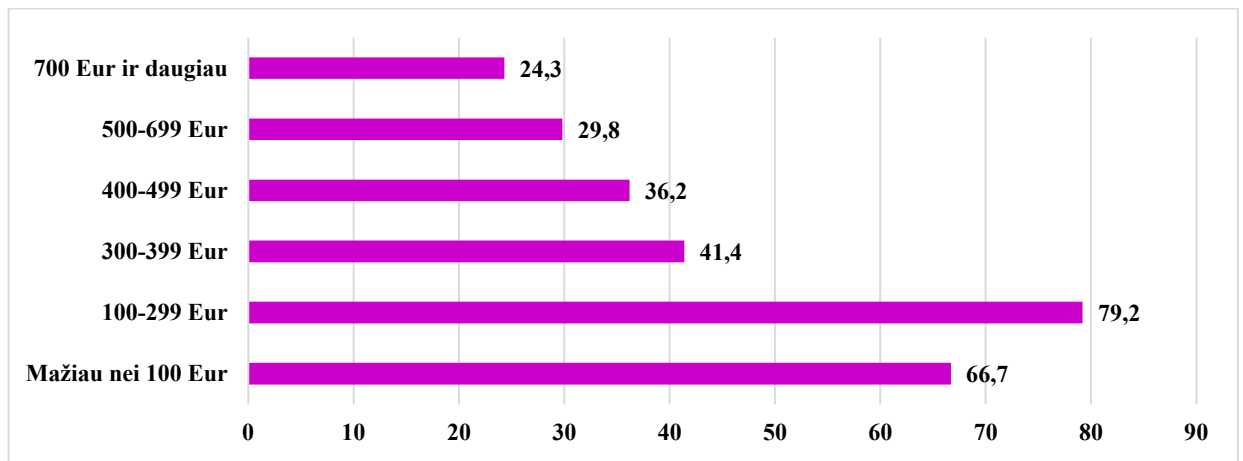
51 pav. Respondentų, turinčių ilgalaikių sveikatos problemų pasiskirstymas, lyginant pagal išsilavinimą (proc.)

Statistiškai reikšmingai daugiau pensininkai (79,5 proc.) ir bedarbiai (57,1 proc.) nei dirbantys asmenys (26,4 proc.), studentai (15,4 proc.) ir moksleiviai (0,0 proc.) teigė turintys ilgalaikių sveikatos problemų (žr. 52 pav.).



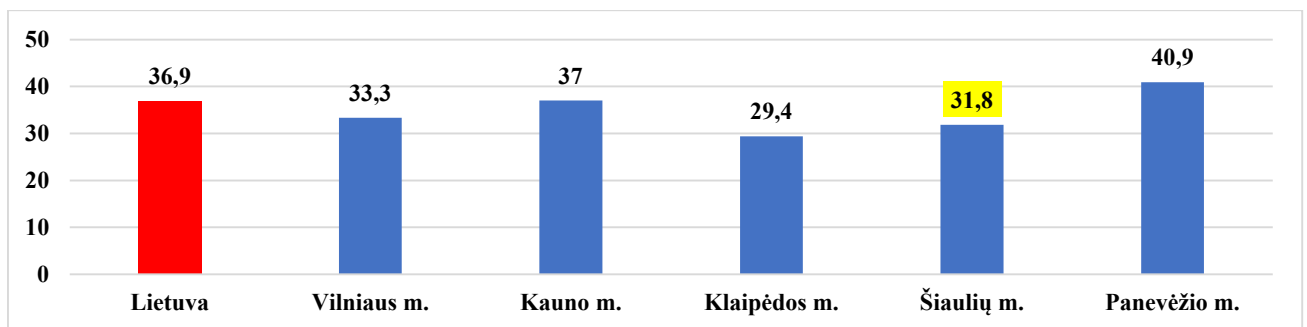
52 pav. Respondentų, turinčių ilgalaikių sveikatos problemų pasiskirstymas, lyginant pagal pagrindinį užsiėmimą (proc.)

