

## **CENTRUM BADANIA OPINII SPOŁECZNEJ**

---

SEKRETARIAT 629 - 35 - 69, 628 - 37 - 04

ZESPÓŁ REALIZACJI

BADAŃ

INTERNET:

621 - 07 - 57, 628 - 90 - 17

<http://www.korpo.pol.pl/cbos>

UL. ŻURAWIA 4A, SKR. PT.24

00 - 503 W A R S Z A W A

TELEFAX 629 - 40 - 89

E-mail: [cbos@pol.pl](mailto:cbos@pol.pl)

BS/52/52/98

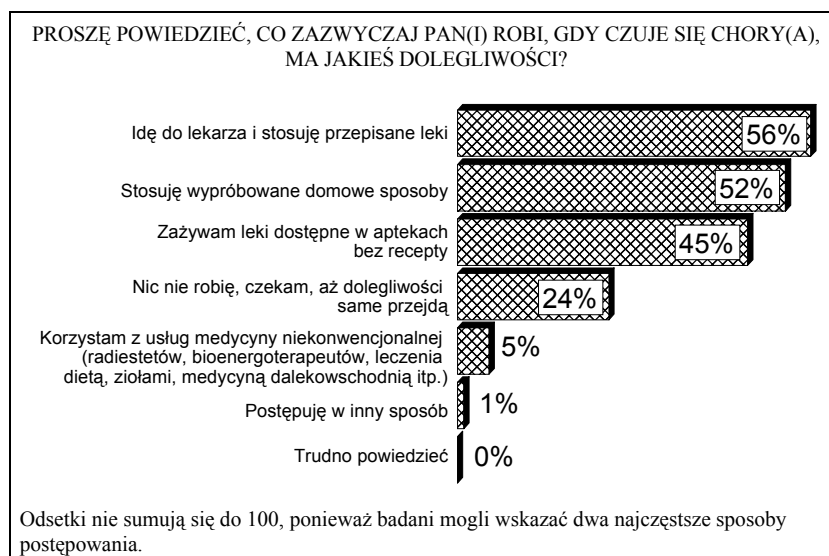
### **LECZENIE SIĘ DOMOWYMI SPOSOBAMI**

KOMUNIKAT Z BADAŃ

WARSZAWA, KWIECIEŃ '98

PRZEDRUK MATERIAŁÓW CBOS W CAŁOŚCI LUB W CZĘŚCI ORAZ WYKORZYSTANIE DANYCH EMPIRYCZNYCH  
JEST DOZWOLONE WYŁĄCZNIE Z PODANIEM ŹRÓDŁA

- ❖ Ponad połowa Polaków (56%) twierdzi, że gdy odczuwa jakieś dolegliwości, zazwyczaj korzysta z porady lekarza i stosuje przepisane leki, niewiele mniejszy odsetek (52%) leczy się różnymi domowymi sposobami.



- ❖ Najczęściej praktykowaną metodą leczenia jest łączenie wypróbowanych sposobów domowych z zażywaniem leków dostępnych bez recepty oraz stosowaniem medykamentów przepisanych przez lekarza (łącznie 38% wskazań). Prawie co piąty badany (18%) polega tylko na domowych sposobach i lekach dostępnych bez recepty, a co dziesiąty (10%) stosując wypróbowane metody domowe czeka aż dolegliwości same przejdą. Jedynie 9% respondentów korzysta wyłącznie z porady lekarza. Lekceważenie choroby i niestosowanie żadnej kuracji występuje bardzo rzadko (2% wskazań).
- ❖ Dużą rolę w radzeniu sobie z dolegliwościami odgrywają leki dostępne w aptekach bez recepty - w ciągu trzech miesięcy poprzedzających badanie przyjmowało je 54% ankietowanych, w tym 40% zażywało je częściej niż raz.

