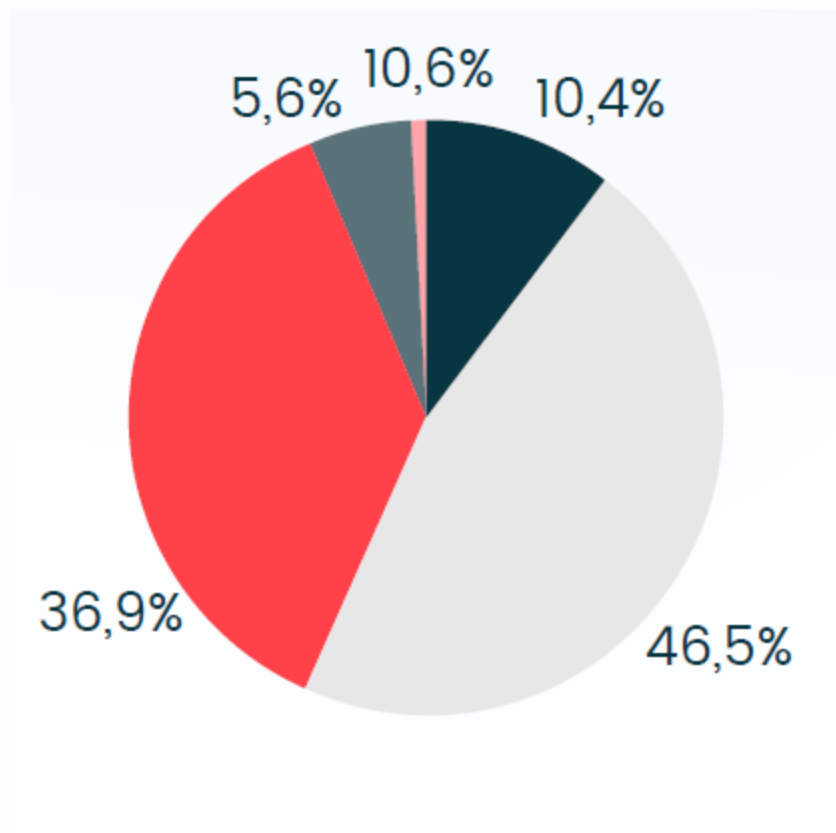


POMYŚL O SOBIE sprawdzamy zdrowie Polaków w pandemii



Tak oceniamy swój stan zdrowia

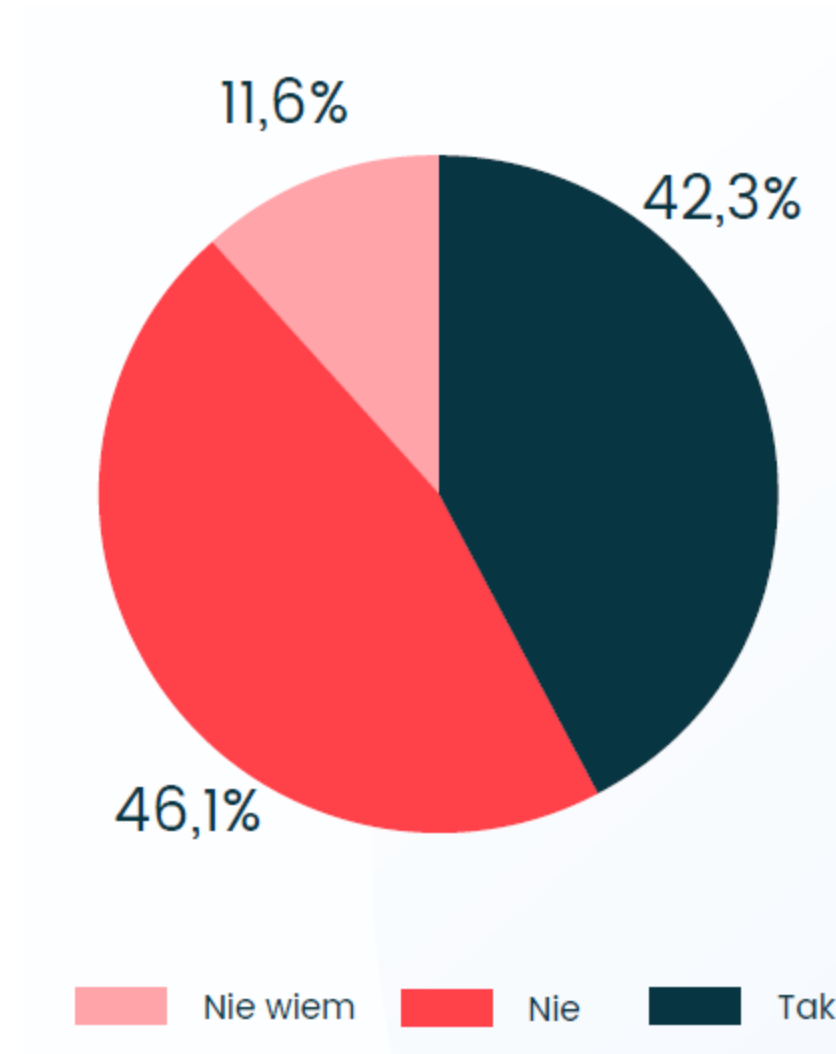


***Jak ogólnie
ocenisz swój
stan zdrowia?***

- Bardzo zły
- Zły
- Przeciętny
