

CENTRUM BADANIA OPINII SPOŁECZNEJ

SEKRETARIAT
OŚRODEK INFORMACJI

629 - 35 - 69, 628 - 37 - 04
693 - 46 - 92, 625 - 76 - 23

UL. ŻURAWIA 4A, SKR. PT.24
00 - 503 W A R S Z A W A
TELEFAX 629 - 40 - 89

INTERNET

<http://www.cbos.pl>

E-mail: sekretariat@cbos.pl

BS/138/2007

ZDROWIE I ZDROWY STYL ŻYCIA W POLSCE

KOMUNIKAT Z BADAŃ

WARSZAWA, WRZESIEŃ 2007

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



Znak jakości przyznany CBOS przez Organizację Firm Badania Opinii i Rynku
28 września 2006 roku

Obserwacja życia codziennego pozwala stwierdzić, że zdrowie to jedna z najważniejszych kwestii, które przynajmniej teoretycznie nie pozostają obojętne przeciętnemu człowiekowi. Ludzie każdego dnia pozdrawiają się i przy wielu okazjach życzą sobie i innym dużo zdrowia, natomiast wśród największych obaw wymieniają chorobę¹. W ostatnim badaniu² zapytaliśmy Polaków nie tylko o stan zdrowia i znaczenie przypisywane jego wartości w codziennej egzystencji, ale także o ich osobiste zaangażowanie na rzecz zdrowego stylu życia. Wydaje się to o tyle ciekawe, że od zrealizowania przez nas poprzedniego badania podejmującego tę problematykę minęło już czternaście lat, a – jak wskazuje specjalistyczna literatura – od tego czasu zarówno w myśleniu o zdrowiu, jak też w zaangażowaniu na jego rzecz wiele się w Polsce zmieniło. Niestety ze względu na powtarzalność tylko niektórych pytań opisane zmiany dotyczą wyłącznie wybranych kwestii.

ZDROWIE JAKO WARTOŚĆ

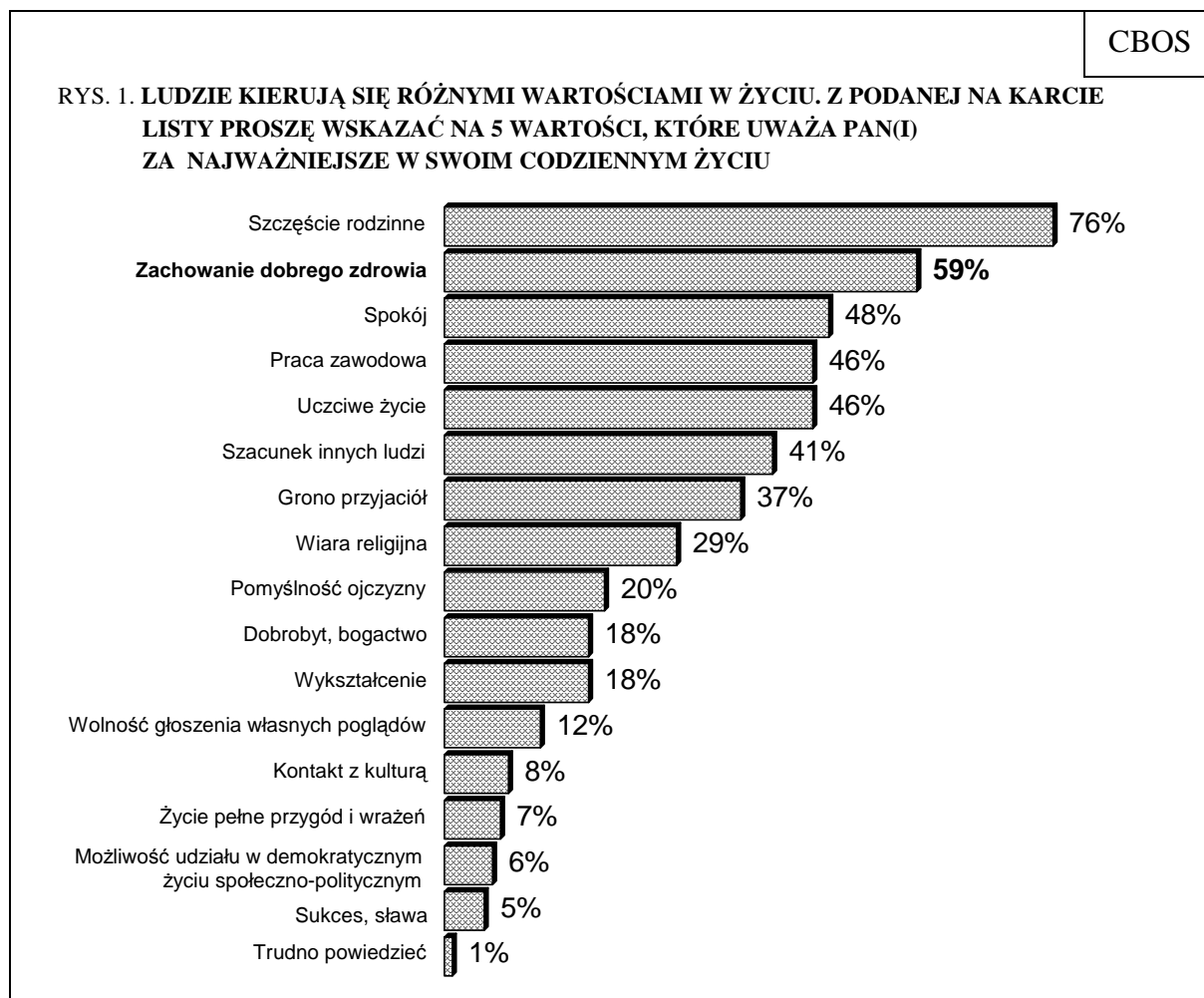
Z deklaracji respondentów wynika, że zdrowie to jedno z podstawowych dóbr cenionych w polskim społeczeństwie. Na zachowanie dobrego zdrowia jako jedną z najważniejszych wartości codziennego życia wskazuje niemal trzy piąte badanych (59%). Wyżej cenione jest jedynie szczęście rodzinne (76% wskazań).

Prawie połowa ankietowanych za bardzo istotne w codziennej egzystencji uznaje takie elementy, jak: spokój (48%), praca zawodowa oraz uczciwe życie (po 46%). Nieco mniej ważne okazują się: szacunek innych ludzi (41%), grono przyjaciół (37%) oraz wiara religijna (29%). Mniej więcej co piąty respondent za istotne uznaje: pomyślność ojczyzny (20%),

¹ Por. R. Bogusz, *Zdrowie jako wartość deklarowana i realizowana*, w: W. Piątkowski (red.) „Zdrowie, choroba, społeczeństwo. Studia z socjologii medycyny”; Lublin 2004, s. 131.