Nie zawsze udajemy się do lekarza, gdy źle się czujemy, jesteśmy przeziębieni, mamy niewielką gorączkę czy odczuwamy inne dolegliwości. Często próbujemy leczyć się sami, stosując różne domowe sposoby lub zażywając leki dostępne w aptekach bez recepty. Liczne reklamy zachęcają nas do stosowania rozmaitych preparatów i leków, a rynek farmaceutyków, które można nabyć bez recepty, ogromnie się rozwinął. Zdarza się również, że nie ufamy oficjalnej medycynie przedkładając nad nią rozmaite niekonwencjonalne sposoby leczenia. Czasem też - z różnych powodów - szkoda nam czasu na wizytę w przychodni albo sądzimy, że lekarz powie nam niewiele więcej, niż wiemy. Często nie chcemy albo nie możemy przerywać pracy, odrywać się od obowiązków zawodowych, obawiamy się także, że zwolnienie lekarskie mogłoby spowodować negatywne skutki - finansowe lub inne. Jeśli więc - według naszej oceny - dolegliwości nie są poważne albo nie mamy zaufania do lekarzy, częstokroć nie korzystamy z usług służby zdrowia, wolimy stosować inne metody leczenia. W jednym z ostatnich sondaży CBOS<sup>1</sup> próbowaliśmy znaleźć odpowiedź na pytanie, jak bardzo rozpowszechnione są w naszym społeczeństwie takie sposoby postępowania.

---

<sup>1</sup> Badanie „Aktualne problemy i wydarzenia” (94) przeprowadzono w dniach 12-17 marca ‘98 na 1123-osobowej reprezentatywnej próbie losowej dorosłych Polaków.

Leczenie się domowymi sposobami w przypadku odczuwania jakichś dolegliwości jest prawie równie częste jak korzystanie z porady lekarskiej i stosowanie przepisanych leków. Warto jednak zauważyć, że znaczny odsetek ankietowanych ucieka się także do innych sposobów radzenia sobie ze złym stanem zdrowia, np. zażywa lekarstwa dostępne w aptekach bez recepty.

	CBOS
Proszę powiedzieć, co zazwyczaj Pan(i) robi, gdy czuje się chory(a), ma jakieś dolegliwości? Proszę wskazać z podanej listy nie więcej niż dwa najczęstsze sposoby postępowania.	
Idę do lekarza i stosuję przepisane leki	56%
Stosuję wypróbowane domowe sposoby	52%
Zażywam leki dostępne w aptekach bez recepty	45%
Nic nie robię, czekam, aż dolegliwości same przejdą	24%
Korzystam z usług medycyny niekonwencjonalnej (radiestetów, bioenergoterapeutów, leczenia dietą, ziołami, medycyną dalekowschodnią itp.)	5%
Postępuję w inny sposób	1%
Trudno powiedzieć	0%

Co więcej, blisko jedna czwarta respondentów próbuje przeczekać, aż odczuwane dolegliwości same ustąpią. Natomiast względnie rzadko stosujemy niekonwencjonalne metody leczenia (5%). Można przypuszczać, że w wielu przypadkach początkowo wykorzystujemy różne metody domowe albo próbujemy zarówno radzić sobie sami, jak i korzystać z porady lekarza.

Z przedstawionej listy sposobów postępowania w przypadku choroby ankietowani mogli wybrać dwa najczęściej stosowane. Możemy się zatem przekonać, jak często współwystępują różne sposoby leczenia oraz do jakich metod się uciekamy, nie rezygnując jednak z medycyny oficjalnej.

Współwystępowanie najczęstszych sposobów leczenia się

Stosuję wypróbowane domowe sposoby + <b>Idę do lekarza i stosuję przepisane leki</b>	19%
Zażywam leki dostępne w aptekach bez recepty + <b>Idę do lekarza i stosuję przepisane leki</b>	19%
Stosuję wypróbowane domowe sposoby + Zażywam leki dostępne w aptekach bez recepty	18%
Nic nie robię, czekam, aż dolegliwości same przejdą + Stosuję wypróbowane domowe sposoby	10%
<b>Idę do lekarza i stosuję przepisane leki</b> (nie stosuję innych sposobów)	9%
Nic nie robię, czekam, aż dolegliwości same przejdą + <b>Idę do lekarza i stosuję przepisane leki</b>	7%
Nic nie robię, czekam, aż dolegliwości same przejdą + Zażywam leki dostępne w aptekach bez recepty	6%
Stosuję wypróbowane domowe sposoby (nie stosuję innych sposobów)	3%
<b>Idę do lekarza i stosuję przepisane leki</b> + Korzystam z usług medycyny niekonwencjonalnej	2%
Stosuję wypróbowane domowe sposoby + Korzystam z usług medycyny niekonwencjonalnej	2%
Zażywam leki dostępne w aptekach bez recepty (nie stosuję innych sposobów)	2%
Nic nie robię, czekam, aż dolegliwości same przejdą (nie stosuję innych sposobów)	2%
Zażywam leki dostępne w aptekach bez recepty + Korzystam z usług medycyny niekonwencjonalnej	1%