Didesnė dalis respondentų, gaunančių 100 - 299 Eur (79,2 proc.) vidutinės mėnesio pajamas „į rankas“ nei respondentų, gaunančių 300-399 Eur (41,4 proc.), 400 - 499 Eur (36,2 proc.), 500 - 699 Eur (29,8 proc.) ir 700 Eur ir daugiau (24,3 proc.) ($p < 0,05$) vidutinės mėnesio pajamas „į rankas“ turėjo ilgalaikių sveikatos problemų (žr. 53 pav.).



53 pav. Respondentų, turinčių ilgalaikių sveikatos problemų pasiskirstymas, lyginant pagal vidutinės mėnesio pajamas „į rankas“ (proc.)

Lyginant penkių didžiųjų miestų ir Lietuvos suaugusių gyventojų atsakymus matyti, kad Šiaulių miesto (31,8 proc.) gyventojų, kurie turėjo ilgalaikių sveikatos problemų, dalis buvo mažesnė už Lietuvos vidurkį (36,9 proc.). Už šiauliečius mažiau ilgalaikių sveikatos problemų turėjo tik Klaipėdos (29,4 proc.) miesto gyventojai (žr. 54 pav.).



54 pav. Lietuvos didžiųjų miestų suaugusių gyventojų, turinčių ilgalaikių sveikatos problemų pasiskirstymas (proc.)

Apibendrinant atliktą analizę galima teigti, kad daugiau jaunesni, turintys aukštąjį išsilavinimą respondentai, nevedę/netekėjusios, vedę/ištekėjusios, studentai, moksleiviai, dirbantys asmenys, gaunantys 700 Eur ir daugiau „į rankas“ šiauliečiai savo gyvenimo kokybę įvertino kaip labai gerą ar gerą. Geriausiai savo gyvenimo kokybę 2022 m. vertino šiauliečiai, blogiausiai - vilniečiai. Daugiau jaunesni, turintys aukštąjį išsilavinimą respondentai, nevedę/netekėjusios, vedę/ištekėjusios, studentai, moksleiviai, dirbantys asmenys, gaunantys nuo 300 Eur iki 700 Eur ir daugiau vidutinės mėnesio pajamas „į rankas“ šiauliečiai savo sveikatos būklę įvertino kaip labai gerą ar gerą. Geriausiai savo sveikatos būklę 2022 m. vertino klaipėdiečiai, blogiausiai – panevėžiečiai. Daugiau jaunesni, turintys aukštąjį išsilavinimą respondentai, nevedę/netekėjusios, vedę/ištekėjusios, moksleiviai, studentai, dirbantys asmenys, gaunantys nuo 300 iki 700 Eur ir daugiau „į rankas“ šiauliečiai save laikė labai laimingais ir laimingais. Labiausiai laimingi buvo vilniečiai, mažiausiai laimingi - panevėžiečiai. Daugiau moterys, 65 - 74 m. apklausos dalyviai, našliai tvirtino, kad juos

per praėjusį mėnesį juos buvo apėmusi prislėgta nuotaika, nerimas šiek tiek labiau ir daug labiau nei anksčiau. Šiaulių miesto gyventojų, kuriuos per praėjusį mėnesį šiek tiek labiau ir daug labiau nei anksčiau buvo apėmusi prislėgta nuotaika, nerimas, dalis 2022 m. buvo didesnė ir už Lietuvos vidurkį, ir už kitų keturių didmiesčių vidurkius. Tik labai nedidelė dalis apklaustų šiauliečių neturėjo nė vieno artimo žmogaus, kuriuo galėtų pasitikėti susidūrę su sunkiomis asmeninėmis problemomis. Už šiauliečius daugiau nė vieno artimo žmogaus neturėjo tik Vilniaus miesto gyventojai. Daugiau vyresni asmenys, turintys žemesni išsilavinimą respondentai, našliai, bedarbiai ir pensininkai, gaunantys 100 - 299 Eur vidutines mėnesio pajamas per mėnesį „į rankas“ šiauliečiai teigė turintys ilgalaikių sveikatos problemų. Už šiauliečius mažiau ilgalaikių sveikatos problemų turėjo tik Klaipėdos miesto gyventojai.

