

Alkoholio vartojimo įpročiai, aplinka ir pasekmės Lietuvoje

Vita Karpuškienė

Vilniaus universiteto Filosofijos fakulteto Filosofijos institutas
Vilnius University, Faculty of Philosophy, Institute of Philosophy
vita.karpuskiene@evaf.vu.lt

Aušrytė Rastenienė

Vilniaus universiteto Filosofijos fakulteto Filosofijos institutas
Vilnius University, Faculty of Philosophy, Institute of Philosophy
ausryte.rasteniene@evaf.vu.lt
<https://orcid.org/0000-0002-1660-5069>

Arvydas Liepuonius

Vilniaus universiteto Filosofijos fakulteto Filosofijos institutas
Vilnius University, Faculty of Philosophy, Institute of Philosophy
arvydas.liepuonius@evaf.vu.lt

Santrauka. Perteklinis alkoholinių gėrimų vartojimas yra labai opi Lietuvos visuomenės problema. Pasaulio sveikatos organizacija ir Europos Sąjungos komisija pateikia duomenų, kurie kelia labai didelį susirūpinimą – Lietuva yra daugiausia alkoholio vartojanti šalis. Vyriausybė priėmė įstatymo pataisas, nuo 2018 m. ir 2020 m. apribojančias prekybos alkoholiu laiką, amžių ir reklamą. Šis reguliavimas liečia visus gyventojus, neatsižvelgiant į alkoholio vartojimo elgseną. Siekiant veiksmingos alkoholio vartojimo politikos, būtina iširti alkoholio vartojimo įpročius, aplinką ir priežastis.

Šiame straipsnyje pristatomi 2016 m. gruodžio mėnesio Vilniaus universiteto Ekonomikos fakulteto mokslininkų ir Lietuvos verslo konfederacijos atstovų atlikto tyrimo rezultatai. Tyrimo tikslas – išsiaiškinti alkoholinių gėrimų vartotojų grupes ir jų alkoholio vartojimo elgseną. Pateikiamos išvalgos apie tris alkoholio vartojimo aspektus: 1) alkoholio vartojimo kiekį ir dažnumą; 2) vartojimo įpročius ir aplinką bei 3) vartojimo priežastis. Atliktas tyrimas – nuolatinės alkoholio vartojimo stebėsenos modeliui sukurti skirtas pirmo etapo rezultatas. Straipsnyje gautos išvados lyginamos su kitų institucijų naujausių tyrimų rezultatais. Tyrimas parodė, kad gyventojų apklausos yra tinkamas metodas gėrimo įpročiams ir aplinkai bei motyvams atskleisti, bet juo remiantis negalima adekvačiai vertinti suvartojamo alkoholio kiekio. Nagrinėjant gyventojų alkoholio vartojimo dažnumą, matomas didelis pasiskirstymo netolygumas. Tyrimas atskleidė, kad pusė vartojančiųjų išgeria mažiau negu ketvirtadalį (23 proc.) viso alkoholio kiekio, o 10 proc. gausiausiai vartojančiųjų išgeria daugiau negu trečdalį (37 proc.) viso alkoholio kiekio. Keturių išskirtų grupių vartojimo įpročiai ir aplinka skiriasi, tačiau daugiausia alkoholio išgeriama uždarose namų aplinkoje su artimaisiais, draugais, giminėmis ir bendradarbiais, t. y. dominuoja buitinis alkoholio vartojimo būdas.

Pagrindiniai žodžiai: standartinis alkoholio vienetas, mažos rizikos, perteklinis vartojimas, sunkieji išgertuvių epizodai.

Received: 9/8/2018. Accepted: 20/11/2018

Copyright © 2019 Vita Karpuškienė, Aušrytė Rastenienė, Arvydas Liepuonius. Published by Vilnius University Press

This is an Open Access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution Licence](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited.

Alcohol consumption habits, environments and consequences in Lithuania

Summary. Excessive consumption of alcoholic beverages is a very sensitive issue for the Lithuanian society. The World Health Organization and the European Union Commission are reporting data of high concern – Lithuania is predominantly the country with the highest rates of alcoholism. The government has adopted amendments to the law from 2018 to 2020 which restrict trade time, legal age of purchasing and drinking alcohol, and alcohol advertising. This regulation applies to all people, regardless of consumer behavior. For long-term results, it is expedient to supplement these restrictive provisions with policy measures that motivate a reduction in alcohol consumption. Therefore, it is necessary to study the habits, the environment and the causes of alcohol consumption.

This article presents the results of a study conducted by scientists from the Faculty of Economics of Vilnius University (VU) and representatives of the Lithuanian Confederation of Business (LVK) in December 2016. The purpose of the study is to identify the groups of alcohol beverage users and investigate their consumption behavior. The presented insights delve into three aspects of alcohol consumption: 1) Alcohol consumption and frequency; 2) Consumption habits and conditions; 3) Consequences of consumption.

The findings of the survey are compared with the published data of other institutions. The survey analysis revealed that a half of all moderate alcohol consumers drink less than one quarter (23%) of the total one week alcohol volume, while 10% of the most consuming respondents drink more than one third (37%). The patterns and environments of the excluded groups vary, but alcohol is mostly used in a closed home environment with friends, relatives and collaborators.

Keywords. SAV, low risk, binge drinking, heavy episodic drinking.

Įvadas

Nuo 2009 m. atlikta nemažai tarptautinių alkoholio vartojimo tyrimų, kuriuose analizuojami ir lyginami Lietuvos alkoholio vartojimo duomenys su kitų šalių duomenimis. Pasaulio sveikatos organizacija (PSO) nuo 2010 m. skelbia alkoholio suvartojimo duomenis, pagal juos Lietuvoje yra suvartojama daugiausia pasaulyje grynojo alkoholio per metus, tenkančio vienam suaugusiam gyventojui. Pagal paskutinius 2018 m. paskelbtus PSO duomenis, Lietuvoje vienas suaugęs gyventojas per metus išgeria 15 litrų grynojo alkoholio. Didesnį kiekį (15,2 l) išgeria tik Moldovos gyventojai (WHO, 2014). Beveik visi tyrimai patvirtina gausaus alkoholio vartojimo Lietuvoje faktą.

Po nepriklausomybės paskelbimo 1990 m. Lietuvoje alkoholio vartojimas nuosekliai didėjo iki 2008 m. (Goštautas ir kt., 1998). 2008 m. krizės metu ir po 2010 m. matoma legalaus alkoholio pardavimo ir vartojimo mažėjimo tendencija.

Alkoholio vartojimo paplitimą, jo poveikį sveikatai ir mirtingumo rodikliams analizavo ir įvertino V. Grabauskas, R. Prochorskas, A. Veryga (Grabauskas ir kt., 2009). Kitais nei poveikio sveikatai aspektais alkoholio vartojimą tyrė ir daugiau Lietuvos mokslininkų. Lietuvos gyventojų alkoholio vartojimo nuostatas ir jų sąsajas su demografinėmis charakteristikomis tyrė I. Ignatavičiūtė, A. Goštautas, N. Goštautaitė-Midttun (Ignatavičiūtė ir kt., 2012). Autoriai nustatė, kad Lietuvos gyventojų alkoholio vartojimas susijęs su lytimi bei amžiumi ir mažiau su išsimokslinimu, taip pat kad „dauguma gyventojų pasižymi sveikatai palankiomis nuostatomis alkoholio vartojimo atžvilgiu“ (Ignatavičiūtė ir kt., 2012, p. 21). I. Tamutienė (Tamutienė, 2014) tyrė alkoholio vartojimo būdus ir priežastis Lietuvoje. Apklaustieji turėjo nurodyti, ar vartojo alkoholio per paskutinius 12 mėnesių. Tyrimo rezultatai parodė, kad kas antras asmuo geria nesaikingai. Kaip ir ankstesniame tyrime, nustatyta, kad vyrai alkoholį vartoja dažniau nei moterys. Autorė išskyrė lengvabūdiško ir priklausomo alkoholio vartojimo tipus pagal alkoholio vartojimo priežastis ir padarė išvadą, kad lengvabūdiškas alkoholio vartojimas labiau siejamas su socialine žala visuomenei.

