

Dorośli w Polsce odczuwają najwyższy wśród wszystkich mieszkańców Europy poziom wypalenia - z problemem mierzy się aż jedna czwarta Polaków.



Paulina Romaniszyn, dyrektor generalny STADA Polska fot. mat. prasowe STADA Health

STADA Health Report 2022 – badanie przeprowadzone na grupie ok. 30 000 respondentów w piętnastu krajach Europy, w tym 2 001 w Polsce, ujawnia niepokojące trendy dotyczące zdrowia psychicznego, jakości snu i poziomu zaufania do medycyny.

Choć niepokojące jest to, że ludzie w Polsce czują się wypaleni i zestresowani, STADA Health Report pokazuje, jakie strategie radzenia sobie z tym problemem stosuje nasz kraj. Firma STADA jest gotowa do współpracy z naszymi partnerami, farmaceutami, lekarzami, pacjentami i decydentami,

aby wykorzystać te spostrzeżenia do odpowiedniego dbania o zdrowie ludzi – komentuje Paulina Romaniszyn, dyrektor generalny STADA Polska.

Warszawa, 8 lipca 2022: Dorośli w Polsce najczęściej na tle całej Europy czują się na granicy wypalenia – wynika z badania STADA Health Report 2022 przeprowadzonego wśród około 30 000 dorosłych w 15 krajach Europy. Ponad jedna czwarta (26 proc.) dorosłych Polaków czuje się w ten sposób – to najwyższy wynik spośród pozostałych 14 europejskich krajów, w których przeprowadzono badanie. W najmłodszej badanej grupie wiekowej (18-24 lata) więcej niż jedna trzecia (36 proc.) Polaków uważa, że jest bliska wypalenia zawodowego.

Wyzwania i trudności ostatnich dwóch lat odbiły się na polskiej populacji – ponad dwóch na pięciu dorosłych Polaków (41 proc.) twierdzi, że ich poziom stresu znacznie wzrósł od początku pandemii. Jest to piąty najwyższy krajowy odsetek w STADA Health Report 2022 (średnia badania wyniosła 37 proc.).

– Choć niepokojące jest to, że ludzie w Polsce czują się wypaleni i zestresowani, STADA Health Report pokazuje, jakie strategie radzenia sobie z problemem przyjmuje nasz kraj – komentuje Paulina Romaniszyn, dyrektor generalny STADA Polska. – STADA jest gotowa do współpracy z naszymi partnerami farmaceutami, lekarzami, pacjentami i decydentami, aby wykorzystać te spostrzeżenia do dbania o zdrowie ludzi.

Polacy chętnie sięgają po suplementację i uprawiają fitness

Badanie internetowe STADA Health Report 2022 przeprowadzone na grupie około 30 000

dorosłych Europejczyków, w tym 2 001 Polaków, pokazuje, że dorośli Polacy próbują podjąć działania w celu poprawy swojego zdrowia fizycznego i psychicznego. Blisko połowa dorosłych w Polsce (45 proc.) w ciągu ostatnich 12 miesięcy zaopatrzyła się w witaminy, minerały i suplementy – liczba ta została przekroczona jedynie w Czechach (49 proc.). Średnia europejska była znacznie niższa i wynosiła 26 proc. Ponadto 20 proc. Polaków zaopatrzyło się w leki, co stanowi najwyższy wynik w badaniu.

Jednocześnie 18 proc. dorosłych Polaków zadeklarowało, że w ciągu ostatnich 12 miesięcy brało udział w zajęciach fitness lub poprawiających samopoczucie, co stanowi najwyższy krajowy odsetek w STADA Health Report. Z kolei 45 proc. dorosłych Polaków twierdzi, że wykonuje holistyczne ćwiczenia fizyczne, takie jak joga lub pilates, celem poprawy swojego zdrowia psychicznego – to zdecydowanie najwyższy odsetek w kraju i prawie dwukrotnie wyższy niż średnia badania, która wyniosła 24 proc. Połowa (51 proc.) dorosłych Polaków stara się zachowywać odpowiednią ilość snu, aby poprawić swoje zdrowie psychiczne, co jest drugim najwyższym krajowym odsetkiem w STADA Health Report, dla którego średnia europejska wyniosła 42 proc.

Podejście Polaków do nowych technologii w zakresie opieki zdrowotnej

Polacy dość chętnie podchodzą do wypróbowania nowych metod utrzymania i poprawy swojego zdrowia z wykorzystaniem technologii. Więcej niż jeden na czterech dorosłych Polaków (26 proc.) twierdzi, że korzysta z aplikacji monitorujących zdrowie w celu wspierania zdrowych nawyków żywieniowych. Jest to drugi najwyższy odsetek w Europie za Rumunią (28 proc.), przy średniej badania wynoszącej 19 proc.. Ponadto 22 proc. dorosłych Polaków używa aplikacji do monitorowania jakości snu, co jest drugim wynikiem po Hiszpanii (23 proc.), przy średniej europejskiej wynoszącej 17 proc. Jeden na pięciu Polaków (20 proc.) korzysta z aplikacji do otrzymywania istotnych alertów zdrowotnych, np. dotyczących jakości powietrza – podobny odsetek zaobserwowano również w Serbii (średnia 13 proc.). Zaledwie 18 proc. Polaków twierdzi, że nie zna tego typu aplikacji

zdrowotnych, a 27 proc. o nich słyszało, lecz z nich nie korzysta – to najniższy krajowy odsetek w raporcie STADA Health Report 2022.

Z drugiej strony, polscy dorośli stosunkowo sceptycznie podchodzą do zdalnych konsultacji medycznych w formie wideorozmowy – 58 proc. nie ma nic przeciwko nim, w porównaniu do średniej europejskiej, która wyniosła 64 proc. Spośród 42 proc. dorosłych Polaków, którzy nie są zwolennikami tego rozwiązania, osobista interakcja z lekarzem była kluczowa dla 21 proc. – mniej więcej tyle samo, ile wynosi średnia badania, tj. 20 proc. Kolejna jedna piąta (20 proc.) Polaków twierdzi, że taka wirtualna konsultacja byłaby dla nich niekomfortowa (to trzeci wynik za Belgią (22 proc.) i Szwajcarią (21 proc.)).

STADA Health Report:

Badanie reprezentatywne przeprowadzone przez InSites Consulting na zlecenie STADA.

Ramy czasowe badań: Od marca do kwietnia 2022 r. Próba: Około 2000 respondentów z Austrii, Belgii, Czech, Francji, Niemiec, Włoch, Kazachstanu, Holandii, Polski, Portugalii, Rumunii, Serbii, Hiszpanii, Szwajcarii i Wielkiej Brytanii.

źródło informacji: mat. prasowe STADA Health