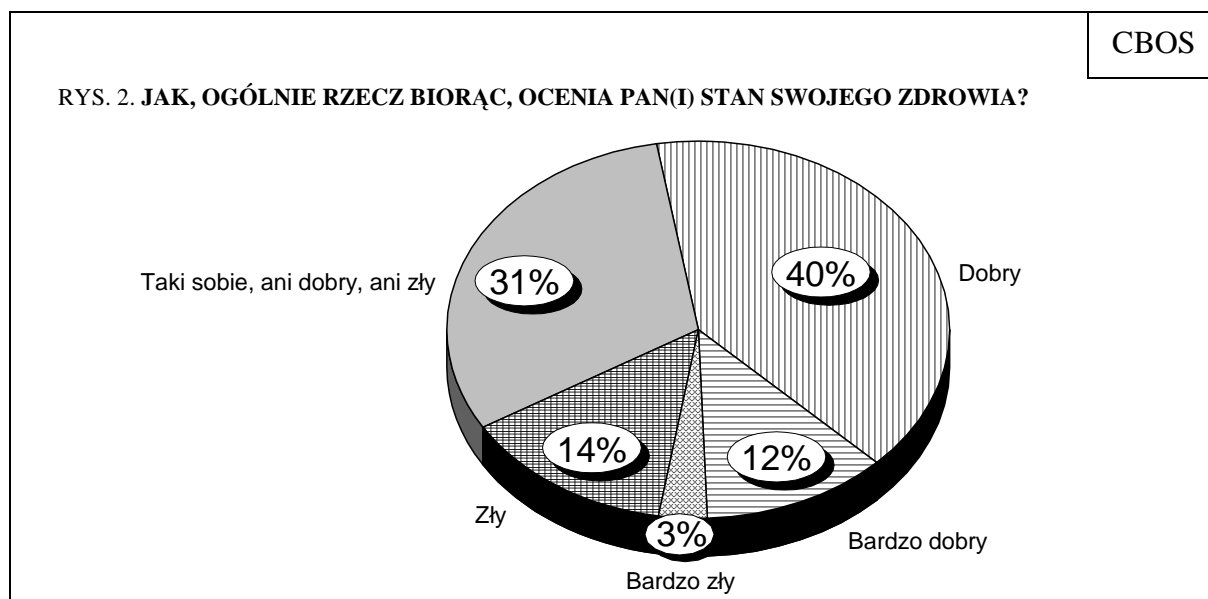
² Badanie „Aktualne problemy i wydarzenia” (207) zrealizowano w dniach 3–6 sierpnia 2007 roku na liczącej 859 osób reprezentatywnej próbie losowej dorosłych mieszkańców Polski.

dobrobyt i bogactwo (18%) oraz wykształcenie (18%). Natomiast na zdecydowanie dalszym planie znalazły się: wolność głoszenia własnych poglądów, kontakt z kulturą, życie pełne przygód i wrażeń, możliwość udziału w demokratycznym życiu społeczno-politycznym oraz sukces i sława.



STAN ZDROWIA POLAKÓW

Ponad połowa Polaków (52%) określa stan własnego zdrowia przynajmniej jako dobry, w tym co ósmy (12%) ocenia go jako bardzo dobry. Niezadowolenie wyraża 17% ankietowanych, a prawie co trzeci (31%) określa swoje zdrowie jako takie sobie – ani dobre, ani złe.



Narzekańie na stan swojego zdrowia wzrasta, co jest dość oczywiste, wraz z wiekiem ankietowanych. W grupie respondentów, którzy mają 65 lat lub więcej, prawie połowa wyraża niezadowolenie ze swojej kondycji zdrowotnej, a jedynie co dziesiąty ocenia ją pozytywnie. Najmłodszy ankietowany (w wieku od 18 do 24 lat) niemal powszechnie (91% wskazań) deklaruje zadowolony w tym względie.

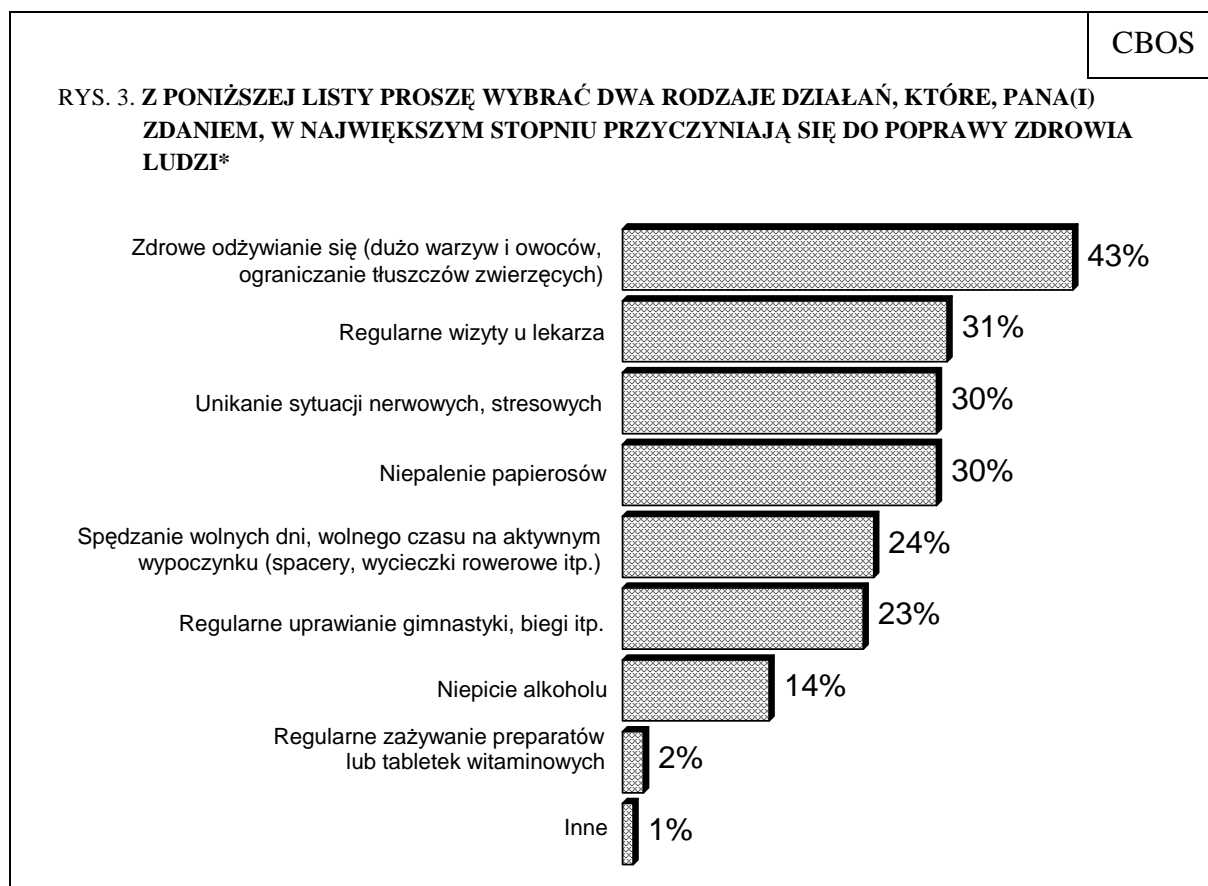
Tabela 1

Wiek respondentów	Jak, ogólnie rzecz biorąc, ocenia Pan(i) stan swojego zdrowia?		
	Dobry	Taki sobie	Zły
	w procentach		
Od 18 do 24 lat	91	8	1
Od 25 do 34 lat	80	16	4
Od 35 do 44 lat	72	24	5
Od 45 do 54 lat	41	42	17
Od 55 do 64 lat	27	44	29
65 lat i więcej	10	44	46

Ocena stanu swego zdrowia stosunkowo najgorzej wypada ponadto wśród rencistów i emerytów, a także wśród osób najgorzej oceniających własne warunki materialne oraz najslabiej wykształconych (zob. tabele aneksowe).