1 lentelė. *Atliktų tyrimų palyginimas*

Autoriai	Metai	Tyrimo tikslas	Tyrimo metodai	Tyrimo rezultatas
Ignatavičiūtė I. ir kt.	2012	Išanalizuoti Lietuvos gyventojų alkoholio vartojimo paplitimo ir gyventojų alkoholio vartojimo nuostatų ryšį su respondentų amžiumi, lytimi bei išsimokslinimu.	Tyrimas atliktas naudojantis 2002 m. apklausos duomenimis (2669 respondentai 18–74 m., 1074 vyrai, 1595 moterys) bei 2008 m. atlikta gyventojų elgsenos ir įpročių apklausa (3303 respondentai, 18–74 m., 1440 vyrų ir 1863 moterys); nuostatų alkoholio vartojimo atžvilgiu apklausa (1970 18–74 m. respondentai).	Alkoholio vartojimas tarp Lietuvos gyventojų susijęs su lytimi bei amžiumi ir mažiau su išsimokslinimu, dauguma gyventojų pasižymi sveikatai palankiomis nuostatomis alkoholio vartojimo atžvilgiu. Vyrai vartoja dažniau (82 proc.), ne aukštesnio nei vidurinio išsimokslinimo.
Tamutienė I.	2014	Ištirti alkoholio vartojimo priežasčių ir būdų įtaką alkoholio keliamai žalai.	2014 m. apklausa, 1000 respondentų, 551 vyras ir 449 moterys, vyresni kaip 18 m.); faktorinė analizė naudota lengvabūdiško ir priklausomo alkoholio vartojimo tipams identifikuoti.	Kas antras asmuo geria nesaikingai; vyrai alkoholį vartoja dažniau nei moterys; išskirti lengvabūdiško ir priklausomo alkoholio vartojimo tipai pagal alkoholio vartojimo priežastis; lengvabūdišką alkoholio vartojimą labiau sieja su socialine žala visuomenei.
Grabauskas V., ir kt.	2015	Tyrimo tikslas – įvertinti įvairių socialinių ir demografinių Lietuvos gyventojų grupių subjektyvios sveikatos, naudojimosi sveikatos priežiūros paslaugomis ir gyvenamosios pokyčius.	1994–2014 m. dvejų metų periodinė apklausa, 1601 respondentas 20–64 m.	2014 m. vyrai per savaitę vidutiniškai suvartojo 13,3 SAV, moterys – 5,2 SAV. 2014 m. 19,1 proc. vyrų ir 3,9 proc. moterų atsakė, kad pertekliniai išgertuvių epizodai būna bent vieną kartą per savaitę. Penktadalis vyrų ir dešimtadalis moterų šešias standartinės alkoholio porcijas vieno pobūvio metu išgerdavo bent kartą per mėnesį.

Vyriausybė, reaguodama į šią problemą, nuo 1995 m. reguliuoja alkoholio prekybą mažindama alkoholio reklamą ir prieinamumą. 2017 m. vasarą Seimas patvirtino naujas Alkoholio kontrolės įstatymo pataisas, jomis numatyta, kad nuo 2018 m. sausio asmenys iki

20 metų negalės įsigyti, turėti ir vartoti alkoholinių gėrimų. Taip pat trumpinamas prekybos alkoholiniais gėrimais laikas darbo dienomis ir šeštadieniais nuo 10 iki 20 val., sekmadieniais – nuo 10 iki 15 val.; visiškai draudžiama alkoholio reklama. Alkoholio prekyba ir vartojimas draudžiami sporto renginių metu patalpose, kuriose jie vyksta.

Papildomai nuo 2020 m. sausio 1 d. neterminuota mažmeninės prekybos alkoholiniais gėrimais licencija suteiks teisę aptarnauti pirkėjus lauko sąlygomis ne didesniu kaip 40 m atstumu nuo stacionarios viešojo maitinimo įstaigos, draudžiama prekyba paviljonuose ir kitose nestacionariose vietose bei paplūdimiuose. Vyriausybės teigimu, šios nuostatos, paremtos ribojimais ir draudimais, bus papildytos priemonėmis ir iniciatyvomis, skirtomis vartojančiųjų elgsenos ir motyvacijos pokyčiams.

Priimti naujieji alkoholio ribojimai yra tarptautinių organizacijų dažniausiai rekomenduojamos priemonės visoms šalims. Vis dėlto jos gali būti nevienodai veiksmingos skirtingose šalyse ir tarp skirtingo elgesio vartotojų grupių. Siekiant, kad šios priemonės būtų veiksmingos, tikslinga detaliai išsiaiškinti ir stebėti alkoholio vartotojų elgsenos ypatumus ir pokyčius. Vilniaus universiteto Ekonomikos fakultetas su Lietuvos verslo konfederacija 2016 m. sudarė bendradarbiavimo sutartį, kurios viena iš krypčių yra alkoholio vartojimo tyrimai, reguliavimo priemonių poveikio vertinimas ir ilgalaikės alkoholio vartojimo stebėsenos modelio sukūrimas.

Atlikto tyrimo objektas – alkoholio vartotojų grupės ir jų alkoholio vartojimo ypatumai.

Tyrimo tikslas – išsiaiškinti alkoholinių gėrimų vartotojų grupes ir jų alkoholio vartojimo elgseną. Šiame straipsnyje pateikiami tyrimo rezultatai, apimantys tris alkoholio vartojimo aspektus: 1) alkoholio vartojimo įpročius ir dažnumą; 2) vartojimo aplinką ir 3) vartojimo priežastis. Gautos išvados lyginamos su kitų institucijų naujausių tyrimų rezultatais.

1. Tyrimo metodika

Pradiniame tyrimo etape buvo sudarytas alkoholio vartojimo įpročių tyrimo klausimynas ir atlikta bandomoji apklausa. Apklausą atliko bendra Lietuvos ir Didžiosios Britanijos visuomenės nuomonės ir rinkos tyrimų kompanija „Baltijos tyrimai“ 2016 m. gruodžio 12–22 dienomis. Ši apklausa – Lietuvos gyventojų nacionalinė reprezentatyvi apklausa, kurios metu buvo klausama apie gyventojų įpročius, laisvalaikio leidimą ir alkoholinių gėrimų vartojimą. Iš viso apklaustas 1 101 Lietuvos gyventojas. Tyrime įtraukta 110 pirminių atrankos taškų. Apklaustųjų sudėtis atitinka 15 metų ir vyresnių Lietuvos gyventojų sudėtį pagal amžių, lytį, gyvenvietės tipą, rajoną. Ataskaitoje pateikiami sverti pagal lytį ir amžių rezultatai. Tyrimo rezultatų paklaida neviršija 3 proc. punktų su 95 proc. tikimybe (*confidence level*), kai atsakymai pasiskirsto 50:50.

