



Территориальный орган Федеральной службы государственной статистики по Липецкой области

7 апреля 2023 г.

ПРЕСС-РЕЛИЗ

Жители Липецкой области – среди лидеров по здоровому образу жизни

Лозунг Всемирного дня здоровья 2023 года, который отмечается 7 апреля, – «Здоровье для всех». Здоровье – это не просто отсутствие болезней, это состояние полного физического, душевного и социального благополучия. По данным Всемирной организации здравоохранения, здоровье человека на 50% определяется его образом жизни, по 20% – средой обитания и наследственностью и только 10% зависит от усилий системы здравоохранения.

Поэтому для сохранения хорошего самочувствия очень важно придерживаться здорового образа жизни. Утвержденный Росстатом показатель «Доля граждан, ведущих здоровый образ жизни» включает в себя несколько критериев: отказ от курения; ежедневное потребление не менее 400 граммов овощей и фруктов; физическую активность (не менее 150 минут умеренной или 75 минут интенсивной нагрузки в течение недели); потребление не больше 5 граммов соли в день; отказ от алкоголя или его минимальное употребление (не более 168 граммов чистого спирта для мужчин и не более 84 граммов для женщин в неделю).

Статистические данные об этом получают в результате выборочного наблюдения состояния здоровья населения, которое проводится ежегодно. По итогам опроса 2022 года, Липецкая область находится на восьмом месте среди субъектов Российской Федерации по количеству жителей с высокой приверженностью к здоровому образу жизни. Около 13% мужчин и немногим более 21% женщин региона (для сравнения, по России 5,4% и 8,5% соответственно) строго следуют правилам здорового образа жизни – никаких сигарет, минимум алкоголя и соли, максимум овощей в рационе, высокая физическая активность. Почти 64% женщин и 39% мужчин умеренно привержены к здоровому образу жизни, т.е. иногда не соблюдают один из вышеперечисленных критериев.

В Липецкой области 44% жителей оценивают состояние своего здоровья как удовлетворительное, 36% – как хорошее, 5,2% – как очень хорошее. Интересно, что больше всего жителей, оценивших свое здоровье как очень хорошее, в Чеченской Республике – почти 45%, а меньше всего в Чувашии – 0,9%.

От того, как человек самостоятельно определяет свое самочувствие, без учета результатов объективной медицинской оценки, зависит расчет такого показателя, как ожидаемая продолжительность здоровой жизни. Этот показатель позволяет оценить, сколько лет в определенном возрасте предстоит еще прожить в здоровом состоянии, то есть без каких-либо серьезных проблем со здоровьем, ограничивающих повседневную жизнедеятельность. Ожидаемая продолжительность здоровой жизни россиян составляет 59,81 года. Самый низкий показатель ожидаемой продолжительности здоровой жизни у жителей Амурской области – 36,15 года, самый высокий – 65,45 года – в Республике Дагестан.

Более половины жителей Липецкой области имеют неплохое представление о рациональном режиме и рационе питания, 11,5% хорошо знают, как надо питаться, остальные слабо представляют или ничего не знают о здоровом питании. Более 22% липецких мужчин и почти 25% женщин ежедневно едят не менее 400 г овощей и фруктов, как и положено при здоровом образе жизни.

Не употребляют табачные изделия 62% мужчин Липецкой области и 94% женщин. Причем больше некурящих мужчин в городах, а некурящих женщин – в сельской местности. В целом по России курит 19,2% населения, наибольший процент курильщиков – 29,3% – приходится на возраст 45-49 лет.

Проблемы со зрением имеют 48% мужчин и 62% женщин Липецкой области, причем на селе более 67% женщин носят очки или линзы.

Важной составляющей здоровья является физическая активность. Самостоятельно занимаются физкультурой и спортом 15% мужчин и 9% женщин, это меньше, чем в среднем по России – 19% и 16% соответственно. Организованно – в спортзалах, фитнес-центрах, группах здоровья – занимается 10% липецких мужчин и 7% женщин (в России 13% и 10%). Для занятий физкультурой и спортом в регионе (по данным Минспорта России) по состоянию на конец 2022 года функционировали 22 стадиона с трибунами, более двух тысяч плоскостных спортивных сооружений, 58 плавательных бассейнов, 654 спортивных зала.

Возможность каждому получить медицинскую помощь в тот момент, когда это необходимо, и непосредственно там, где человек проживает, доступность лечения – одна из главных целей всеобщего охвата услугами здравоохранения. Доступ к медицинским услугам во многом определяется работой лечебно-профилактических учреждений и наличием медицинских кадров. В Липецкой области к началу прошлого года работали 4,6 тыс. врачей и 12,4 тыс. человек среднего медперсонала. На каждые 10 тысяч населения региона приходился 41 врач и 112 человек среднего медицинского персонала; в регионе работали 167 амбулаторно-поликлинических организаций, 46 больничных организаций с числом коек 9,3 тыс., 397 фельдшерско-акушерских пунктов и 49 детских поликлиник (самостоятельных и входящих в состав организаций).

Всемирный день здоровья – это повод для каждого человека задуматься о сохранении и укреплении своего здоровья и вспомнить, что оно во многом зависит не только от усилий врачей, а от него самого.

Пресс-служба Липецкстата

Контактные телефоны:

отдел статистики населения и здравоохранения (4742) 35-86-58

отдел сводных статистических работ

и общественных связей (4742) 35-86-48

E-mail: p48_mail@gks.ru

При использовании материала ссылка
на Территориальный орган Федеральной службы
государственной статистики по Липецкой области обязательна.