

Vilniaus universitetas
Medicinos fakultetas



STUDENTŲ MOKSLINĖS VEIKLOS TINKLO LXXVI KONFERENCIJA



Vilnius, 2024 m. gegužės 13–17 d.

PRANEŠIMŲ TEZĖS

Leidinį sudarė

VU MF Mokslo ir inovacijų skyriaus

inovacijų specialistas Kristijonas PUTEIKIS ir

administratorė Rima DAUNORAVIČIENĖ



VILNIAUS
UNIVERSITETO
LEIDYKLA

2024

Mokslo komitetas:

doc. dr. Valdemaras Jotautas
dr. Diana Bužinskienė
prof. dr. Violeta Kvedarienė
prof. dr. (HP) Saulius Vosylius
prof. habil. dr. (HP) Gintautas Brimas
Indrė Sakalauskaitė
Laura Lukavičiūtė
dr. Agnė Abraitienė
doc. dr. Jūratė Pečeliūnienė
prof. dr. Vaiva Hendrixson
doc. dr. Ieva Stundienė
prof. dr. Eglė Preikšaitienė
doc. dr. Birutė Zablockienė
prof. dr. Pranas Šerpytis
Artūras Mackevičius

dr. Žymantas Jagelavičius
doc. dr. Agnė Kirkliauskienė
prof. dr. Marius Miglinas
Žilvinas Chomanskis
doc. dr. Kristina Ryliškienė
prof. dr. Vilma Brukienė
doc. dr. Saulius Galgauskas
Andrius Žučenka
doc. dr. Birutė Brasiūnienė
doc. dr. Jaunius Kurtinaitis
prof. dr. Eugenijus Lesinskas
doc. dr. Goda Vaitkevičienė
prof. dr. Alvydas Navickas
doc. dr. Rima Viliūnienė
prof. dr. (HP) Edvardas Danila

prof. dr. Nomedą Rima Valevičienė
Teresė Palšytė
doc. dr. Vytautas Tutkus
doc. dr. Danutė Povilėnaitė
dr. Viktorija Andrejevaitė
prof. dr. Robertas Stasys Samalavičius
dr. Agnė Jakavonytė-Akstinienė
doc. dr. Jurgita Stasiūnienė
dr. Arnas Bakavičius
prof. dr. Gilvydas Verkauskas
prof. dr. Sigitą Lesinskienė
doc. dr. Marija Jakubauskienė
prof. dr. (HP) Janina Tutkuvienė

Organizacinis komitetas:

Kristina Marcinkevičiūtė
Viktorija Rakovskaitė
Austėja Grudytė
Justina Semenkovaitė
Matas Žekonis
Rokas Žekonis
Milvydė Marija Tamutytė
Augustė Senulytė
Miglė Miglinaitė
Rokas Bartuška
Damian Luka Mialkowskyj
Karina Mickevičiūtė
Jovita Patricija Druta
Emilija Šauklytė

Austėja Račytė
Tadas Abartis
Mindaugas Smetaninas
Rafal Sinkevič
Gerda Šlažaitė
Kamilė Čeponytė
Einis Novičenko
Benas Matuzevičius
Gabriela Šimkonytė
Ieva Ruzgytė
Milda Mikalonytė
gyd. rez. Valentinas Kūgis
gyd. rez. Gabrielė Bielinytė
Vėjas Vytautas Jokubynas

Deivilė Kvaraciejūtė
Julija Pargaliauskaitė
Paulius Montvila
Rūta Bleifertaitė
Alicija Šavareikaitė
Julija Kondrotaitė
Gediminas Gumbis
Joana Leščevskaja
Gabrielė Bajoraitė
Augustinas Stasiūnas
Odeta Aliukonytė
Robertas Basijokas
Elvin Francišek Bogdzevič

ISSN 2783-7831 (skaitmeninis PDF)

© Tezių autoriai, 2024

© Vilniaus universitetas, 2024

MIESTO GYVENTOJŲ SVEIKATA IR JĄ LEMIANTYS GYVENSENOS VEIKSNIAI

Darbo autoriai. Aleksandra BURINSKAITĖ, II kursas; Karina BUTRIMAITĖ, II kursas.

Darbo vadovas. Doc. dr. Marija JAKUBAUSKIENĖ, VU MF Sveikatos mokslų institutas, Visuomenės sveikatos katedra.

Darbo tikslas: Įvertinti miesto gyventojų sveikatą bei ją lemiančius veiksnius.

Darbo metodika. Paplitimo tyrimas atliktas 2023 m. lapkričio mėnesį anketinės anoniminės apklausos internete būdu. Tyrimo tikslinę grupę sudarė miestuose gyvenantys šalies gyventojai. Tyrimo instrumentą sudarė trys dalys: socio-demografinės tiriamųjų charakteristikos, subjektyviai suvokto streso lygis (naudota Subjektyviai suvokto streso skalė) bei sveikatos ir gyvenamos rizikos veiksmų vertinimas.