Išsiaiškinus, kad apklaustos metu nebuvo pakankamai reprezentuotos socialinės rizikos šeimos, kurios sudaro didžiausios rizikos alkoholio vartotojų grupę, papildomai apklausta 51 respondentas iš socialinės rizikos šeimų. Šios apklaustos pirminiai taškai ir kiti parametrai yra suderinti su pradiniu tyrimu. Sujungus abu tyrimus gauta 1 113 respondentų imtis, kurioje atsispindi ir socialinės rizikos šeimų alkoholio vartojimas.

Siekiant objektyvumo, apklausos rezultatai palyginti su šiais Lietuvos ir tarptautinių organizacijų atliktų naujausių tyrimų rezultatais:

- 1) Lietuvos gyventojų sveikatos statistinio tyrimo (LSD, 2014, 2018), kurį atliko Statistikos departamentas, įgyvendindamas 2013 m. vasario 19 d. Europos Komisijos reglamentą (ES) Nr. 141/20132. Tyrimas buvo vykdomas visose Europos Sąjungos (ES) valstybėse narėse 2013–2015 metais. Lietuvoje tyrimas (apklausa) vyko 2014 m. rugsėjo – lapkričio mėn. Statistiniai duomenys rinkti tiesioginės apklausos būdu, apklausiant 15 metų ir vyresnius respondentus. Tyrimas buvo atliekamas imčių metodu, taikant paprastąją atsitiktinę tikimybinę imtį. Gyventojai į imtį renkami iš Gyventojų registro. 2014 m. į tyrimą buvo išrinkta 7 tūkst. 15 metų ir vyresnių Lietuvos gyventojų, iš jų tyrime dalyvavo 5 205 (74,4 proc.).
- 2) Pasaulio sveikatos organizacijos 2014 m. ir 2018 m. ataskaitos apie alkoholio vartojimą ir sveikatos padėtį (WHO, 2014, 2018).
- 3) Suomijos ir Baltijos šalių suaugusių žmonių gyvenamosios tyrimo FINBALT HEALTH MONITOR, kurį 1994–2014 m. vykdė Suomijos visuomenės sveikatos instituto ir Lietuvos sveikatos mokslų universiteto Medicinos akademijos Visuomenės sveikatos fakulteto mokslininkai. Suaugusių Lietuvos žmonių gyvenama ir alkoholio vartojimas analizuotas nuo 1994 m. iki 2014 m. dvejų metų periodiškumu. Atlikta vienuolika apklausų, kuriose įvertinta įvairių socialinių ir demografinių Lietuvos gyventojų grupių gyvenamosios pokyčiai (Grabauskas ir kt., 2015).
- 4) 2015–2016 m. vykdyto projekto RARHA (*Joint Action on Reducing Alcohol Related Harm / Veiksmai, susiję su alkoholio daromos žalos mažinimu*), finansuojamo iš Europos Sąjungos sveikatos programos. Tyrime dalyvavo 19 šalių. Apklausiai buvo naudojamas unifikotas ir patvirtintas klausimynas SMART. Apklausoje dalyvavo 1 516 respondentų. Atranka buvo daugiasluoksni: pirmame etape išskirti teritoriniai apklausos vienetai (didieji miestai, regioniniai centrai ir kaimo vietovės), kuriuose paprastos tikimybinės atrankos būdu parinktos gatvės, namai ir butai. Respondentai namuose apklausti pagal paskutinio gimtadienio taisyklę (RARHA, 2016).

2. Alkoholio vartotojų grupės, alkoholio kiekio vienetai ir vartojimo dažnumas

Atliekant alkoholio vartojimo įpročių analizę labai svarbu teisingai įvardyti išgeriamo alkoholio kiekio vienetus. Viena vertus, jie turi būti tokie, kad respondentai kuo geriau suprastų ir tiksliau atsakytų į anketos klausimus. Kita vertus, svarbu, kad kiekiai būtų palyginami su PSO, Europos Sąjungos ir Lietuvos statistikos departamento atliktais tyrimais. Apklausoje gėrimų kiekiui matuoti naudojami Lietuvoje įprasti skirtingų gėrimų rūšių tūrio vienetai: alaus butelis (0,5 l), vyno taurė (100 ml), stipriųjų gėrimų taurelė (40 ml). Palyginti – norėdami užtikrinti tyrime šiuos kiekius, konvertuojame į standartinius grynojo alkoholio vienetus (SAV). Lietuvoje ir daugelyje kitų šalių standartinis alkoholio vienetas yra lygus 10 gramų grynojo alkoholio. 2 lentelėje pateikiami šiame tyrime naudoti Lietuvoje įprasti alkoholio tūrio vienetai ir juos atitinkantys standartiniai grynojo alkoholio vienetai.

2 lentelė. *Alkoholio kiekio vienetai*

Gėrimų tūris lygus vienam standartiniam alkoholio vienetai (SAV = 10 gr. gryno alkoholio)		Apklausoje naudotų gėrimų tūrio ir juos atitinkantys SAV vienetai	
Alkoholio gėrimas	Gėrimo tūris lygus 1 SAV	Apklausoje naudotas gėrimo tūrio vienetas	Apklausoje naudotų gėrimų tūrio vieneto išraiška SAV
Alus (5–6 proc.)	200 ml	0,5 l (butelis)	2,5 SAV
Vynas ir šampanas	100 ml	100 ml (taurė)	1 SAV
Degtinė, konjakas ir kiti stiprieji gėrimai	25 ml	40 ml (įprasta taurėlė)	1,6 SAV
Sidras ir alkoholiniai kokteiliai	200 ml	0,33 l (skardinė)	1,6 SAV

Šaltinis: sudaryta autorių remiantis <http://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/alcohol-use/do-you-drink-too-much-test-your-own-alcohol-consumption-with-the-audit-test>

Pasaulio sveikatos organizacija pagal rizikingumą alkoholio vartojimą suskirsto į tris lygius:

- Saikingas (mažos rizikos / *low risk consumption*) vartojimas: vyrams iki 2 SAV (t. y. 20 gramų grynojo alkoholio) per dieną arba 14 SAV (140 gr.) per savaitę; moterims – 1 SAV (t. y. 10 gramų grynojo alkoholio) per dieną arba iki 7 SAV (70 gr.) per savaitę.
- Rizikingas vartojimas (*binge drinking*): vyrams – 5 SAV (50 gr.); moterims – 4 SAV (40 gr. grynojo alkoholio) vienos progos metu. Išgėrus tokį alkoholio kiekį pasiekiamą arba viršijama šalies įstatymų nustatoma alkoholio koncentracijos kraujyje riba (Lietuvoje 0,4 promilės), draudžianti vairuoti automobilį.
- Pertekliniai išgertuvių epizodai (*heavy episodic drinking*) – 6 ir daugiau SAV (60 gr. gryno alkoholio) vienos progos metu.

VU ir LVK atliktame tyrime 57 proc. respondentų nurodė, kad per paskutinius 12 mėnesių gėrė, o 41 proc. nevartojo alkoholinių gėrimų.

