

**Ј.З.У – ИНСТИТУТ ЗА ЈАВНО ЗДРАВЈЕ НА
РЕПУБЛИКА СЕВЕРНА МАКЕДОНИЈА - СКОПЈЕ**



ИЗВЕШТАЈ

**за реализирано истражување за причините за
немотивираност
на граѓаните за прекин на пушењето,**

С к о п ј е, декември 2019

**ЈЗУ ИНСТИТУТ ЗА ЈАВНО ЗДРАВЈЕ НА
РЕПУБЛИКА СЕВЕРНА МАКЕДОНИЈА**

В.Д. Директор: Доц. д-р Шабан Мемети

Стручна изработка:

СЕКТОР ЗА ПРОМОЦИЈА, АНАЛИЗА И СЛЕДЕЊЕ НА НЕЗАРАЗНИ БОЛЕСТИ

Проф. д-р Елена Косевска, раководител на Секторот, специјалист по социјална медицина

М-р Сања Прошева, дипломиран социјален работник

Јасмина Шакири, дипломирана медицинска сестра

СЕКТОР ЗА СТАТИСТИЧКА ОБРАБОТКА НА ЗДРАВСТВЕНИ ПОДАТОЦИ, ПУБЛИЦИСТИКА И ЕДУКАЦИЈА

Инж. Арменд Исени, информатичар

1. ВОВЕД

Во рамките на програмата „Здравје за сите“ за 2019 година објавена во Службен весник на РМ бр. 4 од 10.01.2019 беше предвидено да се спроведе анкета со граѓаните за причините за неоткажување од пушењето, односно употребата на тутун.

Анкетирањето се вршеше од страна на превентивните тимови, односно патронажните сестри во Здравствените домови низ целата држава, заедно со превентивните прегледи и патронажни посети кои се спроведуваа во руралните предели. Граѓаните беа запрашани за причините за неоткажување од пушењето, како и што би им помогнало, доколку би сакале да престанат да пушат.

Секој од 33 здравствени домови, согласно програмата требаше да реализираат по 6 акции за бесплатни лекарски прегледи во руралните средини во текот на годината, но исто така активноста требаше да ја спроведат патронажните сестри при нивната посета во домовите на граѓаните.

Институтот за јавно здравје (ИЈЗ) беше задолжен да изготви Извештај за спроведеното истражување за причините за неоткажување од пушењето.

За истражувањето беше подготвен посебен анкетен прашалник во кој беа наведени најчестите причини за демотивираност за престанок со пушењето. Исто така беше побарана информација во случај пушачот да сака да престане да пуши, што би го мотивирало да успее во својата намера.

Прашалниците беа доставени до сите здравствени домови. Пополнетите прашалници беа вратени во ИЈЗ за натамошна обработка.

2. РЕЗУЛТАТИ

Анкетирањето на граѓаните за причини за неоткажување од пушење во Република Северна Македонија беше реализирано на 23 локации (Табела 1).

Табела 1: Локации во кои беше спроведено анкетањето

Локации
Битола
Вевчани
Велес
Виница
Дебар
Делчево
Кичево
Кратово
Крива Паланка
Крива Паланка-Жидилово
Крушево
Куманово
Македонски Брод
Неготино
Пробиштип
Радовиш
Ресен
Ресен - Царев Двор
Св.Николе-Каратманово
Св.Николе-с.Црнилиште
Свети Николе
Струмица
Штип

Биа анкетирани 423 пушачи. Од нив, најголемиот број - 218 одговориле дека немаат желба и не сакаат да престанат да пушат (што е поголем број од оние кои одговориле дека сакаат да престанат да пушат). 31.2% одговориле дека сакаат да престанат да пушат, додека 17.3% не одговориле на прашањето (Табела 2).

Табела 2: Желба да се престане со пушењето

Сака да престане да пуши	Не сака да престане	Не одговорил	Вкупно
132	218	73	423
31,2%	51,5%	17,3%	100%

На прашањето “Која е причината зошто не сакате да престанете да пушите?”, најголем дел испитаници одговориле дека цигарата им причинува задоволство (14%). 13% одговориле дека не размислувале досега за тоа или дека тоа не им е важно. 10% рекле категорично дека едноставно не сакаат да престанат да пушат. 8% одговориле дека се обиделе, но не им успева да престанат, додека други 7% рекле дека немаат никакви здравствени проблеми поради пушењето.