IŠVADOS

Mityba. Vieną ar daugiau kartų per dieną daržoves, vaisius ir saldumynus valgė moterys. Daugiau moterys, vyresni respondentai, našliai, pensininkai niekada negėrė gazuotų saldžių gėrimų ar energinių gėrimų. Šiauliečiai daržovių ir vaisių valgė mažiausiai, o saldumynų – daugiausiai, lyginant su kitų keturių didmiesčių gyventojais. Gazuotų saldžių gėrimų ir energinių gėrimų vartojimas buvo artimas šalies vidurkiui. Daugiau vyrai dėjo druską į paruoštą maistą net neragavę. Už šiauliečius papildomai pagamintą maistą daugiau sudė tik Kauno miesto gyventojai.

Fizinis aktyvumas. Tik beveik kas ketvirtas šiaulietis 5 ir daugiau dienų per savaitę užsiėmė energinga fizine veikla mažiausiai 30 min. 2022 m. tiek šalyje, tiek didmiesčiuose sumažėjo suaugusių gyventojų fizinis aktyvumas. Už šiauliečius daugiau fiziškai aktyvesni buvo tik Panevėžio miesto gyventojai.

Tabako gaminių vartojimas. Daugiau vyrai, 55 - 64 m. ir 25 - 34 m. amžiaus respondentai rūkė juos kasdien tiek per praėjusį mėnesį, tiek per praėjusius metus. Šiaulių miesto gyventojų, kurie 2022 m. per praėjusias 30 d. ir per praėjusius 12 mėn. kasdien rūkė tabako gaminius, dalis buvo didesnė už Lietuvos vidurkį. Už šiauliečius kasdien ir per praėjusį mėnesį, ir praėjusius metus juos daugiau rūkė tik Vilniaus miesto gyventojai.

Elektroninių cigarečių rūkymas. Daugiau 18 - 34 m. amžiaus respondentai, nevedę, dirbantys ir moksleiviai rūkė kasdien elektronines cigaretes ir per praėjusį mėnesį, ir per praėjusius metus. 2022 m. per paskutines 30 d. tiek šalyje, tiek didmiesčiuose ženkliai padidėjo elektroninių cigarečių vartojimas (išaugo nuo 3 iki 12 kartų). Šiaulių miesto gyventojų, kurie 2022 m. per praėjusias 30 d. ir per praėjusius 12 mėn. kasdien rūkė elektronines cigaretes, dalis buvo didesnė už Lietuvos vidurkį. Už šiauliečius kasdien ir per praėjusį mėnesį, ir praėjusius metus jas daugiau rūkė tik Vilniaus miesto gyventojai.

Alkoholio vartojimas. Daugiau vyrai, dirbantys šiauliečiai gėrė alkoholinius gėrimus vieną ar kelis kartus per savaitę tiek per praėjusias 30 d., tiek per praėjusius 12 mėn. Šiaulių miesto gyventojų, kurie 2022 m. per praėjusias 30 d. kasdien gėrė alkoholinius gėrimus, dalis buvo mažesnė už Lietuvos vidurkį, tačiau didesnė už Kauno, Klaipėdos ir Vilniaus miestų vidurkius. Šiaulių miesto gyventojų, kurie 2022 m. per praėjusį mėnesį kartą per savaitę ir dažniau gėrė alkoholinius gėrimus, dalis didesnė už Lietuvos vidurkį. Už šiauliečius kelis kartus per savaitę alkoholį daugiau vartojo tik Kauno miesto gyventojai. Šiaulių miesto gyventojų, kurie 2022 m. per praėjusius 12 mėn. kartą per savaitę ir dažniau gėrė alkoholinius gėrimus, dalis buvo didesnė ir už Lietuvos vidurkį, ir už kitų keturių didmiesčių vidurkius.