Negėrusiųjų per paskutinius 12 mėnesių respondentų grupę sudarė pusė apklausoje dalyvavusių moterų ir trečdalis vyrų. Didmiesčiuose nevartojančiųjų alkoholio dalis yra mažesnė negu kaime ir mažesniuose miestuose. Didžiausią dalį nevartojusiųjų sudaro jaunimas iki 20 metų ir vyresni nei 60 metų žmonės. 70 proc. negėrusiųjų respondentų nurodė turintys mėgstamą užsiėmimą, pusė šios grupės narių, dažniau jaunimas, sportuoja. Dauguma (62 proc.) negeriančių respondentų nurodė, kad jų tėvai vartojo alkoholį saikingai arba visai nevartojo alkoholio. Abiejų geriančių tėvų šeimas šios grupės respondentai nurodo labai retai (3,5 proc.)

Iš gėrusiųjų per paskutinius 12 mėnesių respondentų grupės (57 proc.) – 18 proc. gėrė kiekvieną savaitę, 23 proc. kartą ar kelis per mėnesį, 16 proc. ne dažniau kaip kelis kartus per metus. Šie duomenys rodo, kad yra nemaža kiekvieną savaitę alkoholio vartojančių respondentų grupė, tačiau taip pat yra didelė grupė, kurie alkoholį vartoja retai arba visai jo nevartojo per paskutinius metus.

RARHA atliktas tyrimas atskleidė, kad 2016 m. Lietuvoje alkoholio vartojimo įpročiai pasižymi tuo, jog alkoholis Lietuvoje vartojamas retai, bet gausiai. Pagal šio tyrimo rezulta-

tus Lietuvoje tarp 19 tyrime dalyvavusių Europos šalių yra mažiausiai kiekvieną savaitę vartojančių alkoholi respondentų dalis. Dienų skaičius per metus (50 dienų), kai buvo geriama, taip pat yra mažiausias tarp 19 šalių (RARHA, 2016).

Dauguma tyrimų patvirtina išvadą, kad Lietuvoje dominuoja proginis alkoholio vartojimas, kai geriama nedažnai, tačiau gausiai. Tokie vartojimo įpročiai yra būdingi Šiaurės Europos šalims.

VU atliktame tyrime gėrimo dažnumas nagrinėtas remiantis gėrusiųjų per paskutinius 12 mėn. respondentų (57 proc.) atsakymais, o išgerto alkoholio kiekiai ir rūšys analizuojami remiantis paskutinę savaitę iki apklausos gėrusiųjų respondentų atsakymais. Iš visų per paskutinius metus gėrusiųjų respondentų du trečdaliai vyrų (67,6 proc.) ir pusė moterų (48,3 proc.) apklausos savaitę vartojo alkoholi.

Siekiant detaliau išanalizuoti alkoholio vartotojų elgesį, visi gėrusieji respondentai pagal vartojimo dažnumą ir kiekį buvo suskirstyti į tris grupes: girtaujantys, reguliariai geriantys ir proginiai vartotojai.

Girtaujantys (5,7 proc.) – asmenys, kurie geria alkoholinius gėrimus kasdien arba 2–4 kartus per savaitę ir išgeria 20 ir daugiau standartinių alkoholio vienetų, t. y. 200 gr. ir daugiau gryno alkoholio per savaitę. Šis kiekis atitinka 8 puslitrius alaus, arba puslitrį stipriųjų gėrimų, arba 2,5 butelio vyno per savaitę.

Reguliariai geriančiųjų grupę (7,7 proc.) sudarė respondentai, vartojantys alkoholi kiekvieną savaitę, bet išgėrę ne daugiau kaip 19 standartinių vienetų alkoholio.

Proginiai vartotojai (44,0 proc.) – respondentai, kurie vartoja alkoholinius gėrimus kartą per mėnesį ar rečiau. Šie rezultatai dar kartą patvirtina išvadą, kad Lietuvoje vyrauja proginio alkoholio vartojimo įpročiai. Išnagrinėjus socialines demografines grupių charakteristikas matyti, kad į *girtaujančiųjų* grupę dažniau pateko kaime gyvenantys 40–60 metų vyrai. Moterys sudaro labai mažą jos dalį. Šios grupės respondentai dažniausiai yra darbininkų profesijų, turintys vidurinį arba profesinį išsilavinimą. Trečdalis šios grupės respondentų nurodė, kad apklausos metu neturėjo darbo, jų gaunamos pajamos yra 300–500 eurų per mėnesį. Šios grupės respondentai dažniau geria stiprų ir silpną alų, stiprų vyną ir degtinę.

Reguliariai geriančiųjų grupės daugumą sudaro 30–50 metų miesto ir kaimo respondentai. Vyrų yra kelis kartus daugiau negu moterų. Didesnė negu kitose grupėse tautinių mažumų lenkų ir rusų dalis, išsilavinimas vidurinis arba profesinis, bet yra ir aukštąjį išsilavinimą turinčių gyventojų. Šioje grupėje dominuoja darbininkų profesijų respondentai, bet yra specialistų ir pensininkų. Gaunamos pajamos yra didesnės ir dažniau siekia 800 eurų ribą. Jie geria silpnesnį alų ir stipriuosius gėrimus, vyną geria rečiau už pirmąją grupę.

Progomis geriantys respondentai – įvairaus amžiaus, dažniau moterys negu vyrai, gyvenantys tiek kaime, tiek miestuose ir didmiesčiuose. Santykinai dažniau į šią grupę patenka specialistai, vadovai, taip pat nemažai pensininkų. Didžiausia tarp visų grupių respondentų, turinčių aukštesnį arba aukštąjį išsilavinimą, dalis. Jie geria vyną, brendį ir putojantį vyną. Jaunimas geria alų, vyresnieji – stiprius gėrimus ir vyną. Stiprų alų ši grupė geria rečiau. Pajamų intervalas yra gana platus.

Per apklausos savaitę visi gėrusieji respondentai vidutiniškai išgėrė po 7,5 SAV vienetų.

3 lentelė. Išgerto per savaitę alkoholio kiekis ir respondentų pasiskirstymas

	Girtaujančiantys asmenys	Reguliariai vartojantys alkoholį	Vartojantys alkoholį progomis	Iš viso išgerta, SAV	Iš viso išgerta gėrimų, proc.
Išgerta alaus SAV per savaitę	1090	630	677,5	2397,5	49,6
Išgerta vyno SAV per savaitę	238	52	280,9	570,9	11,8
Išgerta stipriųjų gėrimų SAV per savaitę	622,4	444	705,3	1771,7	36,6
Išgerta sidro ir kokių gėrimų SAV per savaitę	13,5	16,5	63	93	1,9
Iš viso išgerta SAV per savaitę	1963,9	1142,5	1726,7	4833,1	100
Iš viso SAV per savaitę vienam geriančiajam	30,7	13,28	3,5	7,5	

Šaltinis: sudaryta autorių remiantis tyrimo duomenimis.