Причините за неоткажување од пушење се прикажани на следната табела 3 и графикон 1:

Табела 3: Причини за неоткажување од пушење

Причини	Број	%
Не сум размислувал досега, не ми е важно	90	13%
Едноставно не сакам да престанам да пушам	71	10%
Ќе ми биде досадно ако престанам да пушам	23	3%
Цигарата ми е задоволство	96	14%
Цигарата ми дава енергија	16	2%
Не се секирам за пушењето, уште не сум се разболел (од рак)	20	3%
Немам никакви здравствени проблеми поради пушењето	50	7%
Еден ден сите ќе умреме од нешто, зошто да престанам да пушам	21	3%
Пушењето е навика (имам потреба да ја држам цигарата, да ја ставам во уста, да ја држам кутијата, да правам нешто со рацете, потреба да вдишувам)	28	4%
Познавам многу стари луѓе што пушат и не се разболеле (ништо не им фали)	37	5%
Другите (сите) пушат (дома, на работа, сегде)	15	2%
Имам многу неплатени сметки, грижи	6	1%
Работата, животот е многу стресен	40	6%
Се плашам да престанам	18	3%
Ако престанам да пушам ќе се здебелеам	26	4%
Не можам да ја совладам желбата за цигара	47	7%
Поради нервоза/ анксиозност не можам да престанам	37	5%
Сум се обидел, но не ми успева да престанам да пушам	53	8%
Методите за откажување не ми помагаат	7	1%
Друго:	1	0%

Графикон 1



Како друга причина е наведено: “Знам дека е штетно, ама не ми пречи досега”, “Сум пробал многу пати, ама не ми успеа”; “Чувствувам голема зависност и неможам да престанам”; “Пушам од досада”, “Пушам од нервоза”.

На прашањето “Кога би сакале да престанете да пушите, што мислите дека би ви помогнало за да успеете? ”, најчест негативен одговор бил “Не сакам да престанам да пушам” (28%) и “Ништо не може да ми помогне” (18%) (Табела 4).

Табела 4: Помош при откажување од пушење

	Број	%
Не сакам да престанам да пушам	135	29%
Ништо не може да ми помогне	76	16%

На истото прашање “Кога би сакале да престанете да пушите, што мислите дека би ви помогнало за да успеете? ”, оние кои што сакале да престанат со пушење одговориле дека: на 11% добро би им дошол совет од доктор или авторитетно лице би им помогнало. Исто така, 11% од анкетираниите одговориле дека разговор со други кои се откажуваат од пушење (групи за поддршка) би им помогнал. 8% очекуваат поддршка од семејството, 9% сметаат дека спортот и шетањето во природа би им помогнале, додека 5% од анкетираниите сметале дека во откажување од пушење би им помогнало користење на електронска цигара (Табела 5).

Табела 5: Помош при откажување од пушење

	Број	%
Совет од доктор, авторитетно лице	52	11%
Посетување на советувашиште за откажување од пушење	17	4%
Поддршка од семејството	40	8%
Користење фластери/мастики кои содржат никотин	5	1%
Користење електронска цигара	25	5%
Разговор со други кои се откажуваат од пушење (групи за поддршка)	54	11%
Спорт, шетање во природа	41	9%
Медитација	2	0,4%
Друго:	26	5%

Дополнителни коментари беа: “Само болест” “Не знам што би можело да ми помогне”; “Ако многу се разболам и не можам да дишам”; “Цврста желба”; “Ако сам решам одма ќе престанам со пушење”.

Интересен податок е што многу мал број лица одговориле дека посетување на советувалиште за откажување од пушење би можело да им помогне (4%), како и користење фластери и мастики со никотин (1%).

Графикон 2



3. ЗАКЛУЧОЦИ И ПРЕПОРАКИ

1. Одзивот на граѓаните не задоволува (423).
2. Анкетата беше спроведена на мал број локации (23).
3. Поголемиот број пушачи не сакаат да престанат да пушат (повеќе од половината).
4. Најчеста причина за неоткажување од пушење е дека цигарата им причинува задоволство (14%). 8% одговориле дека се обиделе, но не им успева да престанат.
5. Најголем број испитаници сметаат дека ништо не може да им помогне да се откажат од пушење или самите тие не сакаат да се откажат од пушење. Од оние кои очекуваат помош, тоа е најчесто совет од доктор, авторитетно лице или семејството. Помал е бројот на испитаници кои сметаат дека спортот и шетањето во природа би им помогнало.
6. Многу мал број лица одговориле дека посетување на советувашиште за откажување од пушење би можело да им помогне, како и користење фластери и мастики со никотин. Ова упатува кон заклучокот дека е потребна поголема промоција за постоење на Советувалишта за откажување од пушење при 10-те центри за јавно здравје и објаснување на нивната улога и начинот на кој овие советувашишта работат и помагаат.
7. Препорачуваме обезбедување на бесплатна набавка на фластери и мастики со никотин преку позитивната листа на лекови.
8. Наша препорака за иднина е да се направат напори од страна на здравствените домови за поголемо вклучување на граѓаните во анкетата, со вклучување на повеќе целни групи (во градски средини, пациенти кои веќе имаат здравствен проблем).
9. Изготвување на посебна Годишна Национална програма за откажување од пушење, од страна на Министерството за здравство и Владата на Република Македонија, во која ќе бидат предвидени буџетски средства за реализација на активностите на ИЈЗ, 10-те центри за јавно здравје и 33 здравствени домови.
10. Поголем број на континуирани кампањи за поширокото население со цел да им се објасни кои се штетните ефекти од користењето тутун и поголема свест за штетноста на пасивното пушење.