DZIAŁANIA PROZDROWOTNE

Działaniem, które zdaniem Polaków w największym stopniu przyczynia się do poprawy zdrowia, jest właściwe odżywianie się, a więc m.in. częste spożywanie warzyw i owoców oraz ograniczanie tłuszczów zwierzęcych (43% wskazań). Prawie co trzeci respondent do działań prozdrowotnych zalicza przede wszystkim regularne wizyty u lekarza (31%), unikanie sytuacji stresowych oraz niepalenie papierosów (po 30%), a niemal co czwarty (23%) za takie działanie w pierwszej kolejności uznaje regularne uprawianie gimnastyki i inną aktywność fizyczną. Jedynie co siódmy ankietowany (14%) wyraża przekonanie, że na poprawę zdrowia może wpływać niepicie alkoholu, a zaledwie dwóch na stu (2%) za niezbędne w tym kontekście uważa regularne zażywanie preparatów lub tabletek witaminowych.



* Odsetki nie sumują się do 100, ponieważ respondenci mogli wskazać dwa działania

W porównaniu z rokiem 1993 do działań, które zdaniem Polaków w największym stopniu przyczyniają się do poprawy stanu zdrowia, znacznie rzadziej zaliczane jest właściwe odżywianie się (spadek o 13 punktów), natomiast zyskały na znaczeniu takie aspekty zdrowego stylu życia, jak: regularne uprawianie gimnastyki (wzrost o 8 punktów), systematyczne wizyty u lekarza (wzrost o 7 punktów) oraz niepalenie papierosów (wzrost o 6 punktów).

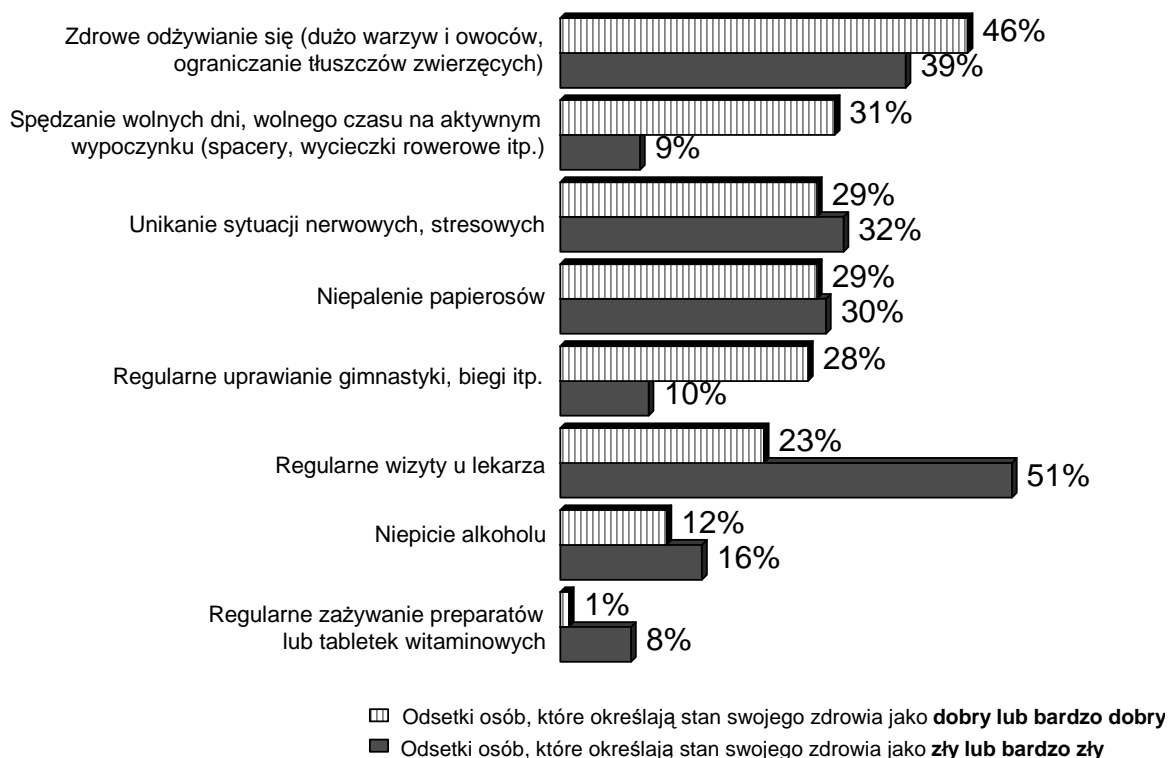
Tabela 2

Z poniższej listy proszę wybrać dwa rodzaje działań, które, Pana(i) zdaniem, w największym stopniu przyczyniają się do poprawy zdrowia ludzi*	Wskazania respondentów według terminów badań		
	V 1993	VIII 2007	Różnica
	w procentach		
Zdrowe odżywianie się (dużo warzyw i owoców, ograniczanie tłuszczów zwierzęcych)	56	43	-13
Regularne wizyty u lekarza	24	31	+7
Unikanie sytuacji nerwowych, stresowych	33	30	-3
Niepalenie papierosów	24	30	+6
Spędzanie wolnych dni, wolnego czasu na aktywnym wypoczynku (spacery, wycieczki rowerowe itp.)	28	24	-4
Regularne uprawianie gimnastyki, biegi itp.	15	23	+8
Niepicie alkoholu	14	14	0
Regularne zażywanie preparatów lub tabletek witaminowych	2	2	0
Inne	1	1	0

* Odsetki nie sumują się do 100, ponieważ respondenci mogli wskazać dwa działania

Warto zauważyć, że opinie respondentów dotyczące skutecznych sposobów zaangażowania na rzecz prozdrowotnego stylu życia w znacznym stopniu zależą od ich kondycji zdrowotnej. Osoby oceniające stan swojego zdrowia jako dobry lub bardzo dobry do działań, które w największym stopniu przyczyniają się do poprawy zdrowia, zaliczają odpowiednie odżywianie się (46% wskazań) oraz aktywny wypoczynek (31%); wizyty u lekarza znalazły się dopiero na szóstej pozycji. Natomiast ci, którzy nie są zadowoleni ze swojego zdrowia, w celu jego poprawy postulują przede wszystkim interwencję medyczną (51% wskazań). Aktywność fizyczna schodzi w tym wypadku na zdecydowanie dalszy plan (9%).

