

## ПОРТРЕТ ДОНОРА-2020

Анализ по результатам  
проведенного социологического исследования

### **Актуальность темы**

В нашем мире донорство необходимо для спасения жизни и восстановления здоровья человека. Существует постоянная потребность современной медицины в компонентах и препаратах донорской крови, ведь практически любая ее область сейчас не обходится без применения трансфузионной терапии (операции, ДТП, роженицы, онкология и др.).

С 10 по 12 ноября 2020 года сотрудники КГКУЗ «Медицинский информационно-аналитический центр» Центра медицинской профилактики и КГБУЗ «Краевая станция переливания крови» провели совместную акцию «Портрет донора-2020», в ходе которой участникам предлагалось пройти социологический опрос.

Донорство крови - это свободно выраженный добровольный акт человека. Существенное условие участия в донорстве — соответствие уровня здоровья донора определенным медицинским критериям. Вопрос о том, ведут ли доноры здоровый образ жизни, стал одним из главных для сотрудников Центра медицинской профилактики.

На основе полученных ответов анкеты был составлен портрет донора -2020.

### **Методология исследования**

Проведен интернет-опрос среди населения, участвующего в донорстве.

Общее число опрошенных: \_\_\_\_.

Тип выборки - стихийная, опрос проведен методом указания QR-кода и ссылки на интернет-опрос в распространенных среди доноров листовках.

Предложенная анкета состояла из нескольких блоков, оценивающих отношение доноров к здоровому образу жизни.

### **На заметку**

В организме у взрослого человека примерно 5 литров крови (6-8% от массы человеческого тела), у ребенка — около 3 литров.



### **Целевые группы**

нерегулярные доноры

регулярные доноры

### Результат исследования

Половозрастной состав респондентов сформировался следующим образом: из 95 человек, принявших участие в акции, 36,8% - мужчин и 63,2% - женщин.

Основная возрастная группа, участников опроса стали молодые люди от 22 до 35 лет. Средний возраст опрошенных мужчин составил 25,9 лет, женщин 27,8 лет.

#### На заметку

Регулярное обновление клеток крови у доноров способствует более устойчивому функционированию иммунной системы, печени, поджелудочной железы, пищеварительной системы.



Таблица 1. Возрастная структура

Возраст (лет)	Количество респондентов	% от общего числа респондентов
18-21	45	47,4
22-35	32	33,7
36-49	15	15,8
50-60	3	3,2
Итого	95	100

Общепризнанно, что самые безопасные доноры – это повторные доноры. Частота обнаружения маркеров инфекционных заболеваний гораздо ниже у людей, которые неоднократно выступали донорами крови.

Целевыми группами исследования было заявлено две группы: регулярные доноры и нерегулярные доноры.

Среди респондентов регулярные доноры составили 38,9% (мужчин 45,0%, женщин 55,0%). Нерегулярные доноры составили 61,1%, среди них мужчин 30,9%, женщин 69,1%.

#### Частота сдачи крови

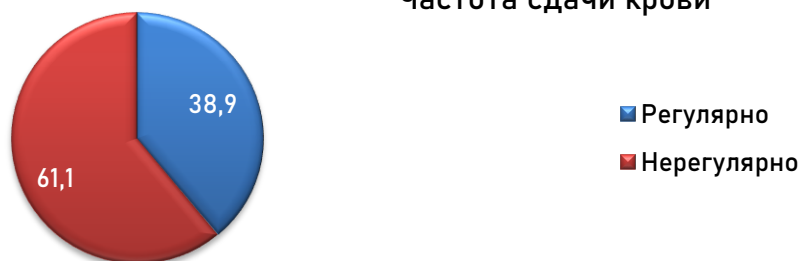


Рисунок 1. Частота сдачи крови (%).

Как видно на рисунке 1, больше половины опрошенных граждан составили нерегулярные доноры, это граждане, которые сдают кровь меньше пяти раз в год для мужчин, и четырех для женщин. Среди них впервые сдали кровь 60% респондентов.

Рассматривая донорство по гендерной принадлежности, лидирующую позицию занимают женщины, как в нерегулярном донорстве, так и в регулярном.



Рисунок 2. Сдача крови по гендерной принадлежности (%)

Желание помочь человеку, находящемуся в тяжелой ситуации, стало основной причиной донорства 32,4% респондентов. На втором месте (20,3%) из представленного перечня ответов, стоят желание быть. Третье место заняло желание проверить свое здоровье (11,6%). Дальше по списку идет любопытство (10,6%), гражданский долг (7,7%) и престижность (7,2%). Конечно, не снимаются со счетов ответы о материальной заинтересованности (5,8%) и о дополнительных выходных (3,9%), причем среди них 50,0% - это регулярные доноры.