Darbo rezultatai. Tyrime dalyvavo 74 respondentai, iš kurių 68 proc. buvo moterys, 30,7 proc. – vyrai, 1,3 proc. pažymėjo, jog yra nebinarinės lyties tapatybės. Tyrimo dalyvių amžius buvo nuo 16 iki 64 metų. Dalyvių amžiaus vidurkis – 19 metų. Savo sveikatą gerai ir labai gerai vertino 58 proc. respondentų, 35 proc. vertino vidutiniškai, o 5,4 proc. blogai ir labai blogai. Dauguma miesto gyventojų (75,3 proc.) patiria vidutinį streso lygį. Dažniausiai tiriamieji stresą patyrė dėl mokslų (62,2 proc.), dėl darbo ar su darbu susijusios veiklos (39,2 proc.), dėl finansinės padėties (33,8 proc.). Kiti stresą keliantys faktoriai buvo: kiti žmonės (27 proc.), triukšmas (20,3 proc.), santykiai šeimoje (21,6 proc.), santykiai su draugais (18,9 proc.) bei santykiai su antrąja puse (17,6 proc.). Beveik penktadalis respondentų (18,9 proc.) nurodė, jog su stresu nesitvarko niekaip. 4,2 proc. respondentų nurodė, jog kovoti su stresu padeda rūkymas. Visgi didžioji dalis apklaustųjų naudoja sveikus būdus kovoti su stresu – kalbasi su draugais ar šeima (67,6 proc.), užsiima fizine veikla (56,8 proc.), hobiais (50 proc.), medituoja (14,9 proc.).

32,4 proc. apklaustųjų per pastaruosius 12 mėnesių nesirgo jokiais ligomis. 37,8 proc. respondentų sirgo kvėpavimo sistemos ligomis, 18,9 proc. – virškinimo sistemos ligomis, 13,5 proc. – endokrininės sistemos ligomis, 10,8 proc. – psichikos ir elgesio sutrikimais, 6,8 proc. – nervų sistemos ligomis, 6,8 proc. – akių ligomis, 2,7 proc. – ausų ligomis, 5,4 proc. – širdies ir kraujagyslių ligomis, 6,8 proc. – anemija.

Beveik pusė apklaustųjų (47,3 proc.) įvertino triukšmo lygį savo gyvenamojoje aplinkoje kaip žemą, 43,2 proc. – vidutinį, 9,5 proc. – aukštą. Dažniausi nusiskundimai dėl triukšmo miego metu buvo tokie: 14,9 proc. respondentų reikia daugiau laiko užmigti, 10,8 proc. naktį prabunda daugiau nei 2 kartus, 9,5 proc. prabunda 1–2 kartus, 4,1 proc. pasireiškia nemiga, 9,5 proc. neramiai miegojo, o 9,5 proc. ryte jaučia nuovargį. Didžioji dalis apklaustųjų, kurių sudarė 64,9 proc., nusiskundimų dėl triukšmo miego metu neturėjo. 13,5 proc. respondentų miega >8 val., 44,6 proc. – 7–8 val., 25,7 proc. – 6–7 val., 12,2 proc. – 5–6 val., 4,1 proc. – <5 val.

36,5 proc. respondentų nurodė, jog greito maisto restoranuose valgo kelis kartus per metus, 32,4 proc. – kas mėnesį, 17,6 proc. valgo kelis kartus per savaitę, 9,5 proc. atsakė, jog niekada nevalgo greito maisto restoranuose. 91,9 proc. respondentų atsakė, jog teikia pirmenybę namuose pagamintam maistui.

Didžioji dalis apklaustųjų (37,7 proc.) atsakė, jog nesportuoja. 30 proc. tyrimo dalyvių sportuoja 1–2 kartus per savaitę, 21 proc. apklaustųjų pažymėjo, jog sportuoja 3–4 kartus per savaitę. Dauguma apklaustųjų didelę dienos dalį praleidžia pasyviai. 36,5 proc. tyrimo dalyvių nurodė, jog niekada nerūkė; kasdien rūkė 24,3 proc. 36,5 proc. tiriamųjų nurodė, kad alkoholį vartoja vieną kartą per mėnesį. 25,7 proc. respondentų nevartoja alkoholio, 23 proc. vartoja alkoholį kartą per savaitę, 8 proc. 2–3 kartus per savaitę. 68,5 proc. respondentų nurodė patiriantys nerimą.

Išvados. Dauguma tyrimo dalyvių savo sveikatą vertino gerai, tačiau spartus gyvenimo tempas, padidintas triukšmo lygis ir laiko stoka daro įtaką miesto gyventojų streso ir nerimo lygiui – streso lygis yra vidutinis, 2/3 patiria nerimą. Miesto gyventojams būdingas žemas fizinio aktyvumo lygis ir nesubalansuota mityba.

Raktažodžiai. Miesto gyventojai; sveikatos sutrikimai; gyvensenos veiksniai; miegas; mityba; fizinis aktyvumas; triukšmas.