- Dobry
- Bardzo dobry

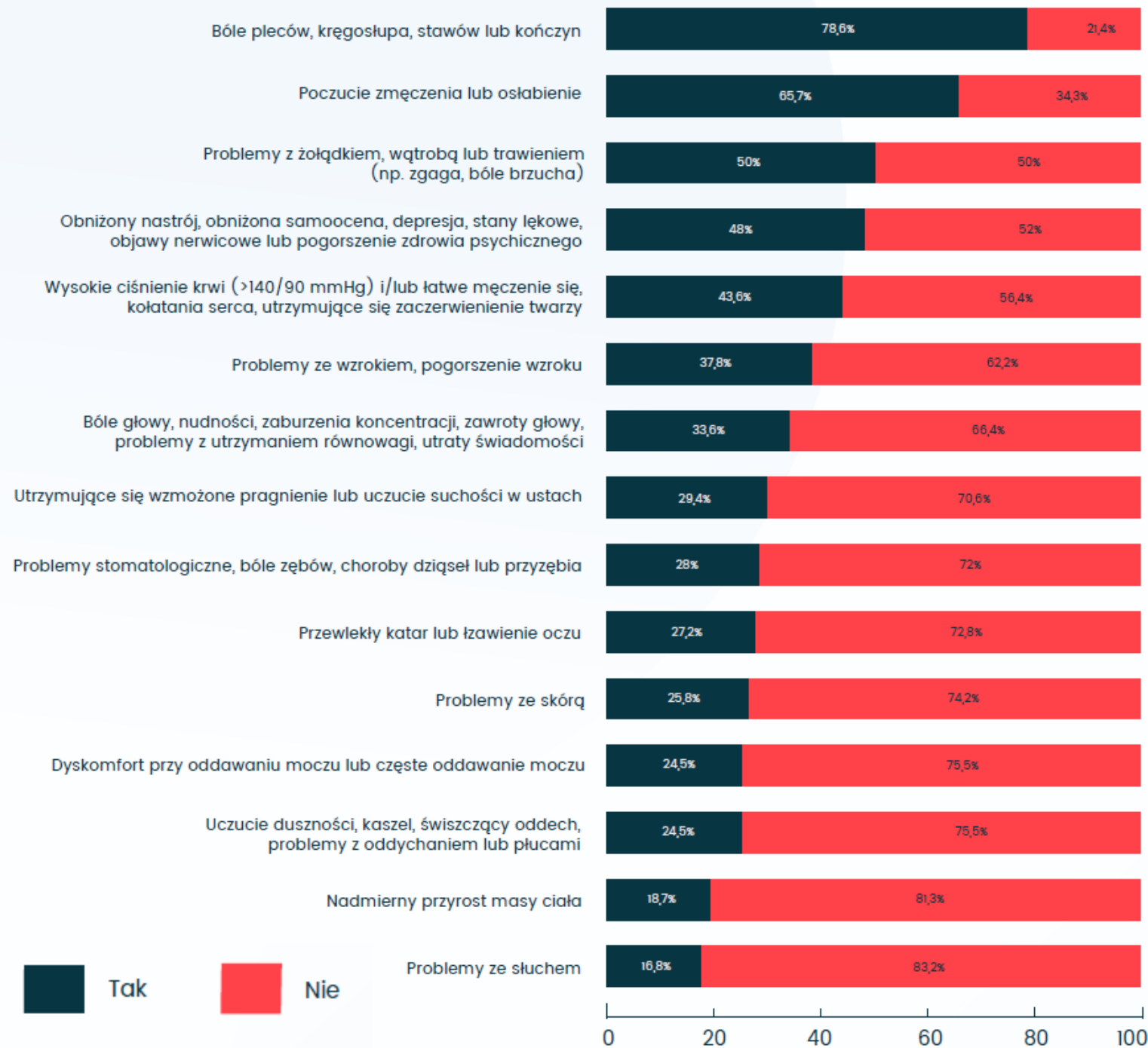
Choroby przewlekłe

Czy występują u Ciebie długotrwałe problemy zdrowotne lub choroby przewlekłe, trwające co najmniej 6 miesięcy i dłużej?



Co dolega Polakom?

Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy wystąpił u Ciebie któryś z wymienionych powyżej problemów zdrowotnych?

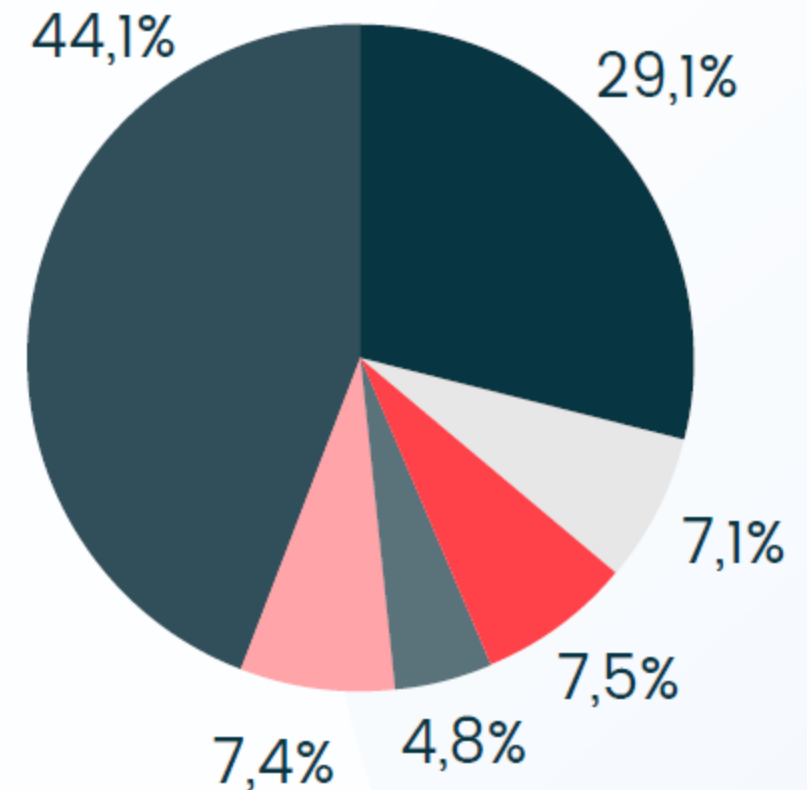


Wykres 57. Częstość występowania wybranych problemów zdrowotnych wśród uczestników badania (n=109 637).