Narkotinių medžiagų vartojimas. Narkotines medžiagas per praėjusias 30 d., per paskutinius 12 mėn. bei per savo gyvenimą daugiau vartojo vyrai, 18 - 34 m. amžiaus asmenys, nevedę apklausos

dalyviai. Šiaulių miesto gyventojų, kurie per savo gyvenimą bent kartą vartojo narkotinių ar psichotropinių medžiagų, dalis buvo didesnė už Lietuvos vidurkį, tačiau mažesnė už Vilniaus, Klaipėdos ir Kauno miestų vidurkius.

Saugumas kelyje. Daugiau vyrai, 18 - 24 m. amžiaus asmenys, moksleiviai, nevedę apklausos dalyviai nenešiojo atšvaito lauke tamsiu paros metu. Šiauliečių, kurie visada tamsiu paros metu būdami lauke nešiojo atšvaitus, dalis buvo mažesnė ir už Lietuvos vidurkį, ir už kitų keturių didmiesčių vidurkius. Daugiau moterys, aukštąjį universitetinį išsilavinimą turintys respondentai visada segėjo saugos diržą važiuodami automobiliu. Šiaulių miesto gyventojų, kurie visada segėjo saugos diržą važiuodami automobiliu, dalis buvo didesnė už Lietuvos vidurkį. Už šiauliečius dažniau saugos diržus segėjo Panevėžio ir Vilniaus miestų gyventojai. Daugiau 18 - 44 m. amžiaus respondentai, nevedę, vedę, išsiskyrę apklausos dalyviai, moksleiviai, studentai, dirbantys asmenys nedėvėjo šalmo važinėdami dviračiu. Šiauliečių, kurie visada dėvėjo šalną važiuodami dviračiu, dalis buvo mažesnė ir už Lietuvos vidurkį, ir už kitų keturių didmiesčių vidurkius.

Gyvensenos įpročių keitimasis. Daugiau moterys, 18 - 44 m. amžiaus dalyviai, dirbantys šiauliečiai pradėjo sveikiau maitintis. Per praėjusius metus daugiau 18 - 44 m. amžiaus dalyviai, studentai, moksleiviai nurodė tapę fiziškai aktyvesniais. Šiauliečių, kurie per paskutinius 12 mėn. bandė keisti savo gyvenimą, bet nepakeitė, dalis buvo didesnė ir už Lietuvos vidurkį, ir už kitų keturių didmiesčių vidurkius.

Gyvenimo kokybės, sveikatos, laimingumo vertinimas, prislėgta nuotaika, artimi žmonės, ilgalaikės sveikatos problemos. Daugiau jaunesni, turintys aukštąjį išsilavinimą respondentai, nevedę/netekėjusios, vedę/ištekėjusios, studentai, moksleiviai, dirbantys asmenys, gaunantys nuo 300 Eur iki 700 Eur ir daugiau vidutinės mėnesio pajamas „į rankas“ šiauliečiai savo gyvenimo kokybę, sveikatos būklę įvertino kaip labai gerą ar gerą, save laikė labai laimingais ir laimingais. Geriausiai savo gyvenimo kokybę 2022 m. vertino šiauliečiai, blogiausiai - vilniečiai. Geriausiai savo sveikatos būklę 2022 m. vertino klaipėdiečiai, blogiausiai - panevėžiečiai. Labiausiai laimingi buvo vilniečiai, mažiausiai laimingi – panevėžiečiai. Daugiau moterys, 65 - 74 m. apklausos dalyviai, našliai tvirtino, kad juos per praėjusį mėnesį juos buvo apėmusi prislėgta nuotaika, nerimas šiek tiek labiau ir daug labiau nei anksčiau. Šiaulių miesto gyventojų, kuriuos 2022 m. per praėjusį mėnesį buvo apėmusi prislėgta nuotaika, nerimas, dalis buvo didesnė už Lietuvos vidurkį, ir už kitų keturių didmiesčių vidurkius. Tik labai nedidelė dalis apklaustų šiauliečių neturėjo nė vieno artimo žmogaus, kuriuo galėtų pasitikėti susidūrę su sunkiomis asmeninėmis problemomis. Už šiauliečius daugiau nė vieno artimo žmogaus neturėjo tik Vilniaus miesto gyventojai. Daugiau vyresni asmenys, turintys žemesni išsilavinimą respondentai, našliai, bedarbiai ir pensininkai, gaunantys 100 - 299 Eur vidutinės mėnesio pajamas „į rankas“ šiauliečiai teigė turintys ilgalaikių sveikatos problemų. Už šiauliečius mažiau ilgalaikių sveikatos problemų turėjo tik Klaipėdos miesto gyventojai.