Рисунок 3. Причина сдачи крови (%)

### На заметку

Сдача крови имеет ряд плюсов:

- активизирование кровотока и самостоятельного обновления крови;
- снижение нагрузки на печень и селезёнку, так как эти органы выводят омертвевшие эритроциты;
- укрепление иммунной системы.



На вопрос «Что для вас здоровый образ жизни?» результаты получены следующие:

- оптимальный двигательный режим – 76,8%;
- отказ от вредных привычек – 58,9%;
- рациональное питание – 64,2%;
- эмоциональное состояние – 60,0%.

При рассмотрении ответов в разрезе целевых групп, можно увидеть различия. Например если для респондентов, которые регулярно сдают кровь на первом и втором местах являются двигательная активность и отказ от вредных привычек соответственно, то у нерегулярных доноров на первом месте, так же, двигательная активность, на втором месте – рациональное питание. Эмоциональное состояние у тех, и других стоит на третьей позиции (Рис 4).

### Что включает в себя здоровый образ жизни

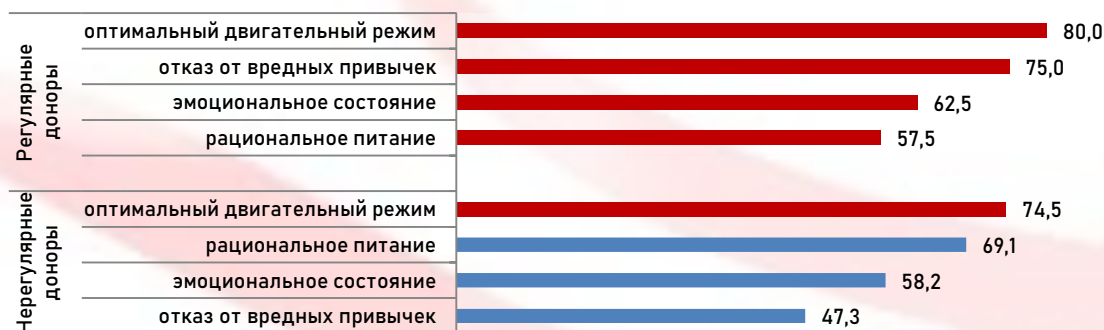


Рисунок 4. Что включает в себя здоровый образ жизни (%)

Среди респондентов здоровый образ жизни ведут 70,5%, не ведут 6,3%, 23,2% затруднились ответить на этот вопрос.

### Ведут здоровый образ жизни

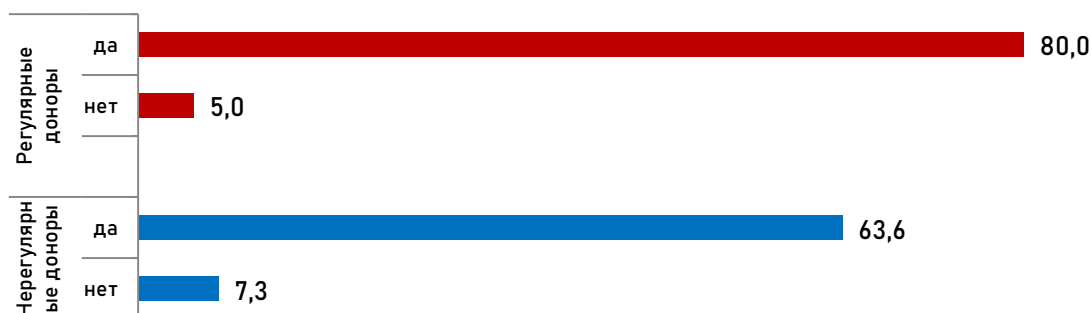
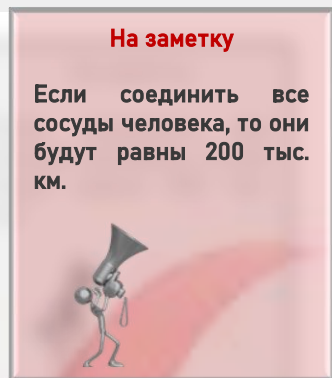


Рисунок 5. Ведут здоровый образ жизни (%)

Были проанализированы ответы респондентов на вопросы по вредным привычкам. Рассматривалось отношение доноров к курению, употреблению алкоголя и наркомании. В результате было выявлено, что максимальное количество опрошенных (81,1%) не курят, 72,6% употребляют алкоголь, в основном только по праздникам и 96,8% отрицательно относятся к употреблению наркотиков. При этом избавиться от вредных привычек хотят 87,5% респондентов, имеющих вредные привычки, а 12,5% не готовы пойти на такой шаг.



На рисунке 6 показано отношение к вредным привычкам среди целевых групп.