Uwaga: pozostałe sposoby postępowania lub ich kombinacje deklarowało w każdym przypadku mniej niż 0,5% ankietowanych.

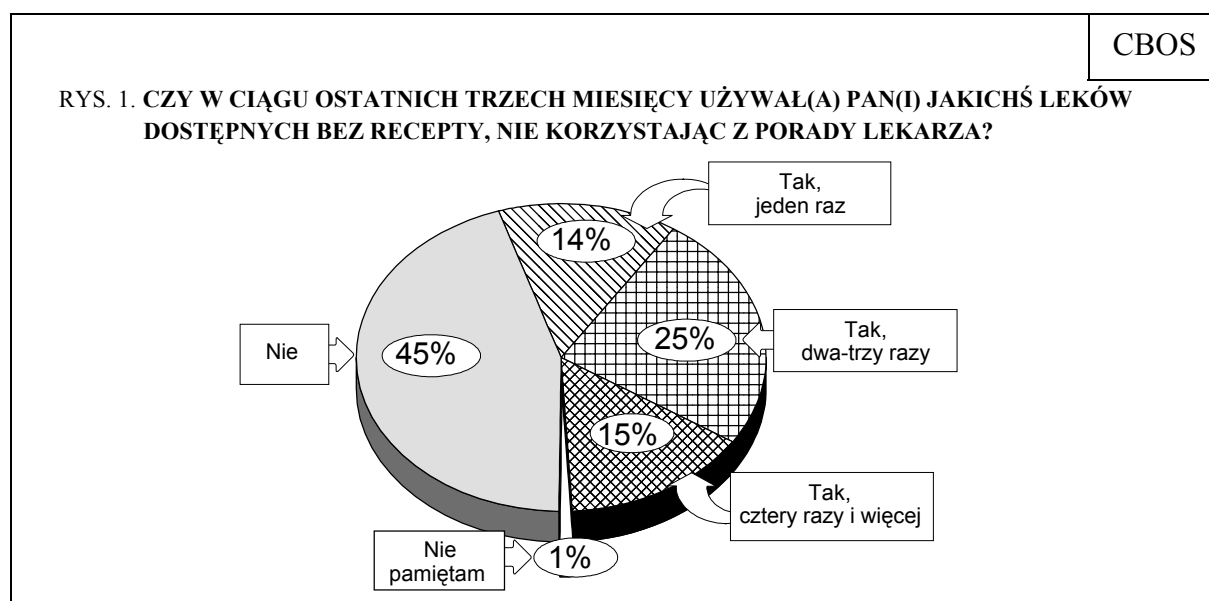
Powyższe dane wskazują, że tylko co jedenasty respondent (9%) stosuje się wyłącznie do zaleceń lekarskich, a jeśli wziąć pod uwagę osoby, które chodzą do lekarza, to jedynie co szósta z tej grupy nie stosuje jednocześnie jakiegoś innego sposobu leczenia.

Najczęściej praktykowane jest łączenie porady lekarskiej i stosowanie przepisanych leków z różnymi domowymi sposobami oraz zażywaniem medykamentów dostępnych bez recepty (38% wskazań). Prawie co piąty badany (18%) polega tylko na domowych sposobach i lekarstwach dostępnych w aptekach bez recepty, a co dziesiąty (10%) stosując domowe

metody stara się przeczekać dolegliwości. Stosunkowo niewielki odsetek ankietowanych (7%) czeka, aż dolegliwości same przejdą, a jeśli one nie ustępują, udaje się do lekarza. Jeszcze mniej osób (2%) łączy korzystanie z porady lekarskiej z usługami medycyny niekonwencjonalnej.