REKOMENDACIJOS

Tik kiek daugiau nei trečdalis apklaustųjų per dieną suvartojo rekomenduojamą daržovių ir vaisių kiekį, o kas penktas respondentas valgė saldumynus kasdien. Tik beveik kas ketvirtas buvo pakankamai fiziškai aktyvūs. Kas penktas šiaulietis per praėjusį mėnesį kasdien rūkė tabako gaminius, o kas dešimtas – elektronines cigaretes. Kas ketvirtas apklausos dalyvis vartojo alkoholį kartą per savaitę ar dažniau tiek per praėjusį mėnesį, tiek per praėjusius metus. Tik beveik kas penktas respondentas visada tamsiu paros metu būdamas lauke nešiojo atšvaitą, o tik kas dvidešimt ketvirtas važiuodamas dviračiu visada dėvėjo šalną.

Siekiant Šiaulių miesto gyventojų gyvenamosios įpročių pokyčio rekomenduojame:

Šiaulių miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biurui:

- skatinti sveiką mitybą mieste: teikti informaciją apie šviežių daržovių ir vaisių svarbą ir naudą žmogaus organizmui, formuoti teigiamą požiūrį į sveikos subalansuotos mitybos poreikį. Teikiant informaciją būtina atsižvelgti į gyventojų amžių; nuolat vykdyti švietėjišką veiklą (vesti seminarus, mokymus, paskaitas, akcijas ir kt.) miesto bendruomenei. Formuojant sveikos mitybos, rengti palankaus sveikatai maisto gamtinimo užsiėmimus, organizuoti sveiko maisto mugės;

- skatinti fizinį aktyvumą mieste: organizuoti įvairias nemokamas veiklas, renginius, susijusias su fiziniu aktyvumu, skirti daugiau dėmesio kasdieninio fizinio aktyvumo mokymui ir fizinio aktyvumo elgsenos įgūdžių lavinimui; formuojant fizinio aktyvumo įgūdžius, skatinti įvairių amžiaus grupių (tai pat ir vyresnio amžiaus žmonių) fizinį aktyvumą – mankštas, šiaurietišką ėjimą;

- vykdyti žalingų priklausomybių prevenciją: teikti informaciją apie tabako ir alkoholio žalą sveikatai, apie pasyvaus rūkymo žalą aplinkiniams, kur reikėtų kreiptis turint priklausomybę psichoaktyvioms medžiagoms.

Šiaulių miesto savivaldybės administracijai:

- planuoti, skirti lėšų ir atnaujinti viešas fizinio aktyvumo vietas, įrengti naujas viešas erdves;
- mažinti alkoholio ir tabako pardavimo vietų skaičių, vykdyti pardavimo kontrolę nepilnamečiams asmenims;

- finansuoti sveikatinimo projektus, nukreiptus į sveikos mitybos ir fizinio aktyvumo skatinimą bei žalingų priklausomybių prevenciją bendruomenėje.