

## Компаративни резултати

- Последици од пушење и физичка неактивност -

### Дали сте пушач?

	ноември 2015	декември 2015
Да	59,2	62,3
Не	40,8	37,7

### Дали некој во вашето семејство е пушач?

	ноември 2015	декември 2015
Да	62,1	64,5
Не	37,9	35,5

### Колку лица (броејќи ве и вас, доколку сте пушач) во вашето семејство се пушачи?

	ноември 2015	декември 2015
1	39	38,3
2	36,4	37,6
3	18,1	16,9
4	5,4	6,5
5 и повеќе	1,1	,7

### Дали вашите родители се (или биле) пушачи?

	ноември 2015	декември 2015
Да	58,6	59,8
Не	38,1	37,0
Нема одговор	3,3	3,2

### Дали познавате некој кој се откажал од пушењето?

	ноември 2015	декември 2015
Да	77,5	78,8
Не	22,5	21,2

### Дали знаете кој им помогнал да се откажат од пушењето?

	ноември 2015	декември 2015
Самоиницијативно, без ничија помош	71,9	73,8
Со помош на лекар	6,4	5,7
Со помош на електронска цигара	3,6	3,7
Со помош од роднините и пријателите	0,7	,4
Со спортување	1,1	1,0
Поради болест	11,4	10,6
Друго	5	4,8

**Дали вие сакате да се откажете од пушењето?**

	ноември 2015	декември 2015
Да	69,3	<b>68,4</b>
Не	22,9	<b>23,5</b>
Нема одговор	7,9	<b>8,1</b>

**Дали би помогнале или веќе сте му помогнале на некој друг да се откаже од пушењето?**

	ноември 2015	декември 2015
Да	63,6	<b>65,5</b>
Не	33,6	<b>31,6</b>
Нема одговор	2,8	<b>2,9</b>

**Дали ги знаете штетните ефекти кои ги предизвикува пушењето?**

	ноември 2015	декември 2015
Да	96,2	<b>97,4</b>
Не	3,8	<b>2,6</b>

**Од каде сте се информирале за овие штетни ефекти?**

	ноември 2015	декември 2015
Од медиумски кампањи	45,7	<b>45,0</b>
Од разговор со лекар	8,6	<b>8,3</b>
Од разговор со пријатели, роднини	8,1	<b>8,5</b>
Од се горенаведено	34,7	<b>34,9</b>
Нема одговор	2,9	<b>3,3</b>

**Општо земено, дали се потребни дополнителни мерки и активности за намалување на бројот на пушачи?**

	ноември 2015	декември 2015
Да, потребни се	55	<b>57,0</b>
Не се потребни	26,2	<b>25,5</b>
Нема одговор	18,8	<b>17,5</b>

**Што конкретно сметате дека треба да биде преземено за да се намали бројот на пушачи и штетните ефекти од пушењето?**

	ноември 2015	декември 2015
Да не се продаваат цигари на лица под 18 години	0,1	1,3
Да не се пуши во јавност	0,6	1,4
Да се подигне свеста кај граѓаните/повеќе кампањи	13,6	15,1
Да се поскапат цигарите	10	9,5
Да се продаваат цигари само на одредени места	1,2	,8
Да се забранат цигарите	1,4	1,2
Електронска цигара	0,3	,3
Испитаници што сметаат дека не се потребни дополнителни мерки	45	44,7
Не знам/НО	23,2	20,3
Повеќе спортување и здрава исхрана	1,1	2,0
Совети и едукации	3,5	3,3

**Дали знаете што се смета за физичка активност (вежби, пешачење, трчање итн.)?**

	ноември 2015	декември 2015
Да	92,3	93,5
Не	7,7	6,5

**Дали знаете временски колку е пожелно да се практикува физичка активност?**

	ноември 2015	декември 2015
Да	77	77,5
Не	16,6	18,0
Нема одговор	6,4	4,5

**Дали сте физички активни?**

	ноември 2015	декември 2015
Да	69,7	71,6
Не	30,3	28,4

**Која физичка активност ја практикувате?**

	ноември 2015	декември 2015
Работата ми е физичка активна	21,4	<b>19,7</b>
Трчам, догирам	9,2	<b>9,7</b>
Пешачам	36,8	<b>38,4</b>
Возам велосипед	4,4	<b>5,9</b>
Планинарам	1,7	<b>2,2</b>
Одам во теретана	7,5	<b>7,3</b>
Вежбам	12,4	<b>12,4</b>
Пливам	3,5	<b>2,6</b>
Друго	3,1	<b>1,8</b>

**Дали ги знаете позитивните придобивки од физичката активност, во корист на здравјето?**

	ноември 2015	декември 2015
Да	95,3	<b>95,4</b>
Не	4,7	<b>4,6</b>

**Како се информирате за позитивните ефекти од физичката активност?**

	ноември 2015	декември 2015
Преку пријатели, роднини	33,2	<b>32,3</b>
Преку медиумите	48,1	<b>49,1</b>
Преку матичниот лекар	11	<b>10,2</b>
Друго	6	<b>6,5</b>
Нема одговор	1,7	<b>1,8</b>

**Општо земено, дали се потребни дополнителни мерки за подобрување на состојбата со физичката активност кај граѓаните?**

	ноември 2015	декември 2015
Да	62,8	65,4
Не	20,6	18,8
Нема одговор	16,6	15,9

**Што конкретно сметате дека треба да биде превземено за да се подобри ситуацијата со физичката активност кај граѓаните односно истата да се поттикне да се практикува почесто?**

	ноември 2015	декември 2015
Бесплатни теретани	1,2	1,7
Да се промовира повеќе физичка активност/повеќе кампањи и реклами	21,5	22,2
Испитаници што сметаат дека не се потребни дополнителни мерки	37,2	34,6
Не знам/НО	22,7	21,5
Поевтини членарини за спортски клубови и теретани	1,3	2,2
Повеќе патеки за пешаци и велосипедисти	5,2	5,3
Повеќе слободно време за спорт	1,4	1,3
Повеќе спортски сали и паркови	5,8	6,5
Повеќе возење велосипед	0,5	,8
Спорт од мала возраст	1,5	2,3
Затворен базен	1,7	1,5