### Отношение к вредным привычкам

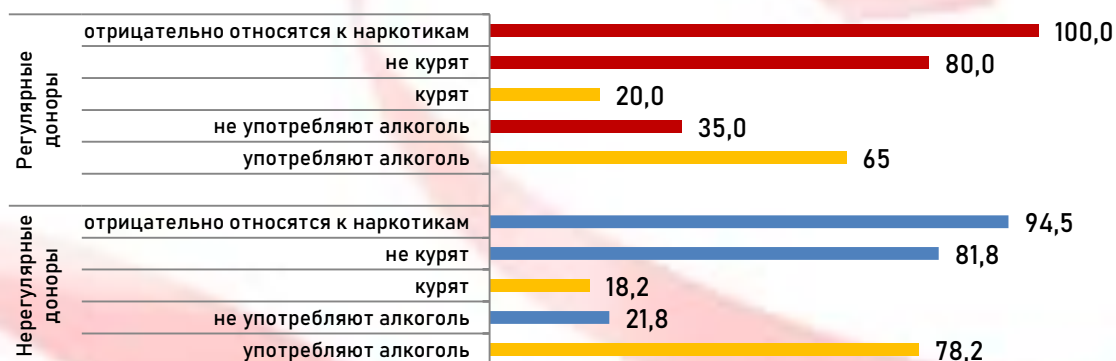


Рисунок 6. Отношение к вредным привычкам

По двигательной активности было задано два вопроса «Как Вы относитесь к спорту?» и «Делаете ли Вы зарядку?». Результаты получены следующие:

- занимаются спортом 88,4%;
- делают зарядку 74,7%.

Среди респондентов, которые регулярно сдают кровь, спортом занимаются 95,0%, делают утреннюю зарядку 72,5%, среди тех, кто нерегулярно сдает кровь, спортом занимаются чуть меньше предыдущей целевой аудитории (83,6%), а делают зарядку 76,4%.

На рисунке 7 представлена диаграмма по отношению респондентов к двигательной активности среди целевых групп.

## Отношение к двигательной активности



Рисунок 7. Отношение к двигательной активности (%)

Человек, выбравший для себя здоровый образ жизни, должен обязательно задумываться на тему правильного питания. Крайне важно соблюдать режим питания и рацион. Для этого необходимо питаться не менее трех раз в день, употребляя ежедневно по 400 грамм овощей и фруктов ежедневно, так как овощи и фрукты являются важным источником витаминов и минералов.

В результате анализа данных проведенного исследования было выявлено, что питаются три и более раз в день 76,8% респондентов, но употребляют ежедневно овощи и фрукты всего 13,7%.

## Рацион и режим питания

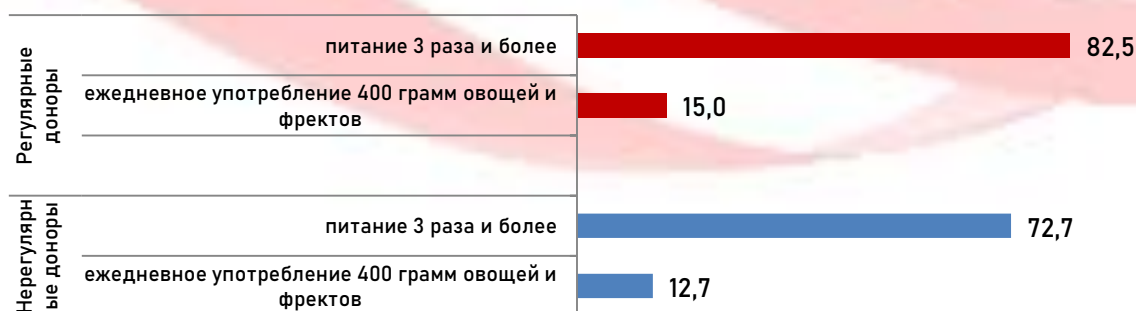


Рисунок 8. Рацион и режим питания (%)

На последний вопрос о том, кто может вести здоровый образ жизни 95,8% доноров ответили, что это может каждый человек.

## «Портрет донора-2020»

По итогам ответов, сложился портрет респондента – это женщина, в возрасте 27 лет, ведущая здоровый образ жизни. Имея огромное желание помогать людям, находящимся в тяжелой жизненной ситуации, она стала донором, и теперь регулярно сдает кровь. Участвуя в донорстве, она меньше всего заинтересована в материальной обеспеченности и получении дополнительных выходных.

Она считает, что здоровый образ жизни в себя включает: двигательную активность, рациональное питание, отказ от вредных привычек, а также, не менее важно – эмоциональное состояние. Отношение к курению молодая женщина выражает негативно, также как и к употреблению наркотиков. Иногда, по праздникам, она не прочь употребить немного алкоголя, но если будет необходимость, может отказаться и от него.

Спортом занимается, но не регулярно, как и утренней гимнастикой. Всего понемногу!

Когда дело касается питания, то здесь прослеживается соблюдение режима, но очень редко употребляет ежедневно овощи и фрукты.

Считает, что здоровый образ жизни доступен каждому.