W sumie znaczna grupa ankietowanych (42%) polega jedynie na lekach dostępnych w aptece bez recepty, wypróbowanych domowych sposobach oraz na medycynie niekonwencjonalnej - unikając wizyty u lekarza albo rezygnując z niej z innych powodów ma nadzieję, że dolegliwości same ustąpią. Znikomy odsetek badanych (2%) nic nie robi, a więc zupełnie lekceważy objawy złego stanu zdrowia.

Potwierdzeniem roli, jaką w radzeniu sobie z dolegliwościami odgrywają ogólnie dostępne farmaceutyki, jest to, że ponad połowa badanych (54%) deklaruje, iż w ciągu trzech miesięcy poprzedzających badanie przyjmowała jakieś leki, w tym 40% zażywało je częściej niż jeden raz.



Konsumentami leków dostępnych w aptekach bez recepty najczęściej są osoby, które zazwyczaj w ten sposób się leczą (71%), ale i wśród pozostałych, na ogół leczących się w inny sposób, odsetki zażywających je są wysokie - od 46% wśród przeczekujących zwykle dolegliwości do 55% wśród stosujących przeważnie różne domowe sposoby. Dwie kategorie

ankietowanych - osoby używające leków dostępnych bez recepty i stosujące domowe sposoby wyróżniają się tym, że przyjmowały takie leki częściej niż jeden raz.

Na stosowane sposoby leczenia się może mieć wpływ to, czy w razie potrzeby mamy łatwy czy trudny dostęp do lekarza. Ankietowani, którzy twierdzą, że w przypadku choroby byłoby im łatwo uzyskać poradę lekarską w placówce państwowej służby zdrowia (61%), częściej niż ci, którzy mają przeciwnie zdanie (50%), deklarują, że zazwyczaj gdy są chorzy, udają się do lekarza. Domowe środki zwykle częściej stosują osoby, które oceniają, że mają trudny dostęp do lekarza (56%) niż wyrażające opinię przeciwną (49%). Poczucie trudnego dostępu do lekarza współwystępuje też częściej z przeczekiwaniem dolegliwości (29% wobec 21%), natomiast nie różnicuje stosowania leków dostępnych bez recepty.

Podobne różnice w deklarowanych sposobach postępowania występują także, jeśli wziąć pod uwagę przekonanie ankietowanych, że w razie potrzeby byłoby ich stać na wizytę w prywatnym gabinecie lekarskim. Poczucie dostępności usług medycznych współwystępuje więc z częstszym deklarowaniem korzystania z porady lekarskiej, gdy czujemy się chorzy. Natomiast osoby, które pod tym względem mają poczucie upośledzenia, tzn. uważają, że ich możliwości korzystania z opieki medycznej są w porównaniu z innymi mniejsze, częściej niż pozostali stosują domowe sposoby oraz próbują przeczekać dolegliwości.

Deklaracje dotyczące tego, jak zazwyczaj postępują badani, gdy odczuwają jakieś dolegliwości, mają odbicie w ich zachowaniach. Ankietowani, którzy w ciągu półrocznej poprzedzającej sondaż leczyli się w placówkach państwowych, częściej niż pozostali twierdzą, że gdy czują się chorzy, zazwyczaj idą do lekarza. Znacznie częściej jednak ci, którzy w tym czasie byli u lekarza kilka razy (75%) niż osoby korzystające z porady lekarskiej tylko raz (53%) albo w ogóle nie będące pacjentami państwowej służby zdrowia (46%). Również leczenie się prywatnie, gdy jesteśmy chorzy, najczęściej współwystępuje z deklarowaniem korzystania z porady lekarza.

