

## Veselības saglabāšanas un uzlabošanas paradumi: Ozolnieku novada iedzīvotāju aptaujas rezultāti

*Dina Bite*

*Rīgas Stradiņa universitāte, Humanitāro zinātņu katedra, Latvija*

**Ievads.** Kopš 2017. gada tām vietējām pašvaldībām Latvijā, kuras ir Nacionālā veselīgo pašvaldību tīkla dalībnieces, ir iespēja realizēt darbības programmas “Izaugsme un nodarbinātība” 9.2.4. specifiskā atbalsta mērķa “Uzlabot pieejamību veselības veicināšanas un slimību profilakses pakalpojumiem, jo īpaši nabadzības un sociālās atstumtības riskam pakļautajiem iedzīvotājiem” 9.2.4.2. pasākuma “Pasākumi vietējās sabiedrības veselības veicināšanai un slimību profilaksei” projektus, saņemot finansējumu no Eiropas Sociālā fonda un valsts budžeta līdzekļiem.

Arī Ozolnieku pašvaldībā projekta “Slimību profilakses un veselības veicināšanas pasākumi Ozolnieku novadā” ietvaros ir uzsākti dažādi izglītojoši pasākumi, informatīvas kampaņas, praktisku nodarbību cikli, lai sasniegtu vairākas iedzīvotāju kategorijas, jo īpaši bērnus un jauniešus, bezdarbniekus, mazturīgos un iedzīvotājus pēc 54 gadu vecuma. Projekta aktivitātes notiek visos novada pagastos – Ozolniekos, Salgalē un Cenās, tādējādi uzlabojot veselības aprūpes pakalpojumu pieejamību perifērajās teritorijās, veicinot ikviena indivīda atbildību par veselības saglabāšanu un uzlabošanu, kā arī sekmējot novada iedzīvotāju integrāciju. Plašākā kontekstā projekta aktivitātēm ir potenciāls pārmainīt gan fizisko, gan sociālo un kulturālo ietvaru, veidojot un nostiprinot iedzīvotāju veselības saglabāšanas un uzlabošanas paradumus.

**Darba mērķis, materiāls un metodes.** No 2017. gada augusta līdz novembrim Ozolnieku novadā tika veikta iedzīvotāju aptauja, lai noskaidrotu Ozolnieku novada iedzīvotāju paradumus attiecībā uz veselības saglabāšanu un uzlabošanu. Atbilstoši projekta ietvaram pētījumā uzmanība tika vērsta uz veselīga dzīvesveida elementiem – uzturu, atkarību izraisošo vielu lietošanu, fiziskajām aktivitātēm un profilaktiskajām medicīniskajām apskatēm.

Pētījuma mērķa sasniegšanai tika izraudzīta kvantitatīvā sociālo pētījumu pieeja – aptaujas metode ar anketēšanu. Hipotēzes pētījumā netika izvirzītas, jo aptaujas dizains ir aprakstošs. Tā kā pētījuma iecere ir eksperimentāla, tad šādu pašu aptauju plānots veikt pēc projekta aktivitāšu noslēgšanās 2020. gada sākumā, lai iespēju robežās novērtētu izmaiņas iedzīvotāju veselības saglabāšanas un uzlabošanas paradumos.

**Rezultāti.** Aptaujā piedalījās 370 Ozolnieku novada iedzīvotāji vecumā no 13 līdz 87 gadiem, no tiem 63% bija sievietes un 37% – vīrieši. Atsaucīgākie respondenti bija no Ozolnieku pagasta, ar augstāko izglītību, algota garīga darba darītāji un ar samērā augstiem ienākumiem, kas ļauj pieņemt, ka ar veselības saglabāšanu un uzlabošanu saistītie respondentu paradumi būs kopumā atbilstoši vispārīgiem veselīga dzīvesveida paradumiem. Tomēr pētījuma rezultāti atklāj būtiskas atšķirības starp dzimumiem vairākās ar veselības saglabāšanu un uzlabošanu saistītās kategorijās, piemēram, sievietes biežāk nekā vīrieši lieto veselīgāku uzturu un biežāk apmeklē profilaktiskās apskates. Īpaši jāizceļ pusaudžu un jauniešu tendence patērēt neveselīgu pārtiku un lietot atkarību izraisošas vielas ievērojami biežāk nekā citās vecuma grupās. Pozitīvi vērtējama dažādu fizisko aktivitāšu izplatība visās vecuma grupās un respondentu pārliecība par savu atbildību veselības saglabāšanas un uzlabošanas paradumu veidošanā.

**Secinājumi.** Ozolnieku novada iedzīvotāju aptaujas rezultāti apstiprina citu Latvijā veiktu pētījumu rezultātus un iekļaujas vispārējā ar veselīgu dzīvesveidu saistīto paradumu kontekstā. Šī brīža aprakstošie rezultāti ir izmantojami turpmākiem salīdzinošiem pētījumiem un sniedz rekomendācijas projekta realizētājiem nodarbību un aktivitāšu plānošanai Ozolnieku novadā.