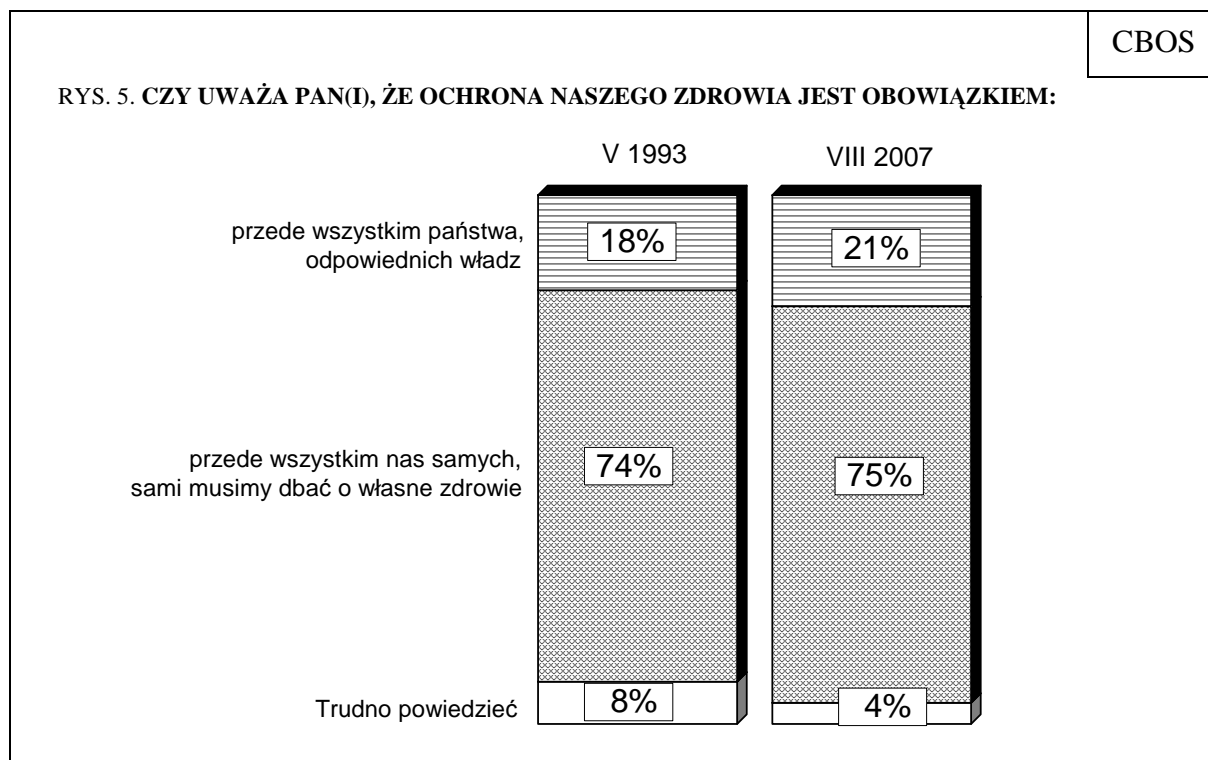
RYS. 4. Z PONIŻSZEJ LISTY PROSZĘ WYBRAĆ DWA RODZAJE DZIAŁAŃ, KTÓRE, PANA(I) ZDANIEM, W NAJWIĘKSZYM STOPNIU PRZYCZYNIAJĄ SIĘ DO POPRAWY ZDROWIA LUDZI*



* Odsetki nie sumują się do 100, ponieważ respondenci mogli wskazać dwa działania

OBOWIĄZEK OCHRONY ZDROWIA

Podobnie jak w 1993 roku obecnie trzy czwarte badanych (75%, wzrost o 1 punkt) uważa, że obowiązek ochrony zdrowia spoczywa w pierwszej kolejności na nas samych – każdy z osobna jest odpowiedzialny za stan swojego zdrowia, natomiast co piąty (21%, wzrost o 3 punkty) jest zdania, że to przede wszystkim państwo i jego odpowiednie służby powinny troszczyć się o zdrowie obywateli.



Roszczeniowy stosunek wobec państwa w zakresie opieki zdrowotnej wyrażają głównie renciści (36%) oraz osoby mające 65 lat i starsze (35%). Stosunkowo częstszy jest on również wśród osób o prawicowych poglądach politycznych niż wśród badanych zorientowanych lewicowo (25% wobec 17%). O obowiązku w tym względzie spoczywającym głównie na państwie mówią ponadto raczej osoby określające stan swojego zdrowia jako zły lub bardzo zły (38%), niż ci, którzy wyrażają się pozytywnie o swojej kondycji zdrowotnej (14%).