Na marginesie tych zróżnicowań warto dodać, że zarówno korzystanie z usług prywatnych, jak i deklarowanie, że byłoby nas stać na prywatną wizytę, wiążą się z częstszym niż wśród pozostałych badanych stosowaniem zwykle w przypadku złego samopoczucia

leków dostępnych bez recepty, co zapewne wynika z zamożności i lepszego poinformowania o dostępnych lekach wśród tych, których stać na prywatne usługi.

Mężczyźni częściej niż kobiety nie robią w przypadku choroby i starają się przeczekać dolegliwości, ale częściej też idą do lekarza. Natomiast kobiety chętniej korzystają z leków dostępnych w aptekach bez recepty. Przeczekiwanie jest charakterystyczne zwłaszcza dla osób w wieku od 35 do 44 lat, pracowników fizyczno-umysłowych, robotników niewykwalifikowanych, bezrobotnych, ale jest też względnie częste wśród pracowników umysłowych niższego szczebla oraz kadry kierowniczej i inteligencji; najrzadziej natomiast cechuje najstarszych respondentów, rolników, emerytów, rencistów, gospodynie domowe, uczniów i studentów oraz prywatnych przedsiębiorców (zob. tabele aneksowe).

Z leków częściej korzystają młodszy respondenci (w wieku do 44 lat), osoby z wykształceniem średnim, robotnicy wykwalifikowani oraz niepracujący - uczniowie i studenci, gospodynie domowe i bezrobotni, natomiast najrzadziej emeryci i renciści oraz osoby z wykształceniem podstawowym. Interesujące, że za pomocą leków dostępnych w aptekach bez recepty leczą się zarówno respondenci o niskich dochodach na osobę, jak i dobrze oceniający swoje warunki materialne, zapewne jednak różne są tego przyczyny.

Trzeba dodać, że różnice ze względu na płeć, wiek i inne cechy społeczno-demograficzne ankietowanych w deklarowanym korzystaniu w przypadku choroby z leków dostępnych bez recepty również dają o sobie znać, gdy pytaliśmy o używanie tego rodzaju farmaceutyków w ciągu trzech miesięcy poprzedzających sondaż. Dane dotyczące ich rzeczywistego stosowania wskazują jednak także, że rzadziej korzystają z nich rolnicy i mieszkańcy wsi, natomiast częściej - obok osób z wykształceniem średnim, gospodyń domowych, uczniów i studentów oraz dobrze sytuowanych - także respondenci z wykształceniem wyższym, przedstawiciele kadry kierowniczej i inteligencji, pracownicy umysłowi niższego szczebla i fizyczno-umysłowi, ale nie robotnicy wykwalifikowani, bezrobotni czy osoby o niskich dochodach, którzy stosowanie ich zazwyczaj deklarowali (zob. tabele aneksowe).



Natomiast najczęściej chodzą do lekarza, gdy czują się chorzy, najstarsi ankietowani, renciści i emeryci, ale znacznie częściej niż inni także prywatni przedsiębiorcy, osoby o wysokich dochodach oraz badani żyjący w dobrych warunkach materialnych.

Ciekawe, że częstsze lub rzadsze deklarowanie stosowania domowych sposobów leczenia nie jest zróżnicowane ze względu na miejsce zamieszkania respondentów - występuje mniej więcej równie często na wsi, jak i w miastach różnej wielkości. Stosunkowo niewielkie są też różnice między poszczególnymi grupami społeczno-zawodowymi. Stosowaniem wypróbowanych domowych sposobów wyróżniają się tylko pracownicy fizyczno-umysłowi oraz gospodynie domowe i bezrobotni, a także, w mniejszym stopniu, ankietowani o niskich dochodach, źle oceniający własne warunki materialne. Widoczny jest w tym wypadku pewien wpływ wykształcenia - respondenci z wykształceniem wyższym rzadziej niż pozostali leczą się domowymi sposobami.