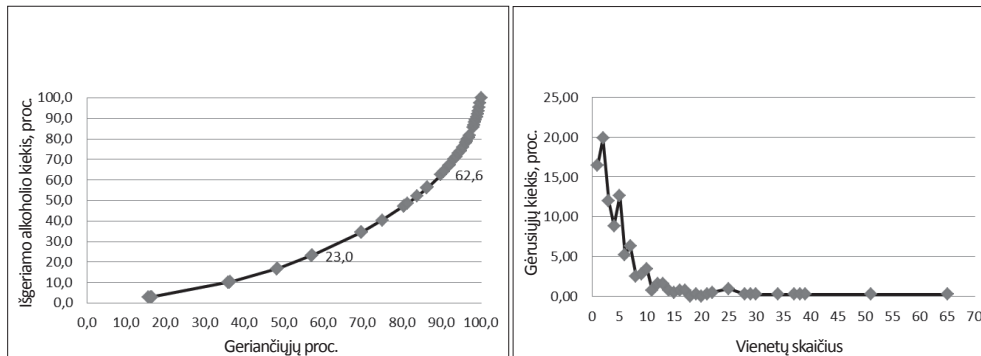
Girtaujančiųjų grupės respondentai per savaitę vidutiniškai išgėrė 30,7 SAV; reguliariai geriantieji – 13,3; progomis geriantieji – 3,5 SAV. Pagal PSO, rizikingas vartojimas vyrams – 14 ir daugiau SAV, moterims – 8 ir daugiau SAV per savaitę. Girtaujančiųjų respondentų išgerto alkoholio kiekis per savaitę du kartus viršija rizikingą alkoholio normą. Reguliariai geriančiųjų suvartoto alkoholio kiekis yra ties rizikinga riba.

Lietuvoje nėra akcentuojamas suvartojamo alkoholio kiekio rizikingumas, t. y. nėra žinoma saikingo ir rizikingo vartojimo ribos. Todėl tikėtina, kad informacijos apie saikingą ir rizikingą vartojimo lygį viešinimas ir įsisąmoninimas paskatintų bent dalį reguliarių ar proginių vartotojų neperžengti rizikingos ribos.

Nagrinėjant suvartotą alkoholio struktūrą pagal gėrimų rūšis, matyti, kad beveik pusę suvartoto grynojo alkoholio sudaro alus, trečdalis – stiprieji gėrimai, o vynas ir sidras neviršija 14 proc. Kaip rodo Lietuvos ir PSO atlikti tyrimai, tokia suvartoto alkoholio struktūra pagal gėrimų rūšis išlieka pastovi nuo pirmųjų tyrimų.

VU ir LVK atliktame tyrime įvertintas suvartojamo alkoholio kiekio pasiskirstymas tarp geriančiųjų. Apklaustųjų atsakymai atskleidė, kad respondentų išgeriamo alkoholio kiekis yra labai skirtingas (žr. 1 ir 2 pav.). Tik po vieną gėrimų vienetą (0,5 l alaus, 100 gr. vyno, 40 gr. stipriųjų gėrimų) per apklausos savaitę išgėrė – 15 proc. gėrusių respondentų. Tai neviršija (1–2,5 SAV) net ir nedidelės rizikos ribos. Penkių gėrimų vienetų (5–7,5 SAV) neviršijo – 50 proc. apklaustųjų. Rizikingos gėrimų ribos (8–14 SAV) neviršijo 80 proc. apklausos savaitę gėrusių respondentų. Remiantis šiais duomenimis per apklausos savaitę rizikingą alkoholio kiekį išgėrė 20 proc. respondentų.

Procentine išraiška viršuje pateikti skaičiai atitiktų tokias proporcijas: daugiau kaip pusę vartojusiųjų per apklausos savaitę išgėrė mažiau negu 23 proc. grynojo alkoholio, o 10 proc. daugiausia geriančiųjų išgeria apie 37 proc. viso alkoholio. Galima daryti išvadą, kad besai-



1 pav. Išgeriamo alkoholio kiekio pasiskirstymas 2 pav. Išgerto per savaitę alkoholio vnt. kiekiai

Šaltinis: apskaičiuota autorių pagal apklausos duomenis.

kis alkoholio vartojimas yra ne visų geriančiųjų, o tik gana nedidelės dalies žmonių problema. Tai atitinka E. Delker, O. Brown, D. Hasin (Delker, 2016) išvadas, kad alkoholio vartojimas yra paplitęs įvairiuose visuomenės sluoksniuose, vis dėlto pastebimas nevienodas šios problemos paplitimas atskirose demografinėse (subpopuliacinėse) grupėse.

Atliktų tyrimų pateikiami duomenys apie perteklinius išgertuvių epizodus (HED) yra gana priešaringi. Statistikos departamento 2014 m. sveikatos tyrime buvo klausama apie rizikingo vartojimo atvejus (daugiau negu 6 SAV per dieną) 2014 metais. Atsakymai rodo, kad daugiau kaip 40 proc. visų gėrusiųjų bent kartą viršijo rizikingą alkoholio kiekį. Vis dėlto 61 proc. moterų ir 28 proc. vyrų atsakė, kad per metus tokių atvejų nebuvo. Šiame tyrime taip pat nurodoma, kad kiekvieną savaitę vartojusieji alkoholinius gėrimus vidutiniškai per dieną išgėrdavo po 7–8 SAV. Tai yra perteklinis gėrimų kiekis, LSMU (Grabauskas, 2015) atlikto tyrimo duomenys rodo, kad 60 proc. respondentų nurodė, jog yra pasitaikę perteklinių išgertuvių epizodų. Tačiau šiuos atvejus daug dažniau pažymėjo geriantys rečiau negu kartą per mėnesį respondentai. PSO 2016 m. duomenimis, pusė visų apklaustųjų (49,3 proc.) nurodė, kad 2014 m. yra buvę tokių išgertuvių epizodų.

Pagal RARHA tyrimo duomenis, Lietuvoje vienos progos metu yra išgeriama vidutiniškai 8,5 SAV gryno alkoholio ir tai yra daugiausia iš 19 tyrime dalyvavusių šalių.

Perteklinio alkoholio vartojimo epizodai vienos progos metu pirmame VU ir LVK tyrime nebuvo atskirai analizuojami. Apskaičiuoti išgerto per dieną alkoholio vidutiniai rodikliai, jie gauti padalijus bendrą savaitės išgertą alkoholio kiekį iš 7 dienų. Pagal VU atlikto tyrimo įverčius, matoma, kad girtaujančiųjų grupės išgerto grynojo alkoholio vidurkis per dieną yra 4,3 SAV, reguliariai geriančiųjų neviršija 2 SAV; geriantieji tik progomis per dieną neviršija 0,5 SAV. Kituose VU ir LVK tyrimo etapuose pertekliniai išgertuvių epizodai bus išskirti ir analizuojami detalai.

Apibendrinant galima konstatuoti, kad apklausomis sudėtinga gauti patikimą informaciją apie suvartojamą alkoholio kiekį ir jo vartojimo įpročius per ilgesnį laiką. Tačiau informacija apie alkoholio vartojimo dažnumą ir struktūrą yra patikima nagrinėjant artimiausios savaitės

apklausų duomenis. Vis dėlto iš šių duomenų negalima daryti išvados apie ilgesnio laikotarpio, o ypač apie metų vartojimo kiekį. Toks apibendrinimas pateikia gerokai mažesnius rezultatus, pirmiausia dėl to, kad ne visi vartojantys alkoholį respondentai gėrė apklausos savaitę. Tai patvirtina ir kelių klausimų atsakymų palyginimas, pvz., visų geriančiųjų 70 proc. nurodė gėrę per apklausos savaitę, o 30 proc. geriančiųjų – negėrė. Perskaičiuojant savaitės duomenis metų laikotarpiui, ši dalis informacijos neatsispindi bendrame suvartoto alkoholio kiekyje. Antra, išgeriamo alkoholio vienetų skaičius gali būti mažesnis dėl to, kad apklausa vyko Advento metu, o ne eilinę savaitę (gruodžio 12–22 dienomis). Todėl tikslinga apklausomis vertinti ne išgeriamo alkoholio kiekį, o jo vartojimo dažnumą ir pasiskirstymą tarp geriančiųjų. Alkoholio kiekį tikslinga vertinti pagal mokesčių inspekcijos ar prekybos įstaigų apskaitos duomenis.