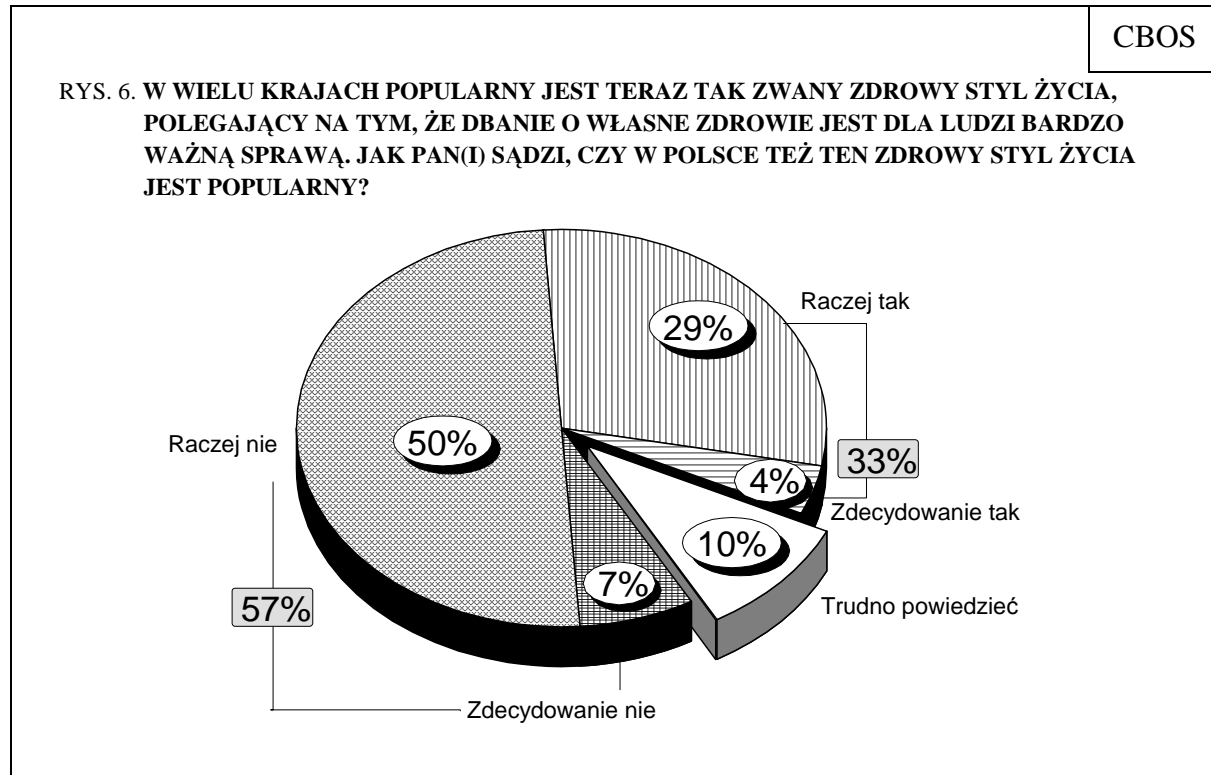
Tabela 3

Jak, ogólnie rzecz biorąc, ocenia Pan(i) stan swojego zdrowia?	Czy uważa Pan(i), że ochrona naszego zdrowia jest obowiązkiem:		
	przede wszystkim państwa, odpowiednich władz	przede wszystkim nas samych, sami musimy dbać o własne zdrowie	Trudno powiedzieć
	w procentach		
Dobry	14	83	3
Taki sobie, ani dobry, ani zły	24	72	4
Zły	38	56	6

Przekonanie o tym, że ochrona zdrowia należy w pierwszej kolejności do obowiązków odpowiednich władz państwowych, stosunkowo najrzadziej wyrażają osoby z wyższym wykształceniem (11%) oraz respondenci najlepiej oceniający swój status materialny (12%), zwłaszcza kadra kierownicza i inteligencja (5%) oraz badani pracujący na własny rachunek (8%).

ZDROWY STYL ŻYCIA W POLSCE

Tylko co trzeci Polak (33%) uważa, że uzasadnione jest mówienie o tzw. zdrowym stylu życia w Polsce, z czego jedynie czterech na stu (4%) nie ma co do tego żadnych wątpliwości. Połowa badanych (50%) przyznaje natomiast, że dla Polaków dbanie o własne zdrowie raczej nie jest ważne, a co czternasty (7%) sądzi, że nie ma żadnych podstaw do tego, by można było mówić o zdrowym stylu życia w naszym kraju. Jeden na dziesięciu badanych (10%) nie ma wyrobionej opinii w tej kwestii.



Mimo iż przekonanie o prozdrowotnym stylu życia w Polsce nie jest relatywnie wysokie, można zauważyć, że obecnie wyraźnie częściej niż czternaście lat temu dostrzegane są wśród Polaków tendencje związane z dbałością o zdrowie (wzrost o 14 punktów). Od tego czasu o ponad połowę (z 17% do 7%) zmaleł odsetek tych, którzy w zdecydowany sposób kontestują popularność zdrowego stylu życia wśród Polaków.

Tabela 4

W wielu krajach popularny jest teraz tak zwany zdrowy styl życia, polegający na tym, że dbanie o własne zdrowie jest dla ludzi bardzo ważną sprawą. Jak Pan(i) sądzi, czy w Polsce też ten zdrowy styl życia jest popularny?	Wskazania respondentów według terminów badań		
	V 1993	VIII 2007	Różnica
	w procentach		
Zdecydowanie tak	2	4	+2
Raczej tak	17	29	+12
Raczej nie	49	50	+1
Zdecydowanie nie	17	7	-10
Trudno powiedzieć	15	10	-5

Opinie o braku prozdrowotnych zachowań w polskim społeczeństwie stosunkowo najczęściej wyrażają mieszkańcy największych miast (71%), osoby z wyższym wykształceniem oraz uczniowie i studenci (po 69%), a także respondenci o najwyższych dochodach *per capita* (67%), głównie pracujący na własny rachunek (68%).

Przekonanie o popularności zdrowego stylu życia w Polsce jest wyraźnie wyższe wśród tych, którzy deklarują dbałość o własne zdrowie, niż wśród nieprzywiązujących do tego wagi (34% wobec 25%). Jednak i wśród osób troszczących się o własne zdrowie przeważa opinia o braku prozdrowotnych tendencji w społeczeństwie.

Tabela 5

Czy uważa się Pan(i) za osobę dbającą o własne zdrowie?	W wielu krajach popularny jest teraz tak zwany zdrowy styl życia, polegający na tym, że dbanie o własne zdrowie jest dla ludzi bardzo ważną sprawą. Jak Pan(i) sądzi, czy w Polsce też ten zdrowy styl życia jest popularny?		
	Tak	Nie	Trudno powiedzieć
	w procentach		
Tak	34	57	9
Nie	25	63	13
Trudno powiedzieć	26	20	54

TROSKA O WŁASNE ZDROWIE

Mimo iż istnieje dość silne społeczne przekonanie o tym, że dbanie o własne zdrowie nie jest dla Polaków bardzo ważne, paradoksalnie zdecydowana większość badanych (80%) zalicza się do osób, które troszczą się o stan swego zdrowia. W porównaniu z rokiem 1993 ich odsetek zwiększył się aż o 22 punkty. Jednak tylko 17%, czyli o 3 punkty więcej niż czternaście lat temu, stanowią ci, którzy nie mają wątpliwości co do swojego zaangażowania na rzecz prozdrowotnego stylu życia. Do braku troski o swoje zdrowie przyznaje się niespełna co piąty badany (19%), a więc o połowę mniej niż w 1993 roku.

Tabela 6

Czy uważa się Pan(i) za osobę dbającą o własne zdrowie?	Wskazania respondentów według terminów badań				Różnica	
	V 1993		VIII 2007			
	w procentach					
Zdecydowanie tak	14	58	17	80	+3	+22
Raczej tak	44		63			
Raczej nie	30	38	17	19	-13	-19
Zdecydowanie nie	8		2			
Trudno powiedzieć	4		1		-3	

Cechy socjodemograficzne respondentów nie wpływają w istotny sposób na deklarowane zaangażowanie na rzecz swojego zdrowia. Przekonanie o zbyt małym wysiłku zmierzającym w tym kierunku nieco częściej niż pozostali wyrażają bezrobotni, a także osoby należące do kadry kierowniczej, inteligencji oraz respondenci stosunkowo najwięcej zarabiający. Mężczyźni nieznacznie rzadziej niż kobiety przyznają, że troszczą się o własne zdrowie. Co ciekawe, deklarowana dbałość o zdrowie jest również tym mniejsza, im rzadszy udział respondentów w praktykach religijnych (zob. tabele aneksowe).