Tabela 1. Proszę powiedzieć, co zazwyczaj Pan(i) robi, gdy czuje się chory(a), ma jakieś dolegliwości? Proszę wskazać z podanej listy nie więcej niż dwa najczęstsze sposoby postępowania. 1 - Nic nie robię, czekam, aż dolegliwości same przejdą; 2 - Zązywam leki dostępne w aptekach bez recepty; 3 - Stosuję wypróbowane domowe sposoby; 4 - Idę do lekarza i stosuję przepisane leki; 5 - Korzystam z usług medycyny niekonwencjonalnej (radiestetów, bioenergoterapeutów, leczenia dietą, ziołami, medycyną dalekowschodnią itp.); 6 - Postępuję w inny sposób

	(%)						Trudno powiedzieć	Liczba osób
	1	2	3	4	5	6		
Ogółem	24	45	52	56	5	1	0	1123
Płeć								
Mężczyźni	28	40	50	60	4	1	0	532
Kobiety	21	50	53	53	5	1	1	591
Wiek								
do 24 lat	25	56	46	53	6	0	0	156
25-34	25	54	56	54	4	0	0	199
35-44	29	53	50	48	4	2	1	232
45-54	25	35	59	60	5	2	1	206
55-64	22	39	47	57	6	3	1	141
65 lat i więcej	18	35	50	65	3	1	0	188
Miejsce zamieszkania								
Wieś	24	43	53	54	4	1	1	422
Miało do 20 tys.	18	51	52	59	6	1	1	134
od 21 do 100 tys.	28	48	52	53	6	2	0	206
101-500 tys.	22	45	49	53	4	2	0	227
501 tys. i więcej mieszk.	30	44	53	54	5	0	0	132
Region								
Północny	34	57	41	50	5	2	0	106
Zachodni	22	53	56	56	3	5	0	121
Środkowozachodni	19	42	52	56	7	2	1	172
Środkowy	28	39	55	53	4	1	0	223
Wschodni	20	48	47	60	6	1	0	134
Południowo-wschodni	24	48	56	58	3	0	0	179
Południowo-zachodni	26	41	51	59	6	2	0	188
Wykształcenie								
Podstawowe	23	39	51	57	3	1	1	358
Zasadnicze zawodowe	26	43	52	60	5	0	0	301
Średnie	25	54	54	50	6	1	0	353
Wyższe	23	44	45	62	6	6	0	111
Grupa społ.-zaw. pracujący								
Kadra kier., inteligencja	27	49	53	54	8	4	0	82
Prac. umysł. niż. szczebla	28	44	55	52	7	1	1	103
Pracownicy fiz. - umysł.	33	49	67	39	2	0	0	69
Robotnicy wykwalifikowani	26	54	49	56	7	1	0	96
Robotnicy niewykwalifik.	31	49	54	43	0	1	0	70
Rolnicy	19	47	55	50	2	1	0	75
Prywatni przedsiębiorcy	20	44	50	61	6	4	0	46
Bierni zawodowo								
Renciści	21	29	41	69	6	3	1	156
Emeryci	20	40	49	66	4	1	0	197
Uczniowie i studenci	21	56	47	59	4	0	0	70
Bezrobotni	32	53	57	47	4	0	1	99
Gospodynie domowe i inni	18	55	60	48	5	0	0	60
Pracujący poza rolnictwem								
Sfera budżetowa	27	48	51	59	3	2	0	127
Sektor państwowy	22	52	55	52	6	1	0	118
Sektor prywatny	31	46	55	48	5	2	0	249
Spółdzielczość	36	25	62	59	6	0	4	20
Dochody na jedną osobę								
Poniżej 200 zł	23	53	56	52	3	0	0	217
201 - 325	26	43	59	54	5	0	0	203
326 - 449	30	40	45	62	3	2	0	185
450 - 599	21	42	53	59	6	1	0	128
Powyżej 599 zł	22	47	48	60	8	3	0	198
Ocena własnych war. mater.								
Złe	25	45	58	54	3	1	0	335
Średnie	26	42	50	56	6	1	1	506
Dobre	21	53	47	59	5	2	0	281
Udział w prakt. religijnych								
Kilka razy w tygodniu	26	38	55	60	6	1	0	62
Raz w tygodniu	22	48	52	57	5	1	0	584
Kilka razy w miesiącu	19	46	53	64	1	1	0	159
Kilka razy w roku	31	39	54	49	7	3	0	217
W ogóle nie uczestniczy	32	50	43	54	2	1	0	100
Poglądy polityczne								
Lewica	27	45	57	50	6	2	0	219
Centrum	25	47	49	61	5	1	0	274
Prawica	25	49	51	54	5	1	0	387
Trudno powiedzieć	21	39	50	59	4	0	1	242