3. Alkoholio vartojimo aplinka ir įpročiai

Vartojimo aplinkai ir įpročiams apibūdinti vartojančių alkoholį respondentų buvo klausama: Su kuo jūs dažniausiai vartojate alkoholį? Kur jūs paprastai vartojate alkoholį? Ar jūs geriate rytais?

Išanalizavus respondentų atsakymus galima teigti, kad dauguma moterų (64,7 proc.) ir vyrų (74,7 proc.) alkoholį vartoja su giminėmis, bendradarbiais, draugais (tai sudaro 71,4 proc. geriančiųjų) ir dažniausiai namuose (92,9 proc.); 89 proc. atsakiusiųjų rytais negeria.

Socialinės rizikos šeimų apklausoje gauti atsakymai skiriasi: pusė respondentų geria vieni ir su kartu gyvenančiais asmenimis; 40 proc. šios grupės apklaustųjų geria ir rytais. Nepaisant to, kad 91 proc. respondentų geria namuose, tačiau net 45 proc. vyrų ir 37 proc. moterų geria viešose vietose.

Svarbu pažymėti, kad darbo vietoje apklaustieji, išskyrus socialinės rizikos šeimų narius, nevartoja alkoholio.

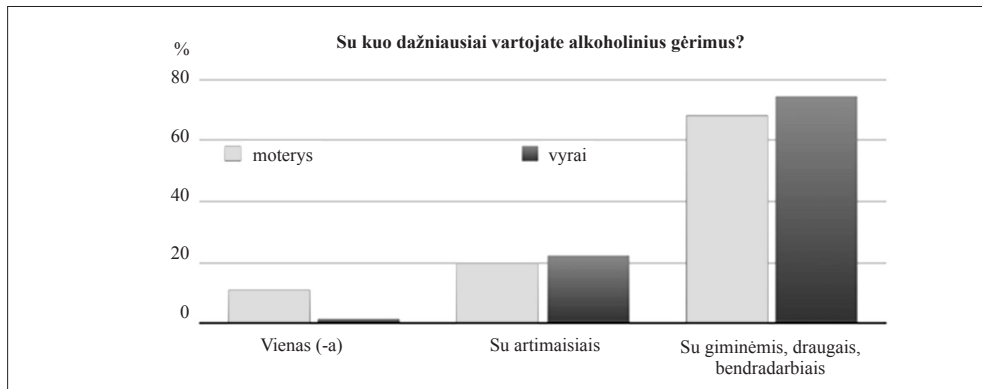
Miesto ir didmiesčių gyventojai daug daugiau geria baruose nei kaimo gyventojai. Geriančių baruose skaičius pagal amžių pastebimai mažėja didėjant amžiui, tačiau įgiję aukštesnį išsilavinimą bei specialistai ir vadovai labiau linkę alkoholį vartoti baruose, kaip ir jauniausi (15–19 m., besimokantys), kurie nors taip pat geria namuose, tačiau didžioji jų dalis geria baruose (5 iš 6).

Pagal gėrimo intensyvumą baruose daugiausia alkoholį vartoja progomis geriantieji.

Be socialinės rizikos šeimų narių, viešojoje vietoje daugiausia geria didmiesčių gyventojai, besimokantys (23,8 proc.), mažiausiai – jauniausi ir vyriausi.

RARHA tyrimo išvalgos apie vartojimo įpročius patvirtina faktą, kad Lietuvoje dažniausiai geriama savo namuose, ypač tai būdinga vartojantiems gėrimus kiekvieną savaitę. Baruose ir restoranuose per paskutinius 12 mėn. gėrė 50 proc. visų apklaustųjų Lietuvoje. Ši dalis tarp tiriamųjų šalių yra tikrai maža. Kiekvieną savaitę geriantieji respondentai restoranuose lankosi retai. Kasdien geriantieji respondentai baruose beveik visai nevartoja alkoholio.

Atvirose viešose erdvėse (parkuose, gatvėse ir kt.) ir renginiuose apie 30 proc. visų geriančiųjų respondentų yra vartoję alkoholį. Tačiau tarp kiekvieną savaitę geriančiųjų tik 10 proc. atsakė, kad per paskutinius 12 mėn. yra gėrę atviroje erdvėje.



3 pav. *Alkoholio vartojimo aplinka*

Šaltinis: sudaryta autorių pagal apklausos duomenis

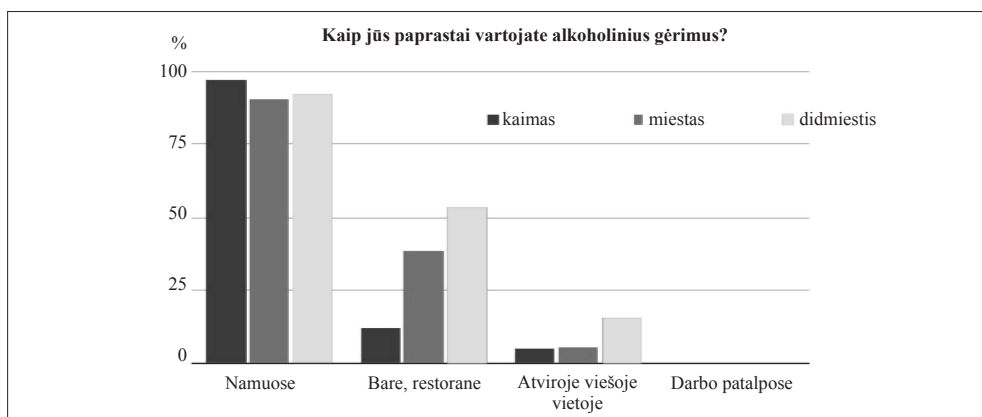
Apie 80 proc. visų gėrusiųjų respondentų nurodė, kad per paskutinius 12 mėn. yra vartoję alkoholį su šeimos nariais. Tačiau tarp geriančiųjų kiekvieną savaitę tokių atsakymų gerokai mažiau, t. y. apie 45 proc. Beveik visi geriantieji respondentai pažymėjo, kad per paskutinius metus yra gėrę su draugais, pažįstamais ir kolegomis.

Lietuvoje apie 40 proc. respondentų nurodė per paskutinius metus gėrę vieni. Ypač daug (daugiausia iš tiriamųjų šalių), apie 30 proc., tokių buvo tarp geriančiųjų kiekvieną savaitę.

Lyginant Lietuvos ir kitų 19 šalių atsakymus, matyti, kad Lietuvoje kiekvieną savaitę vartojantys alkoholį respondentai geria su pažįstamais arba draugais.

Lietuvoje alkoholis yra geriamas kartu su maistu. Vis dėlto mažiau geriančiųjų su maistu pasitaiko kiekvieną savaitę vartojančiųjų grupėje.

Apibendrinant galima sakyti, kad Lietuvoje dažniausiai geriama namuose su giminėmis, draugais ar bendradarbiais. Kiekvieną savaitę geriantys respondentai, o ypač iš socialinės



4 pav. *Alkoholio vartojimo vietos*

Šaltinis: sudaryta autorių pagal apklausos duomenis

rizikos grupės, beveik visada geria namuose, daug dažniau negu kitose grupėse pasitaiko atvejų, kai jie geria vieni, taip pat rytais.

