

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



ИЗВЕШТАЈ

**за реализирано истражување за причините за немотивираност
на граѓаните за прекин на пушењето,
во рамките на Програмата „Здравје за сите“ во Република
Македонија, во 2018 година**

С к о п ј е, декември 2018

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

В.Д. Директор: Асс. Д-р Шабан Мемети

Стручна изработка:

СЕКТОР ЗА ПРОМОЦИЈА, АНАЛИЗА И СЛЕДЕЊЕ НА НЕЗАРАЗНИТЕ БОЛЕСТИ

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

Д-р Силвана Ончева, м-р по медицински науки, специјалист по социјална медицина

1. ВОВЕД

Во рамките на програмата „Здравје за сите“ за 2018 година објавена во Службен весник на РМ бр. 17 од 26.01.2018 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.

Поради малиот одзив на акцијата, ИЈЗ во неколку наврати изврши интервенција до сите здравствени домови (вербално и писмено, на 20.08.2018, 09.10.2018 и 08.11.2018), но и покрај тоа одзивот од здравствените домови беше многу мал.

2. РЕЗУЛТАТИ

Анкетирањето на граѓаните за причини за неоткажување од пушење во Република Македонија беше реализирано на 18 локации (Табела 1).

Табела 1: Локации во кои беше спроведено анкетаирањето

Локации
Agino selo, Куманово
Bitola
Цrnilishtе
Karatmanovo, Свети Nikole
Kичeво
Kriva palanka
Kрушево
Prilep
Пробиштип
Padoviш
Radovo, Струмича
Resen
Штип
Strumica
Cv Nikole
Beles
Binica
Жидилово

Биа анкетирани 253 пушачи. Од нив, најголемиот број (речиси половината) 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). 38,3% одговориле дека сакаат да престанат да пушат, додека 14,6% не одговориле на прашањето (Табела 2).

Табела 2: Желба да се престане со пушењето

Сака да престане да пуши	Не сака да престане да пуши	Не одговорил	Вкупно
97	119	37	253
38,3%	47,0%	14,6%	

На прашањето “Која е причината зошто не сакате да престанете да пушите?”, најголем дел испитаници одговориле дека цигарата им причинува задоволство (16%). 10% одговориле дека не размислувале досега за тоа или дека тоа не им е важно. 8% рекле категорично дека едноставно не сакаат да престанат да пушат. 7% 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	39	10%
Едноставно не сакам да престанам да пушам	30	8%
Ќе ми биде досадно ако престанам да пушам	20	5%
Цигарата ми е задоволство	61	16%
Цигарата ми дава енергија	14	4%
Не се секирам за пушењето, уште не сум се разболел (од рак)	14	4%
Немам никакви здравствени проблеми поради пушењето	28	7%
Еден ден сите ќе умреме од нешто, зошто да престанам да пушам	8	2%
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)	14	4%
Познавам многу стари луѓе што пушат и не се разболеле (ништо не им фали)	21	6%
Другите (сите) пушат (дома, на работа, сегде)	8	2%
Имам многу неплатени сметки, грижи	7	2%
Работата, животот е многу стресен	17	4%
Се плашам да престанам	8	2%
Ако престанам да пушам ќе се здебелеам	9	2%
Не можам да ја совладам желбата за цигара	23	6%
Поради нервоза/ анксиозност не можам да престанам	19	5%
Сум се обидел, но не ми успева да престанам да пушам	28	7%
Методите за откажување не ми помагаат	7	2%
Друго:	5	1%

Графикон 1



Како друга причина е наведено: “Пушам многу малку”, “Сум пробал со филтри, ама не ми успеа”; “Не пушам веќе една недела”; “Пушам од досада”.

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

Интересен е податокот дека 10% одговориле дека совет од доктор или авторитетно лице би им помогнало. По 9% очекуваат поддршка од семејството и користење електронска цигара. Разговор со други кои се откажуваат од пушење (групи за поддршка) би им помогнал на 8%, а спорт и шетање во природа кај 7% (Табела 4).

Табела 4: Помош при откажување од пушење

	Број	%
Не сакам да престанам да пушам	69	28%
Ништо не може да ми помогне	45	18%
Совет од доктор, авторитетно лице	25	10%
Посетување на советувалиште за откажување од пушење	5	2%
Поддршка од семејството	22	9%
Користење фластери/мастики кои содржат никотин	4	2%
Користење електронска цигара	21	9%
Разговор со други кои се откажуваат од пушење (групи за поддршка)	19	8%
Спорт, шетање во природа	18	7%
Медитација	1	0,4%
Друго:	15	6%
	244	

Дополнителни коментари беа: “Не знам што би можело да ми помогне”; “Што било, само да се откажам”; “Се би пробал само да се откажам”; “Ако многу се разболам и не можам да дишам”; “Сопствена желба, силна желба”; “Ништо”.

Интересен податок е што многу мал број лица одговориле дека посетување на советувалиште за откажување од пушење би можело да им помогне (2%), како и користење фластери и мастики со никотин (2%).

Графикон 2



3. ЗАКЛУЧОЦИ И ПРЕПОРАКИ

1. Одзивот на граѓаните воопшто не задоволува (253).
2. Анкетата беше спроведена на многу мал број локации (18).
3. Најголемиот број пушачи не сакаат да престанат да пушат (половината).
4. Најчеста причина за неоткажување од пушење е дека цигарата им причинува задоволство (16%). 7% 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. Од оние кои очекуваат помош, тоа е најчесто совет од доктор, авторитетно лице или семејството. Мал број испитаници 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 советувашишта за откажување од пушење при 10-те центри за јавно здравје.
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. Во Програмата “Здравје за сите во Република Македонија во 2018 година”, да се обезбедат средства за ИЈЗ за организирање на едукативни работилници за здравствени работници во примарната здравствена заштита со цел за обновување на нивните знаења во врска со методите за откажување од пушење. Тие во својата секојдневна работа со пациентите би работеле на едукација за откажување од пушење, се со цел за заштита на нивното здравје.