Tabela 2. Czy w ciągu ostatnich trzech miesięcy używał(a) Pan(i) jakichś leków dostępnych bez recepty, nie korzystając z porady lekarza? 1) Tak, jeden raz; 2) Tak, dwa-trzy razy; 3) Tak, cztery razy i więcej

	(%)					
	1	2	3	Nie	Nie pamiętam	Liczba osób
Ogółem	14	25	15	45	1	1123
Płeć						
Mężczyźni	12	19	12	56	1	532
Kobiety	15	31	18	36	1	591
Wiek						
do 24 lat	23	30	9	38	0	156
25-34	18	22	13	46	0	199
35-44	14	30	16	39	0	232
45-54	12	27	17	45	0	206
55-64	10	21	16	50	3	141
65 lat i więcej	6	19	19	54	2	188
Miejsce zamieszkania						
Wieś	12	21	14	52	1	422
Miasto do 20 tys.	12	29	14	46	0	134
od 21 do 100 tys.	14	28	18	39	0	206
101-500 tys.	17	29	12	40	2	227
501 tys. i więcej mieszk.	15	22	21	41	1	132
Region						
Północny	10	24	18	47	1	106
Zachodni	16	28	22	33	0	121
Środkowo-zachodni	9	25	17	49	0	172
Środkowy	13	19	15	53	1	223
Wschodni	20	23	17	40	1	134
Południowo-wschodni	12	35	11	43	0	179
Południowo-zachodni	17	24	10	46	2	188
Wykształcenie						
Podstawowe	12	20	14	53	1	358
Zasadnicze zawodowe	14	21	12	53	0	301
Średnie	16	33	17	33	1	353
Wyższe	12	26	21	40	1	111
Grupa społ.-zaw. pracujący						
Kadra kier., inteligencja	13	25	29	34	0	82
Prac. umysł. niż. szczebla	17	30	16	36	1	103
Pracownicy fiz. - umysł.	21	32	8	38	0	69
Robotnicy wykwalifikowani	17	25	14	47	0	96
Robotnicy niewykwalifik.	19	35	14	45	0	70
Rolnicy	10	21	15	54	0	75
Prywatni przedsiębiorcy	7	33	14	45	0	46
Bierni zawodowo						
Renciści	9	20	17	53	1	156
Emeryci	8	20	18	51	3	197
Uczniowie i studenci	26	28	9	37	0	70
Bezrobotni	12	25	13	50	0	99
Gospodynie domowe i inni	15	40	10	34	0	60
Pracujący poza rolnictwem						
Sfera budżetowa	12	33	20	36	0	127
Sektor państwowy	12	23	18	46	1	118
Sektor prywatny	18	26	13	43	0	249
Spółdzielczość	34	19	15	32	0	20
Dochody na jedną osobę						
Poniżej 200 zł	13	24	15	48	0	217
201 - 325	13	27	14	43	1	203
326 - 449	14	26	14	45	0	185
450 - 599	16	25	15	42	2	128
Powyżej 599 zł	14	25	19	42	0	198
Ocena własnych war. mater.						
Złe	15	23	16	46	1	335
Średnie	13	27	14	46	1	506
Dobre	14	25	16	43	1	281
Udział w prakt. religijnych						
Kilka razy w tygodniu	12	25	14	49	0	62
Raz w tygodniu	13	26	17	44	1	584
Kilka razy w miesiącu	14	30	11	44	1	159
Kilka razy w roku	15	21	12	50	1	217
W ogóle nie uczestniczy	15	21	20	43	0	100
Poglądy polityczne						
Lewica	10	26	19	44	1	219
Centrum	18	27	13	42	0	274
Prawica	14	27	15	43	1	387
Trudno powiedzieć	13	19	15	53	1	242