Baruose dažniausiai lankosi progomis geriantys didmiesčio ir kitų miestų gyventojai, paprastai jaunimas arba vyresnio amžiaus žmonės, turintys aukštesnį išsilavinimą ir aukštesnes pareigas. Šios grupės apklaustieji dažniau neviršija rizikingo alkoholio vartojimo kiekio.

4. Alkoholio vartojimo pasekmės

Alkoholio vartojimas labai padidina konfliktiškumą ir smurto artimoje aplinkoje tikimybę. Atliktas tyrimas parodė, kad penktadalis visų respondentų nurodė turėję tokių problemų. Konfliktų kilimo tikimybė tuo didesnė, kuo labiau asmuo yra priklausomas nuo alkoholio. Dažniausiai konfliktų kyla ten, kur daugiausia girtaujama. Tyrimas atskleidė, kad šeimoje ir draugų rate konfliktų turėjo 57,3 proc. girtaujančių ir 24,9 proc. reguliariai vartojančių respondentų, o viešose vietose – 11,6 proc. ir 7,1 proc. atitinkamai.

4 lentelė. Dėl alkoholio vartojimo kilusios problemos su kitais žmonėmis

	Girtaujantys asmenys	Reguliariai vartojantys	Vartojantys progomis
Šeimoje, draugų rate	57,3	24,9	8,3
Viešose vietose	11,6	7,1	2,2
Darbe	4,3	1,1	0
Problemų neturėjo	26,8	63	88,2
Neatsakė, nežino	0	3,9	1,4

Šaltinis: sudaryta autorių pagal apklausos duomenis

Girtaujantys asmenys iš dalies supranta savo konfliktišką elgesį (tai rodo atsakymai į anketos klausimus), bet negali (ir nenori) jo kontroliuoti. Aplinkoje, kur tvyro nebaudžiamumas ir mažiausia sankcijų tikimybė (šeima, draugai), girtaujantys asmenys labiau atsipalaiduoja ir yra linkę agresyviau elgtis.

Santykinai tik maža visų respondentų dalis reaguoja į kritiką dėl alkoholio vartojimo (kad tokia kritika erzina, pažymėjo 14,8 proc. visų respondentų). Kuo dažniau asmuo vartoja alkoholį, tuo labiau tikėtina yra kritikuojamam dėl to ir tuo labiau jį erzina kitų žmonių kritika. Tai pažymi 54,4 proc. girtaujančiųjų ir 27,2 proc. reguliariai vartojančiųjų.

Priežasčių analizė atskleidžia į alkoholio vartojimą linkusių asmenų sąsajas su panašia jų tėvų elgsena. Daugiau nei trečdalis visų respondentų (36 proc.) patvirtina, kad bent vienas arba abu jų tėvai yra vartoję alkoholį. Vartojimo tradicijos yra gana tvirtos, o augančioms kartoms suformuojamas imitacinis tokios elgsenos pavyzdys. Kuo labiau asmuo yra priklausomas nuo alkoholio, tuo labiau jo tėvai (ar bent vienas iš jų) buvo linkę į alkoholį. Girtaujantys (60 proc.) ir reguliariai vartojantys (50 proc.) respondentai nurodė, kad jų abu arba vienas iš tėvų gėrė. Negeriančiųjų ir progomis geriančiųjų respondentų tėvai dažniau (daugiau kaip 60 proc.) buvo negeriantys. Galima sakyti, kad genetinių veiksnių ir ankstyvosios pirminės aplinkos įtaka vėlesniam asmens polinkiui į priklausomą nuo alkoholio elgesį yra pakan-

kamai akivaizdi. Pakanka vieno iš tėvų vartoti gausiai alkoholį, kad čia minima tendencija pasireikštų susiformuojant vėlesnėms vaikų ir jaunimo nuostatoms į alkoholį ir jo vartojimą.

5 lentelė. Supratimas apie alkoholio daromą žalą sveikatai

	Girtaujantys	Reguliariai vartojantys	Vartojantys progomis	Nevartojantys
Taip	69,9	89,2	89,8	94,7
Ne	22,1	8,4	7,9	2,7
Nežino, neatsakė	8	2,5	2,3	2,6

Šaltinis: sudaryta autorių pagal apklausos duomenis

Dauguma respondentų, daugiau kaip 90 proc. visų apklaustųjų supranta alkoholio daromą žalą. Beveik visi nevirtojantys alkoholio respondentai nurodė žinantys apie jo neigiamą poveikį sveikatai. Apie alkoholio daromą žalą sveikatai žino ir girtaujantys asmenys (70 proc.), tačiau greičiausiai dėl gynybinių, pvz., kognityvių disonanso ir kitų priežasčių, nėra pajėgūs iš liguisto rato išeiti be specialios paramos.

6 lentelė. Bandytas sumažinti alkoholinių gėrimų vartojimą arba jų atsisakyti

	Girtaujantys	Reguliariai vartojantys	Vartojantys progomis
Taip, bandė kelis kartus	18,7	18,7	4,4
Taip, bandė kartą	17,8	6,9	3,3
Nebandė	63,5	73,4	87,1
Nežino, neatsakė	0	1,1	5,2

Šaltinis: sudaryta autorių pagal apklausos duomenis

Tyrimo buvo analizuojamos pastangos sumažinti alkoholinių gėrimų vartojimą arba jų atsisakyti. Apklausa parodė, kad vidutiniškai trečdalis visų tiriamųjų bent kartą bandė sumažinti alkoholinių gėrimų vartojimą arba jų atsisakyti. Geriančiųjų tokių buvo 36,5 proc., o reguliariai vartojančiųjų – 25,6 proc. respondentų. Tikėtina, kad dažnai girtaujantys asmenys pakankamai suvokia savo padėtį, bet yra nepajėgūs įveikti šią problemą ar nežino jos įveikos būdų.

Išvados

Atliktame VU ir LVK tyrime gėrimo įpročiai ir aplinka nagrinėti remiantis 2016 m. gruodžio 12–22 d. vykdyta reprezentatyvia 1 113 respondentų apklausa. Gėrimo dažnumas ir alkoholinių gėrimų kiekis analizuoti remiantis savaitę iki apklausos gėrusiųjų respondentų atsakymais. Apklauskos savaitę 57 proc. apklaustųjų vartojo alkoholinius gėrimus ir vidutiniškai išgėrė 7,5 standartinius alkoholio vienetus.

Siekiant detaliau išanalizuoti alkoholio vartojimo įpročius, visi gėrusieji respondentai pagal vartojimo dažnumą ir kiekį buvo suskirstyti į tris grupes: girtaujantieji, reguliariai geriantieji ir proginiai vartotojai.

Girtaujantieji – asmenys, kurie geria alkoholinius gėrimus kasdien arba 2–4 kartus per savaitę ir išgeria 20 ir daugiau standartinių alkoholio vienetų. Šią grupę sudarė 5,7 proc. visų geriančiųjų.

Reguliariai geriančių respondentų grupę sudarė kiekvieną savaitę geriantieji, tačiau išgėrę ne daugiau kaip 19 standartinių vienetų alkoholio. Į šią grupę pateko 7,7 proc. geriančių respondentų.

