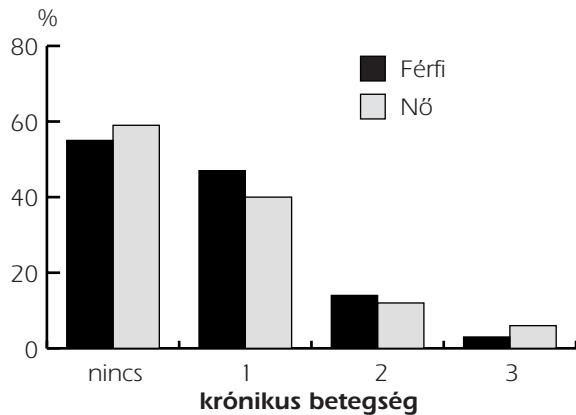
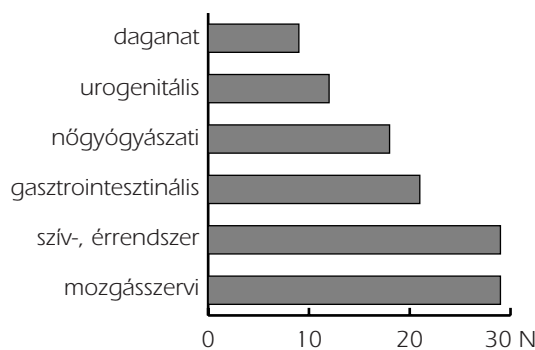


Krónikus betegségek gyakorisága nemek szerint



4. ábra

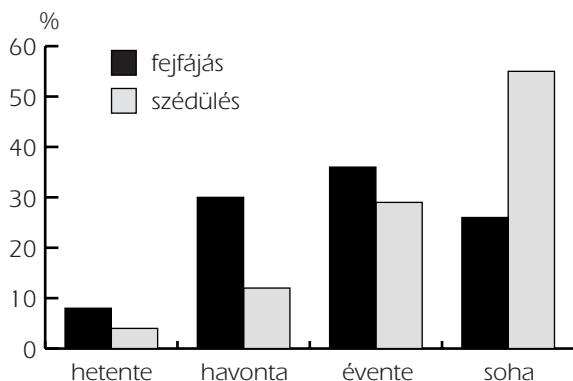
Krónikus betegségek száma



5. ábra

Soha nem fordult elő fejfájás a vizsgáltak 26%-ában, szédülés pedig 55%-ában (6. ábra). Havonta jelentkezik fejfájás a résztvevők 30%-ában, szédülés 12%-ban. Évente 1–2 alkalommal jelentkező fejfájásról az orvosok 36,5%-a, míg szédülésről 29%-uk számolt be.

Fejfájás, szédülés előfordulása



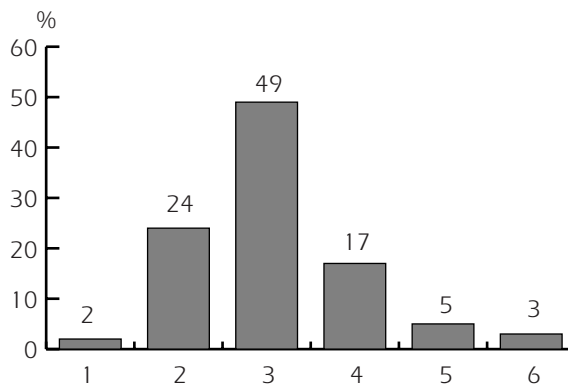
6. ábra

Életmód

A szűrésben résztvevők 80,7%-a rendszeresen étkezik, 24%-uk napi 2, 49%-uk napi 3, 17%-uk napi 4

alkalommal étkezik (7. ábra). A napi 6 alkalommal étkezők között ketten elhízottak, és egyikük sem figyel oda a megfelelő étkezésre. Vizsgáltuk, hogy van-e összefüggés az étkezések száma és a BMI között, mind-egyik csoport esetében hasonló 24 körüli BMI értéket találtunk.

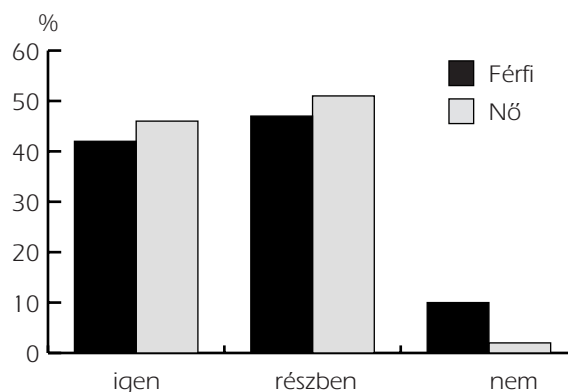
Napi étkezések száma



7. ábra

A férfiak és a nők közel azonos arányban figyelnek oda helyes táplálkozásra, a férfiak 47, a nők 52%-a részben, illetve 10- és 2%-uk nem szentel megfelelő figyelmet a helyes táplálkozásra (8. ábra).

Figyel-e a helyes táplálkozásra



8. ábra

A férfiak 22, a nők 36%-a nem végez rendszeres fizikai aktivitást. A férfiak 18%, a nők 21%-a heti 1, míg 23, illetve 18%-uk, heti 2, és 37 illetve 25%-uk heti 3 vagy több alkalommal végez rendszeres testmozgást (9. ábra).

A rendszeres testmozgást nem végzők több mint felének van krónikus betegsége, 20%-uk hypertóniás, 3-an cukorbeteg, 25%-uk elhízott, 20%-uknál a tíz évre várható coronaria rizikó 10% felett van. A heti 3 vagy több alkalommal fizikai aktivitást végzők 45%-ának van krónikus betegsége, 13%-uk hypertóniás, 2-en cukorbeteg, 14%-uk elhízott, 19,8%-uknál a tíz évre várható coronaria rizikó 10% felett van (10. ábra).

A résztvevők 56%-a négy óránál kevesebb, 35%-uk 4-6 órát, míg 9%-uk nyolc óránál többet ül a munka-