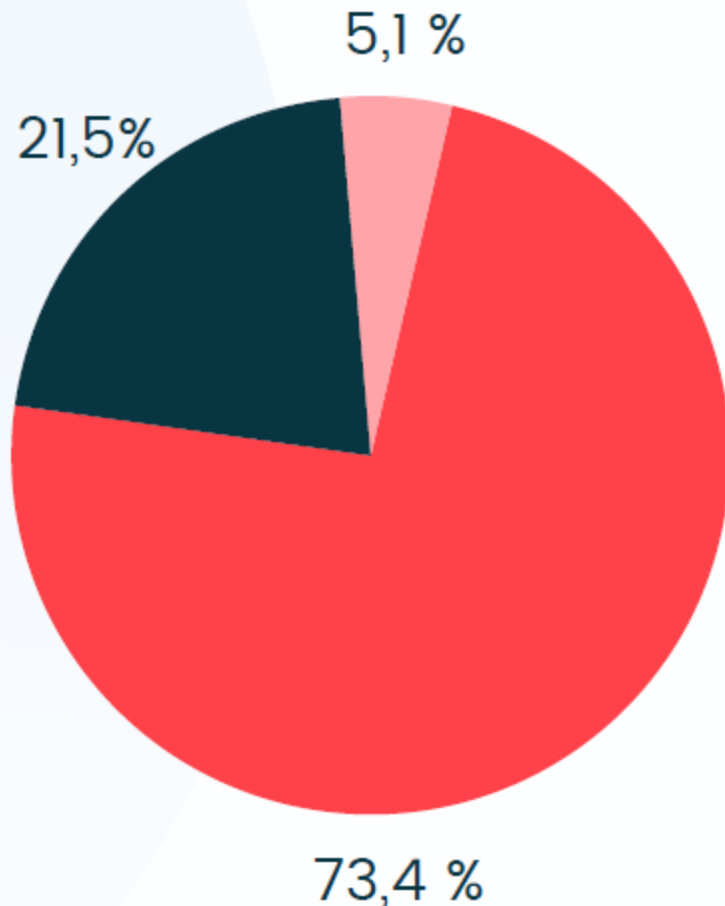
Polacy wspomagają się suplementami

Czy przyjmujesz suplementy diety?

- Nie
- Tak, raz w miesiącu lub rzadziej
- Tak, 2 - 4 razy w miesiącu
- Tak, 2 - 3 razy w tygodniu
- Tak, 4 - 6 razy w tygodniu
- Tak, codziennie

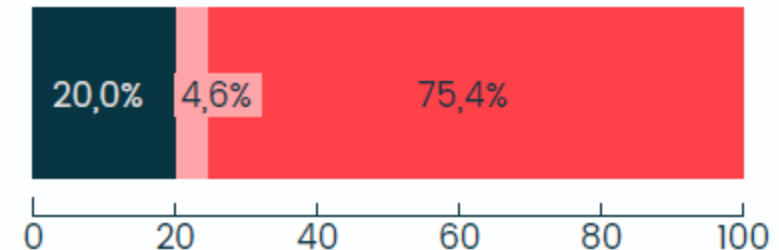


Czy palisz obecnie papierosy?

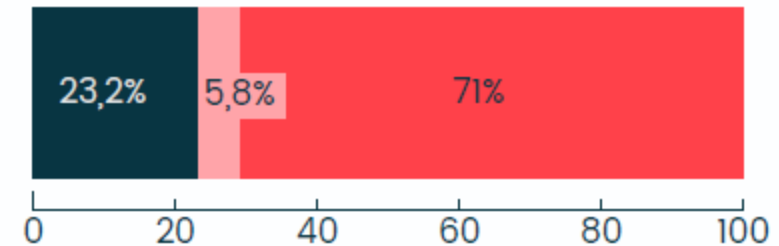


Czy palisz obecnie papierosy lub inne wyroby tytoniowe?

Kobiety:



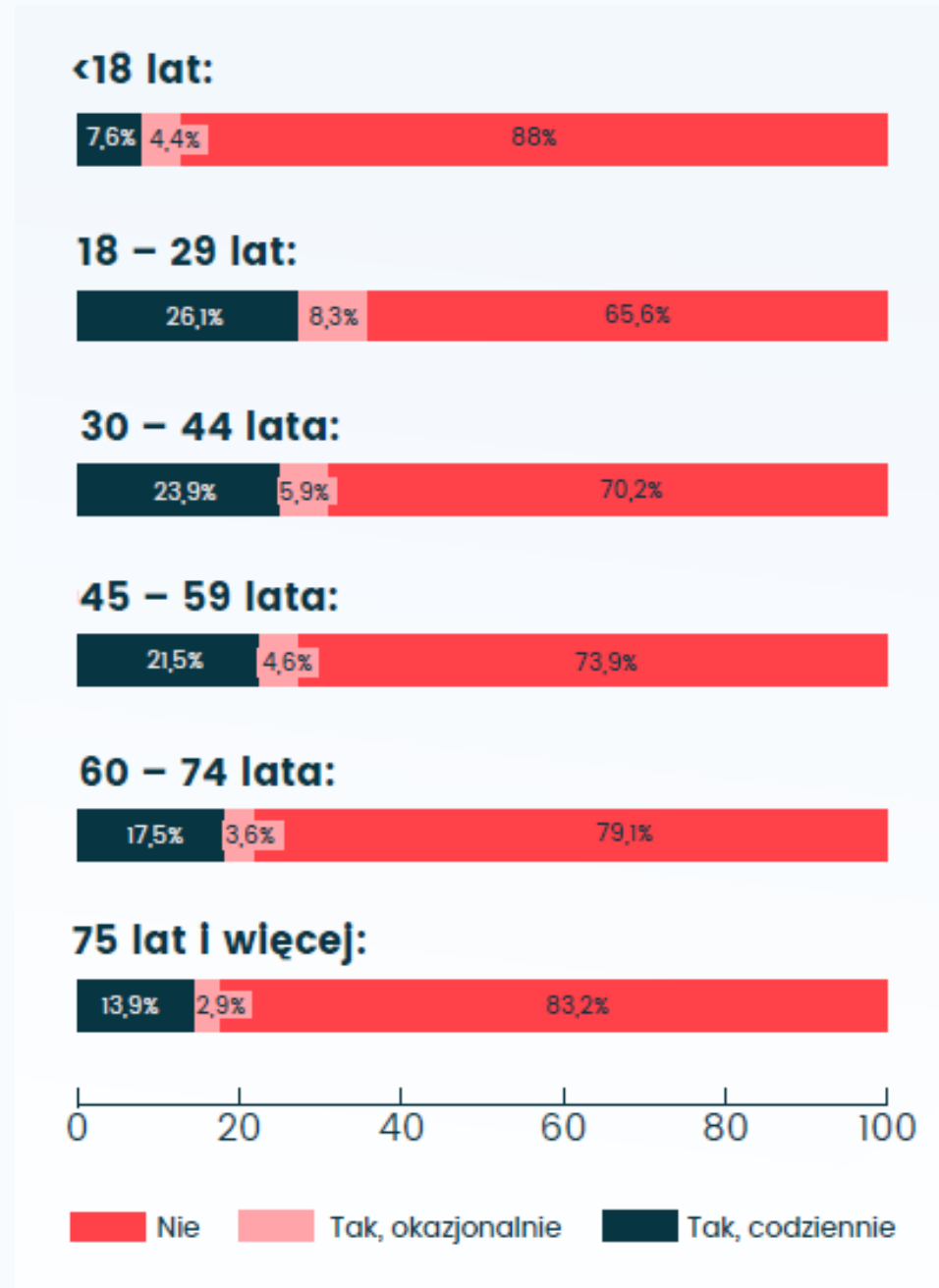
Mężczyźni:



■ Nie ■ Tak, okazjonalnie ■ Tak, codziennie

Wykres 7. Częstość palenia tytoniu według płci (n=107 139).

Wiek palaczy



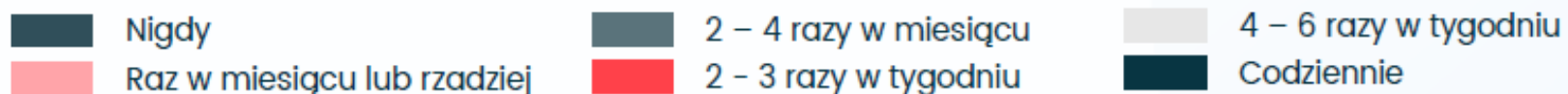
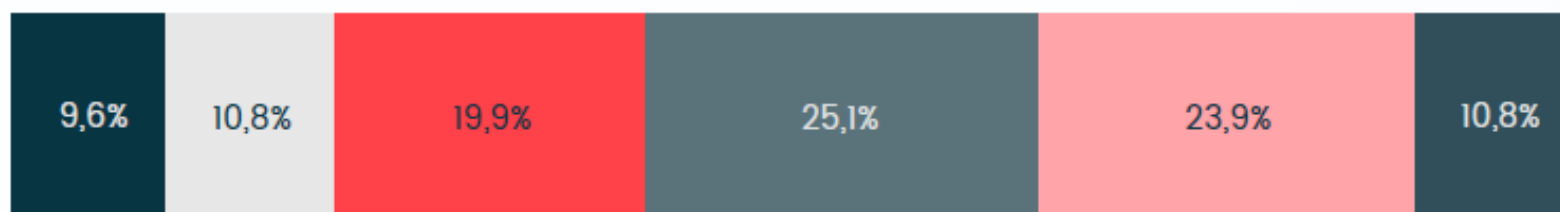
Wykres 8. Częstość palenia tytoniu w poszczególnych grupach wiekowych (n=106 143).

