**Ко всемирному дню здоровья**

Красноярскстатом подготовлена статистическая информация о состоянии здоровья населения Красноярского края.

По итогам выборочного наблюдения состояния здоровья населения, проведенного в 2022 году, в Красноярском крае 45,5 процента населения в возрасте 15 лет и старше оценили собственное здоровье как удовлетворительное, 38,2 процента считают свое здоровье хорошим, 6 процентов – очень хорошим. Доля населения с высокой приверженностью здорового образа жизни составила среди мужчин 4,9 процента, среди женщин – 8,4 процента, с удовлетворительной приверженностью здорового образа жизни – 36,1 процента и 59,7 процента соответственно\*.

С целью предупреждения заболеваний и выявления их на ранней стадии развития диспансеризацию в последние два года прошли 44,9 процента мужчин и 56,9 процента женщин.

По данным наблюдения, в 2022 году для поддержания хорошей физической формы и укрепления собственного здоровья организованно занимались спортом 7,1 процента мужчин и 6,1 процента женщин, самостоятельно занимающихся отмечено немного больше – 11,5 процента мужчин и 12,6 процента женщин.

О рациональном режиме и суточном рационе питания хорошо осведомлены 17,6 процента населения, неплохое представление имеют 40,5 процента, слабое представление – 27 процентов. Добавляли соль, соленые приправы или соленый соус в готовую пищу непосредственно перед тем, как ее съесть, всегда – 13,6 процента жителей края, часто – 18,2 процента, иногда – 25,6 процента. Употребление фруктов и овощей (не менее 400 грамм) в ежедневный рацион включали 12,3 процента мужчин и 12,1 процента женщин.

Не употребляли табачные и нетабачные курительные и некурительные изделия 59,6 процента мужчин, 89,8 процента женщин.

\* Высокая приверженность здорового образа жизни предполагает отсутствие курения, ежедневное потребление овощей и фруктов, адекватную физическую активность, нормальное потребление соли, ограничение употребления алкоголя, удовлетворительная – отсутствие курения, при не соблюдении одного из условий высокой приверженности.