Proginiai vartotojai – respondentai, kurie vartoja alkoholinius gėrimus kartą per mėnesį ar rečiau. Tai gausiausia grupė, į kurią pateko 44,0 proc. gėrusių respondentų. Atliktas tyrimas atskleidė ir patvirtino kituose tyrimuose akcentuotą išvargą, kad Lietuvoje geriama ne dažnai, tačiau gausiai, t. y. vyrauja proginio gėrimo įpročiai.

Nagrinėjant gyventojų alkoholio vartojimo dažnumą ir pasiskirstymą, matomas didelis netolygumas. Pusė visų saikingai vartojančiųjų išgeria mažiau negu ketvirtadalį (23 proc.) viso alkoholio kiekio, o gausiausiai vartojantys (10 proc. apklaustųjų) išgeria daugiau negu trečdalį (37 proc.) viso alkoholio kiekio.

Per apklausos savaitę alkoholį vartojo 57 proc. (639) respondentų, iš kurių 24 proc. gėrė alų, 19,6 proc. – stipriuosius gėrimus, 13 proc. – vyną ir šampaną, 3,6 proc. – sidrą ir kokteilius. Vidutiniškai vienas geriantis respondentas per savaitę išgėrė 7,5 standartinių alkoholio vienetų.

Lietuvoje dažniausiai geriama namuose su giminėmis, draugais ar bendradarbiais. Kiekvieną savaitę geriantys respondentai, o ypač iš socialinės rizikos grupės, beveik visada tai daro namuose, daug dažniau negu kitose grupėse pasitaiko atvejų, kai jie geria vieni ir rytais.

Baruose dažniausiai lankosi progomis geriantys didmiesčio ir kitų miestų gyventojai, dažniau jaunimas ir vyresnio amžiaus žmonės, turintys aukštesnį išsilavinimą ir aukštesnes pareigas. Pagal išgeriamą per savaitę alkoholio kiekį šios grupės respondentai vidutiniškai neviršija rizikingo alkoholio kiekio.

Alkoholio vartojimas labai padidina konfliktiškumą ir smurto artimoje aplinkoje tikimybę. Atliktas tyrimas parodė, kad penktadalis visų respondentų nurodė turėję tokių problemų. Konfliktų kilimo tikimybė tuo didesnė, kuo labiau asmuo yra priklausomas nuo alkoholio. Dažniausiai konfliktų kyla ten, kur daugiausiai girtaujama. Tyrimas atskleidė, kad šeimoje ir draugų rate konfliktų turėjo 57,3 proc. girtaujančių ir 24,9 proc. reguliariai vartojančių respondentų, o viešose vietose – 11,6 proc. ir 7,1 proc. atitinkamai.

Dauguma respondentų, daugiau kaip 90 proc. visų apklaustųjų, supranta alkoholio daromą žalą. Beveik visi nevartojantys alkoholio respondentai nurodė žinantys apie jo neigiamą poveikį sveikatai. Apie alkoholio daromą žalą sveikatai žino ir girtaujantys asmenys (70 proc.).

Apklausa parodė, kad tik nedidelė dalis visų tiriamųjų bent kartą bandė sumažinti alkoholio vartojimą arba atsisakyti alkoholio. Geriančiųjų tokių buvo 36,5 proc., o reguliariai vartojančiųjų – 25,6 proc. respondentų. Tikėtina, kad dažnai girtaujantys asmenys pakankamai suvokia savo padėtį, bet yra nepajėgūs atsisakyti vartojimo ar nežino šios problemos įveikos būdų.

Būtų tikslinga akcentuoti ir viešinti alkoholio kiekio rizikingumą, t. y. saikingo, rizikingo ir perteklinio vartojimo ribas. Saikingo vartojimo lygio informacijos viešinimas ir įsisąmoninimas paskatintų bent dalį reguliarių ar proginių vartotojų neperžengti rizikingos ribos.

Literatūra

Delker, E., Brown, Q., Hasin, D. 2016. Alcohol Consumption in Demographic Subpopulations: An Epidemiologic Overview, *Alcohol Research: Current Reviews*, 38(1): 7–15.

Goštautas, A. 1998. Vyrų gyvenimo stiliaus ypatumų ryšys su mirtimi per 20 metų. *Sociologija: praeitis ir dabartis*. Mokslinės konferencijos pranešimų medžiaga. 2 kn., Kauno technologijos universitetas. Kaunas: Technologija, 1998, p. 233–236.

Grabauskas, V., Prochorškas, R., Veryga, A. 2009. Associations between mortality and alcohol consumption in Lithuanian population. *Medicina*, 45(12): 1000–1012. <https://doi.org/10.3390/medicina45120128>

Ignatavičiūtė, L., Goštautas, A., Goštautaitė-Midttun, N. 2012. Lietuvos gyventojų alkoholio vartojimo nuostatų sąsajos su respondentų lytimi, amžiumi ir išsimokslinimu. *Sveikatos mokslai*, 22(1): 21–27. <https://doi.org/10.5200/sm-hs.2012.003>

Lietuvos statistikos departamentas, 2014. *Lietuvos gyventojų sveikatos statistinio tyrimo rezultatai* [pdf] Vilnius: Lietuvos statistikos departamentas. Prieiga per internetą: <<https://osp.stat.gov.lt/informaciniai-pranesimai?articleId=5715338> > [žiūrėta 2017 05 12].

Lietuvos statistikos departamentas, 2018. *Alkoholio ir tabako vartojimas ir padariniai 2017 m.* Vilnius: Lietuvos statistikos departamentas. [interaktyvus]. Prieiga per internetą: <<https://osp.stat.gov.lt/informaciniai-pranesimai?articleId=5715338>> [žiūrėta 2018 06 10].

Grabauskas, V., Klumbienė, J., Petkevičienė, J., Šakytė, E., Kriaučionienė, V., Veryga, A. 2015. *Suaugusių Lietuvos žmonių gyvenamosios tyrimas 2014*. Kaunas: LSMU.

McKee, M., Pomerleau, J., Robertson, A., Pudule, I., Grinberga, D., Kadziauskienė, K., Abaravičius, A., Vaask, S. 2000. Alcohol consumption in the Baltic Republics. *J Epidemiol Community Health*, 54(5): 361–366. <https://doi.org/10.1136/jech.54.5.361>

RARHA, 2016. *Comparative monitoring of alcohol epidemiology across the EU*. Synthesis report. RARHA. [interaktyvus]. Prieiga per internetą: <<http://www.rarha.eu/NewsEvents/LatestNews/Lists/LatestNews/Attachments/36/Comparative%20monitoring%20of%20alcohol%20epidemiology%20across%20the%20EU%20E2%80%93%2027.02.pdf> > [žiūrėta 2017 05 20].

Tamutienė, I. (2014). Alkoholio vartojimo priežastys ir būdai Lietuvoje: žalos ir neformalaus drausminio aspektai. *Kultūra ir visuomenė. Socialinių tyrimų žurnalas*, 5(3): 109–124.

WHO, 2014. *Global status report on alcohol and health*. WHO. [interaktyvus]. Prieiga per internetą: <http://www.who.int/substance_abuse/publications/global_alcohol_report/msb_gsr_2014_1.pdf?ua=1 > [žiūrėta 2017 05 07].

WHO, 2014. *Standartiniai vienetai*. WHO. [interaktyvus]. Prieiga per internetą: <<http://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/alcohol-use/do-you-drink-too-much-test-your-own-alcohol-consumption-with-the-audit-test> > [žiūrėta 2017 05 10].