Alkohol – jak piją kobiety, a jak mężczyźni

Kobiety:

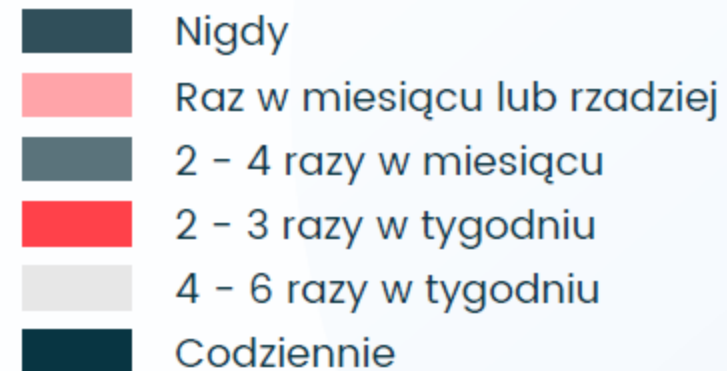
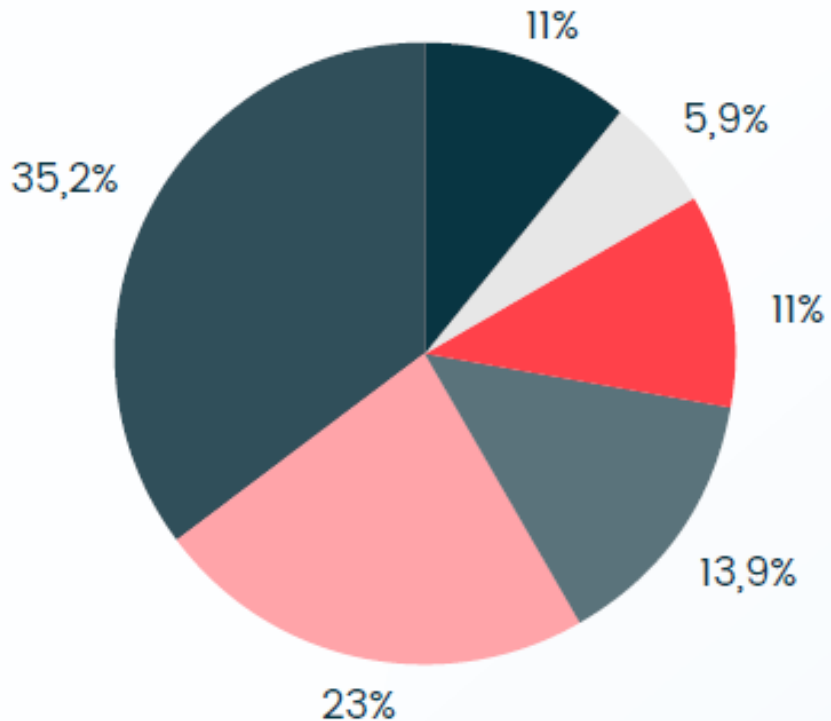


Mężczyźni:



Dieta – jak jedzą Polacy?

Przeciętnie, jak często w ciągu ostatnich 12 miesięcy zdarzyło Ci się Tobie jeść mniej niż 3 posiłki na dobę?



Przychodzi Polak do lekarza?

Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy z powodu choroby lub stanu zdrowia swojego lub dziecka byłeś(-aś) u lekarza lub w placówce opieki zdrowotnej?