Realnym wskaźnikiem oceny zdrowia jako wartości nie są jednak deklaracje, lecz codzienne pro- i antyzdrowotne zachowania ludzi, będące wynikiem typowego dla nich stylu życia, który – co ważne – wpisany jest w szeroki kontekst uwarunkowań społeczno-kulturowych. Okazuje się, że chociaż zdecydowana większość badanych deklaruje dbałość o własne zdrowie, faktyczne działania zmierzające do zachowania dobrej kondycji

zdrowotnej nie są wśród Polaków szczególnie imponujące. Tylko 9% ankietowanych twierdzi, że uprawiało kiedykolwiek w życiu jakiś sport. Dwie trzecie badanych (66%) nigdy lub prawie nigdy nie wykonywało nawet ćwiczeń fizycznych, takich jak: gimnastyka czy aerobik, a ponad połowa (55%) nie praktykowała takich aktywności, jak: bieganie, pływanie, jazda na rowerze, gry zespołowe itp. Co drugiemu (53%) raczej nie zdarzało się zażywać wzmacniających preparatów witaminowych, ziołowych itp.; co czwarty (26%) nie ma w zwyczaju chodzić profilaktycznie do dentysty, co piąty (22%) nie praktykuje dłuższych spacerów, a co ósmy (13%) nie wykonuje profilaktycznych badań lekarskich.

Tabela 7

Proszę powiedzieć mniej więcej jak często:	Minimum raz dziennie	Minimum raz na tydzień	Maksymalnie raz na miesiąc	Maksymalnie raz na rok	Nigdy lub prawie nigdy
	w procentach				
- uprawia Pan(i) profesjonalne – intensywne treningi sportowe	1	3	3	2	91
- uprawia Pan(i) ćwiczenia fizyczne, takie jak: gimnastyka, aerobik, siłownia	6	15	10	3	66
- uprawia Pan(i) takie aktywności jak: bieganie, pływanie, jazda na rowerze, gry zespołowe itp.	6	22	13	4	55
- zażywa Pan(i) wzmacniające preparaty witaminowe, ziołowe itp.	11	11	18	7	53
- chodzi Pan(i) profilaktycznie do dentysty	0	1	30	43	26
- spaceruje Pan(i) co najmniej przez godzinę	30	31	15	2	22
- wykonuje Pan(i) profilaktyczne badania lekarskie (morfologia, USG, EKG itp.)	0	1	27	59	13

Ponadto trzy piąte Polaków (60%) minimum raz dziennie pije kawę (z czego 16% wypija kilka kaw dziennie), ponad jedna czwarta (27%) przyznaje się do codziennego palenia papierosów, co czwarty (25%) minimum raz w ciągu dnia przeżywa sytuacje stresowe, a co dziesiąty (10%) co wieczór tuż przed snem spożywa posiłek.

Połowa respondentów (51%) minimum raz w tygodniu sypia krócej niż sześć godzin na dobę, z czego dla co czternastego (7%) sen krótszy niż sześciogodzinny stanowi regułę. Co trzeci ankietowany (33%) minimum raz w tygodniu jada mniej niż trzy posiłki na dobę, w tym co dwudziestemu (5%) z reguły nie zdarza się jeść więcej niż dwóch posiłków dziennie. Co czwarty badany (25%) minimum raz w tygodniu spożywa alkohol, a co dziesiąty (10%) najrzadziej raz na siedem dni żywi się w barach i restauracjach szybkiej obsługi.

Tabela 8

Proszę powiedzieć mniej więcej jak często:	Minimum raz dziennie	Minimum raz na tydzień	Maksymalnie raz na miesiąc	Maksymalnie raz na rok	Nigdy lub prawie nigdy
	w procentach				
- pije Pan(i) kawę	60	17	5	1	17
- zdarza się Panu(i) palić papierosy	27	5	2	1	65
- miewa Pan(i) sytuacje stresowe	25	42	23	2	8
- zdarza się Panu(i) jeść tuż przed snem	10	42	14	3	31
- zdarza się Panu(i) spać krócej niż 6 godzin na dobę	7	44	20	5	25
- zdarza się Panu(i) jeść mniej niż 3 posiłki na dobę	5	28	19	4	44
- zdarza się Panu(i) pić alkohol	1	24	41	5	29
- zdarza się Panu(i), żywić w barach i restauracjach szybkiej obsługi typu: McDonald's, KFC itp.	1	9	21	8	61



Można powiedzieć, że świadomość znaczenia zdrowia w codziennym życiu oraz deklarowana troska o nie są bardzo wyraźne w polskim społeczeństwie i w porównaniu z rokiem 1993 coraz bardziej imponujące. Jednak tradycja zdrowego stylu życia w naszym kraju, pomimo silnych deklaracji dbania o własne zdrowie, w szerszym kontekście ciągle raczej nie jest dostrzegana. Wskazują na to zarówno indywidualne odczucia respondentów, jak i deklaracje faktycznych zachowań pro- i antyzdrowotnych. Inaczej mówiąc, wysoka subiektywna wartość przypisywana zdrowiu nie znajduje wyraźnego potwierdzenia w praktyce życia codziennego Polaków.

Opracował

Rafał BOGUSZEWSKI

A N E K S

Tabela 1. Jak, ogólnie rzecz biorąc, ocenia Pan(i) stan swojego zdrowia?

(%)

	Dobry	Taki sobie, ani dobry, ani zły	Zły	Trudno powiedzieć	Liczba osób osób
Ogółem	52	31	17	0	858
Płeć					
Mężczyźni	58	27	15	0	409
Kobiety	47	34	19	0	449
Wiek					
18-24 lat	91	8	1	0	122
25-34	80	16	4	0	153
35-44	72	24	5	0	138
45-54	41	42	17	0	162
55-64	27	44	29	0	133
65 lat i więcej	10	44	46	0	151
Miejsce zamieszkania					
Wieś	46	32	22	0	317
Miasto do 20 tys.	50	29	21	0	120
20-100 tys.	56	31	13	0	168
101-500 tys.	60	28	12	0	156
501 tys. i więcej mieszk.	57	29	14	0	98
Wykształcenie					
Podstawowe	29	37	34	0	247
Zasadnicze zawodowe	52	34	14	0	220
Średnie	64	25	11	0	298
Wyższe	76	21	3	0	93
Grupa społ.-zaw. pracujący					
Kadra kier., inteligencja	65	26	7	1	47
Prac. umysł. niż. szczebla	79	20	2	0	84
Pracownicy fiz. - umysł.	64	36	1	0	81
Robotnicy wykwalifikowani	78	18	4	0	84
Robotnicy niewykwalifik.	66	26	8	0	60
Rolnicy	45	37	18	0	44
Pracujący na własny rach.	70	28	3	0	33
Bierni zawodowo					
Renciści	7	25	68	0	55
Emeryci	18	46	36	0	195
Uczniowie i studenci	91	9	0	0	44
Bezrobotni	58	32	10	0	68
Gospodynie domowe i inni	53	28	19	0	62
Pracuje w:					
inst. państw., publicznej	74	24	2	0	121
spółce właścicieli					
prywatnych i państwa	73	25	2	0	67
sekt. pryw. poza rolnict.	71	25	4	0	194
prywatnym gosp. rolnym	46	40	13	0	41
Dochody na jedną osobę					
Do 300 zł	50	39	11	0	69
301-500	49	36	16	0	110
501-900	42	30	27	0	171
901-1200	47	39	14	0	107
Powyżej 1200 zł	58	31	11	0	96
Ocena własnych war. mater.					
Złe	34	31	36	0	186
Średnie	48	36	16	0	398
Dobre	71	22	7	0	274
Udział w prakt. religijnych					
Kilka razy w tygodniu	45	31	24	0	59
Raz w tygodniu	47	33	20	0	414
1-2 razy w miesiącu	59	29	12	0	148
Kilka razy w roku	57	27	16	0	146
W ogóle nie uczestniczy	63	24	13	0	91
Poglądy polityczne					
Lewica	55	34	11	0	128
Centrum	55	33	12	0	268
Prawica	51	30	19	0	242
Trudno powiedzieć	49	25	26	0	221

Tabela 2. Z poniższej listy proszę wybrać dwa rodzaje działań, które, Pana(i) zdaniem, w największym stopniu przyczyniają się do poprawy zdrowia ludzi: 1 - regularne uprawianie gimnastyki, biegi itp.; 2 - regularne wizyty u lekarza; 3 - unikanie sytuacji nerwowych, stresowych; 4 - niepalenie papierosów; 5 - niepicie alkoholu; 6 - regularne zażywanie preparatów lub tabletek witaminowych; 7 - spędzanie wolnych dni, wolnego czasu na aktywnym wypoczynku (spacery, wycieczki rowerowe itp.); 8 - zdrowe odżywianie się (dużo warzyw i owoców, ograniczanie tłuszczów zwierzęcych)

	(%)								
	1	2	3	4	5	6	7	8	Liczba osób
Ogółem	23	31	30	30	14	2	24	43	855
Płeć									
Mężczyźni	24	28	32	30	10	3	25	44	408
Kobiety	22	33	29	30	17	2	23	41	446
Wiek									
18-24 lat	35	26	28	18	8	1	33	51	122
25-34	26	21	34	31	16	1	28	41	152
35-44	33	25	25	34	14	2	26	41	137
45-54	19	32	29	31	17	2	22	45	160
55-64	15	34	35	35	12	0	25	40	132
65 lat i więcej	13	45	30	30	16	7	13	41	152
Miejsce zamieszkania									
Wieś	17	39	32	32	14	2	16	45	317
Miasto do 20 tys.	22	35	25	34	21	4	21	36	119
20-100 tys.	29	22	28	29	15	2	35	37	164
101-500 tys.	30	21	30	26	11	2	32	44	156
501 tys.i więcej mieszk.	21	28	34	28	9	1	24	55	98
Wykształcenie									
Podstawowe	16	42	31	32	16	4	19	38	246
Zasadnicze zawodowe	20	31	27	35	19	2	19	41	219
Średnie	28	26	31	26	11	1	29	46	297
Wyższe	32	15	31	28	6	2	34	50	92
Grupa społ.-zaw. pracujący									
Kadra kier., inteligencja	32	18	22	27	3	2	39	56	46
Prac.umysł.niż.szczebła	37	15	39	18	9	3	24	55	84
Pracownicy fiz.- umysł.	28	31	27	32	12	0	31	39	81
Robotnicy wykwalifikowani	26	27	27	36	9	0	31	40	84
Robotnicy niewykwalifik.	23	18	28	38	26	2	17	47	60
Rolnicy	7	36	40	28	24	0	12	51	44
Pracujący na własny rach.	22	32	28	29	10	0	38	37	33
Bierni zawodowo									
Renciści	11	53	32	33	8	8	19	35	55
Emeryci	17	39	33	32	14	3	16	42	195
Uczniowie i studenci	37	25	22	11	10	0	36	59	44
Bezrobotni	23	31	39	30	16	3	25	30	67
Gospodynie domowe i inni	20	32	17	38	31	2	23	34	61
Pracuje w:									
inst. państw., publicznej	28	23	29	27	8	2	34	49	120
spółce właścicieli									
prywatnych i państwa	35	20	38	21	15	0	25	45	67
sekt. pryw. poza rolnict.	26	24	27	35	12	1	30	42	194
prywatnym gosp. rolnym	10	31	42	23	19	0	15	57	41
Dochody na jedną osobę									
Do 300 zł	16	43	30	34	19	3	15	37	69
301-500	22	25	21	37	19	2	32	37	108
501-900	24	36	32	27	12	4	21	42	171
901-1200	31	24	35	27	11	5	28	38	107
Powyżej 1200 zł	23	21	28	34	7	1	25	58	96
Ocena własnych war. mater.									
Złe	19	37	33	28	15	3	17	45	185
Średnie	21	31	31	31	16	2	21	44	397
Dobre	29	26	27	31	11	2	34	40	273
Udział w prakt. religijnych									
Kilka razy w tygodniu	19	32	37	29	19	5	18	40	59
Raz w tygodniu	21	33	28	33	15	2	24	42	412
1-2 razy w miesiącu	23	26	33	29	13	1	24	49	148
Kilka razy w roku	27	31	33	28	11	2	25	38	144
W ogóle nie uczestniczy	31	28	28	23	12	2	26	47	92
Poglądy polityczne									
Lewica	25	25	22	34	16	2	25	46	126
Centrum	23	27	33	24	14	1	28	48	268
Prawica	24	31	33	31	14	2	22	43	240
Trudno powiedzieć	21	38	28	35	14	4	20	36	221

Tabela 3. Czy uważa Pan(i), że ochrona naszego zdrowia jest obowiązkiem:
1 - przede wszystkim państwa, odpowiednich władz; 2 - przede wszystkim nas samych, sami musimy dbać o własne zdrowie

(%)

	1	2	Trudno powiedzieć	Liczba osób
Ogółem	21	75	4	858
Płeć				
Mężczyźni	23	74	3	409
Kobiety	19	76	5	449
Wiek				
18-24 lat	8	90	1	122
25-34	15	78	7	153
35-44	20	78	2	138
45-54	19	75	5	162
55-64	27	71	3	133
65 lat i więcej	35	59	6	151
Miejsce zamieszkania				
Wieś	20	76	4	317
Miasto do 20 tys.	32	66	2	120
20-100 tys.	21	76	2	168
101-500 tys.	21	73	6	156
501 tys. i więcej mieszk.	10	84	6	98
Wykształcenie				
Podstawowe	29	66	4	247
Zasadnicze zawodowe	24	74	2	220
Średnie	15	81	3	298
Wyższe	11	78	12	93
Grupa społ.-zaw. pracujący				
Kadra kier., inteligencja	5	82	14	47
Prac.umysł.niż.szczebła	16	80	4	84
Pracownicy fiz.- umysł.	16	78	6	81
Robotnicy wykwalifikowani	23	76	1	84
Robotnicy niewykwalifik.	16	79	5	60
Rolnicy	21	77	2	44
Pracujący na własny rach.	8	88	4	33
Bierni zawodowo				
Renciści	36	58	5	55
Emeryci	30	66	4	195
Uczniowie i studenci	13	87	0	44
Bezrobotni	27	70	3	68
Gospodynie domowe i inni	11	84	5	62
Pracuje w:				
inst. państw., publicznej	15	80	5	121
spółce właścicieli				
prywatnych i państwa	11	85	4	67
sekt. pryw. poza rolnict.	17	79	5	194
prywatnym gosp. rolnym	20	78	2	41
Dochody na jedną osobę				
Do 300 zł	24	75	2	69
301-500	24	75	1	110
501-900	27	70	3	171
901-1200	20	78	2	107
Powyżej 1200 zł	12	81	7	96
Ocena własnych war. mater.				
Złe	35	60	4	186
Średnie	20	76	4	398
Dobre	12	83	5	274
Udział w prakt. religijnych				
Kilka razy w tygodniu	21	74	5	59
Raz w tygodniu	22	75	3	414
1-2 razy w miesiącu	20	76	4	148
Kilka razy w roku	23	70	7	146
W ogóle nie uczestniczy	16	81	3	91
Poglądy polityczne				
Lewica	17	81	2	128
Centrum	17	80	3	268
Prawica	25	72	4	242
Trudno powiedzieć	24	68	7	221

Tabela 4. W wielu krajach popularny jest teraz tak zwany zdrowy styl życia, polegający na tym, że dbanie o własne zdrowie jest dla ludzi bardzo ważną sprawą. Jak Pan(i) sądzi, czy w Polsce też ten zdrowy styl życia jest popularny?

(%)

	Tak	Nie	Trudno powiedzieć	Liczba osób
Ogółem	32	57	10	853
Płeć				
Mężczyźni	32	57	11	405
Kobiety	33	58	10	449
Wiek				
18-24 lat	32	60	8	122
25-34	36	56	7	153
35-44	35	58	7	138
45-54	33	60	7	159
55-64	30	61	9	130
65 lat i więcej	28	49	24	151
Miejsce zamieszkania				
Wieś	34	51	15	315
Miasto do 20 tys.	32	55	13	120
20-100 tys.	34	58	8	167
101-500 tys.	31	62	8	156
501 tys.i więcej mieszk.	29	71	0	96
Wykształcenie				
Podstawowe	26	53	21	246
Zasadnicze zawodowe	38	52	10	217
Średnie	34	61	5	297
Wyższe	28	69	3	93
Grupa społ.-zaw. pracujący				
Kadra kier., inteligencja	34	62	3	47
Prac.umysł.niż.szczebła	40	54	6	84
Pracownicy fiz.- umysł.	32	63	5	81
Robotnicy wykwalifikowani	37	57	7	83
Robotnicy niewykwalifik.	31	57	12	60
Rolnicy	40	51	9	44
Pracujący na własny rach.	29	68	3	32
Bierni zawodowo				
Renciści	34	41	25	55
Emeryci	29	55	16	193
Uczniowie i studenci	23	69	8	44
Bezrobotni	27	61	13	68
Gospodynie domowe i inni	36	58	5	62
Pracuje w:				
inst. państw., publicznej	38	57	5	121
spółce właścicieli				
prywatnych i państwa	38	53	9	67
sekt. pryw. poza rolnict.	30	64	6	191
prywatnym gosp. rolnym	41	48	11	41
Dochody na jedną osobę				
Do 300 zł	33	57	11	69
301-500	37	57	7	110
501-900	33	55	12	168
901-1200	31	58	12	106
Powyżej 1200 zł	29	67	4	95
Ocena własnych war. mater.				
Złe	32	53	15	185
Średnie	27	60	12	396
Dobre	40	55	5	273
Udział w prakt. religijnych				
Kilka razy w tygodniu	34	52	14	59
Raz w tygodniu	32	58	10	411
1-2 razy w miesiącu	33	56	11	147
Kilka razy w roku	35	56	8	145
W ogóle nie uczestniczy	28	60	11	92
Poglądy polityczne				
Lewica	31	59	10	128
Centrum	30	63	7	267
Prawica	35	57	7	240
Trudno powiedzieć	33	48	19	218

Tabela 5. Czy uważa się Pan(i) za osobę dbającą o własne zdrowie?

(%)

	Tak	Nie	Trudno powiedzieć	Liczba osób
Ogółem	80	19	1	858
Płeć				
Mężczyźni	76	22	2	409
Kobiety	84	15	1	449
Wiek				
18-24 lat	90	10	0	122
25-34	77	23	0	153
35-44	80	19	1	138
45-54	75	24	1	162
55-64	77	23	0	133
65 lat i więcej	83	11	5	151
Miejsce zamieszkania				
Wieś	80	18	2	317
Miasto do 20 tys.	84	15	2	120
20-100 tys.	77	22	1	168
101-500 tys.	80	18	2	156
501 tys. i więcej mieszk.	80	20	0	98
Wykształcenie				
Podstawowe	80	18	3	247
Zasadnicze zawodowe	81	18	1	220
Średnie	81	18	1	298
Wyższe	78	22	1	93
Grupa społ.-zaw. pracujący				
Kadra kier., inteligencja	75	25	0	47
Prac. umysł. niż. szczebla	77	23	0	84
Pracownicy fiz.- umysł.	86	13	2	81
Robotnicy wykwalifikowani	75	24	1	84
Robotnicy niewykwalifik.	79	21	0	60
Rolnicy	77	23	0	44
Pracujący na własny rach.	79	21	0	33
Bierni zawodowo				
Renciści	83	11	6	55
Emeryci	83	15	3	195
Uczniowie i studenci	88	12	0	44
Bezrobotni	73	26	1	68
Gospodynie domowe i inni	82	18	0	62
Pracuje w:				
inst. państw., publicznej	74	26	0	121
spółce właścicieli				
prywatnych i państwa	80	17	3	67
sekt. pryw. poza rolnict.	82	18	0	194
prywatnym gosp. rolnym	72	28	0	41
Dochody na jedną osobę				
Do 300 zł	78	22	0	69
301-500	78	21	2	110
501-900	78	18	4	171
901-1200	79	19	2	107
Powyżej 1200 zł	74	26	0	96
Ocena własnych war. mater.				
Złe	78	19	3	186
Średnie	80	18	1	398
Dobre	81	18	1	274
Udział w prakt. religijnych				
Kilka razy w tygodniu	86	11	3	59
Raz w tygodniu	84	15	1	414
1-2 razy w miesiącu	77	22	1	148
Kilka razy w roku	73	24	3	146
W ogóle nie uczestniczy	73	26	1	91
Poglądy polityczne				
Lewica	83	16	1	128
Centrum	78	21	0	268
Prawica	82	16	2	242
Trudno powiedzieć	79	19	2	221