

A photograph of a red bowl filled with blueberries, with a sprig of thyme resting on top. The bowl is on a wooden surface, and more blueberries and thyme are scattered in the foreground. A semi-transparent text box is overlaid on the image.

REGĖJIMO PROBLEMOS SULAUKUS KETURIASDEŠIMTIES

TYRIMO ATASKAITA
2019 M. VASARIS

REGĖJIMO PROBLEMŲ PAPLITIMAS

- ▶ **Regėjimo problemos yra viena iš dažniausiai pasitaikančių sveikatos problemų sulaukus keturiasdešimtojo gimtadienio.** Tą patvirtino 44 proc. visų apklaustųjų ir dar didesnė apklaustųjų dalis 45-ių ir daugiau metų amžiaus grupėje. Nugaros problemos ir sulėtėjusi medžiagų apykaita nustatyta 34–37 proc. tiriamųjų Lietuvoje.
- ▶ Tuo tarpu, kai galima pastebėti nedidelį nugaros problemų, padidėjusio kraujospūdžio ir širdies bei kraujagyslių ligų paplitimo skirtumą tarp vyrų ir moterų apklaustųjų (vyrus šios problemos kamuoja šiek tiek dažniau nei moteris), **regėjimo problemos vienodai paliečia tiek vyrus, tiek ir moteris.**
- ▶ **39 proc. visų apklaustųjų skaitydami turi atitraukti tekstą nuo akių visuomet arba labai dažnai,** tuo tarpu 50-ies ir vyresnių metų grupėje taip elgiasi 42 proc. apklaustųjų.
- ▶ **Beveik kas antras (46 proc.) 45–55 metų apklaustasis suvokia, kad regėjimas su amžiumi blogėja, o dar 25 proc. apklaustųjų visiškai sutinka su tokiu teiginiu.** Tuo tarpu 27 proc. 40–44 metų apklaustųjų absoliučiai tam pritaria, o 45–49 metų amžiaus grupėje taip manančių apklaustųjų skaičius padvigubėja.

- ▶ **Tik 10 proc. visų apklaustųjų teigia apskritai neturintys regėjimo problemų.**
- ▶ Kas trečias apklaustasis pajuto bendrą regėjimo pablogėjimą, o 28 proc. susidūrė su problema žiūrėdami į tolį ir 24 proc. – skaitydami iš arti.
- ▶ 22–23 proc. apklaustųjų prastai mato prieblandoje ar juos vargina ašarojimas.
- ▶ 22 proc. tirtų asmenų sunku restorane skaityti meniu dėl susiliejusio vaizdo. Tačiau ši problema kamuoja vos 7 proc. 40–44 metų amžiaus apklaustųjų, o sulaukus 50–55 metų, šis skaičius išauga iki 37 proc.
- ▶ 5 proc. apklaustųjų teigia praradę vieną kartą per gyvenimą pasitaikančią galimybę dėl regėjimo problemų.

REGĖJIMO PROBLEMŲ PRIEŽASTYS

- ▶ **Dauguma apklaustųjų (63 proc.) suvokia regėjimo problemas kaip natūralų senėjimo procesą.** Bemaž kas trečias asmuo mano, kad regėjimas blogėja dėl kompiuterių naudojimo, o kas penktas teigia, kad regėjimo problemos pradeda varginti anksčiau, jei akimis nėra tinkamai pasirūpinama. Taip mano šiek tiek daugiau apklaustųjų vyrų nei moterų.
- ▶ Apklaustųjų žinios apie galimybes pasirūpinti akių sveikata priklauso nuo jų amžiaus. **Populiariausias yra įsitikinimas, kad akims naudinga riboti jas varginančią veiklą** (pavyzdžiui, žiūrėjimą į kompiuterio ekraną) – taip mano 47 proc. visų apklaustųjų.
- ▶ Tuo tarpu pusė jaunesnių (40–44 metų) asmenų mano, kad specialūs akių pratimai gali padėti išvengti regėjimo problemų, tačiau tokios pačios nuomonės laikosi 31–34 proc. vyresnių apklaustųjų. Jaunesnio amžiaus asmenys labiau nei kiti tiki maisto papildų akių sveikatai galia.
- ▶ Iš kitos pusės, kas antras 50 ir daugiau metų sulaukęs asmuo tiki skaitymo akinių nauda, kuriuos nenaudingais laiko 40–44 metų asmenys.

AKINIŲ NEŠIOJIMAS

- ▶ **41 proc. apklaustųjų turi vieną porą įprastai nešiojamų akinių**, 6 proc. nešioja dvejas poras akinių (vieni skaitymui, kiti – žiūrėjimui į tolį) ir 4 proc. asmenų nešioja progresinius akinius.
- ▶ Kas trečias akinius nešiojantis asmuo sutinka, kad ieško kitų akinių, jau vienus nešiodamas ir 14 proc. sutinka, kad bent kartą yra pametę jiems skirtus akinius.
- ▶ **Trumpam nusiimdami akinius, dauguma apklaustųjų (45 proc.) padeda juos ant arčiausiai esančio horizontalaus paviršiaus, 25 proc. deda akinius į futliarą ir 19 proc.** pakelia akinius ant kaktos ar galvos. Pastarasis įprotis dažniau paplitęs tarp vyresnių nei 50 metų amžiaus asmenų, nei jaunesnių apklaustųjų. Be to, taip dažniau elgiasi moterys nei vyrai.
- ▶ **Didžiausia apklaustųjų dalis (61–64 proc.) sutinka, kad „tikrasis gyvenimas prasideda po keturiasdešimties“ ir „gerai tinkantys akiniai gali padėti atrodyti jauniau“.** Tačiau kitų teiginių atžvilgiu apklaustųjų nuomonė atrodė labiau skeptiška: 70 proc. apklaustųjų netiki, kad žmonės labiau juos pastebėtų, jei jie nešiotų akinius, 62 proc. nesutinka, kad akiniai suteikia seksualumo, ir 58 proc. nemano, kad žmogus su akiniais atrodo protingesnis.

REGĖJIMO TIKRINIMAS

- ▶ **Kas antras apklaustasis mano, kad tik oftalmologas yra pakankamai kompetentingas patikrinti regėjimą, 10 proc.**
apklaustųjų mano, kad tai padaryti gali optimetro ar optikos specialistas optikos parduotuvėje, 23 proc. mano, kad visi šie atsakymai (įskaitant pardavėjus) yra tinkami.
- ▶ **Beveik 3/4 apklaustųjų lietuvių tikrina regėjimą bent kartą per 2–3 metus, o 29 proc. tą daro kasmet.**
- ▶ Nors 71 proc. apklaustųjų nesirūpina regėjimu koku nors ypatingu būdu, tačiau likusieji 18 proc., kurie tą daro, dažniausiai kreipia dėmesį į apšvietimą darbo ir skaitymo metu (64 proc.), renkasi tinkamus akinius ar vartoja vaistus / maisto papildus regėjimui pagerinti (43–45 proc.).
- ▶ **Vos 7 proc. apklaustųjų žino, kas yra presbiopija ir mano, kad pagrindinis presbiopijos gydymas yra progresiniai akiniai.**

APKLAUSTŲJŲ IMTIES STRUKTŪRA

Tikslinė auditorija: 40–55 metų asmenys,
proporcingai Lietuvos gyventojams.

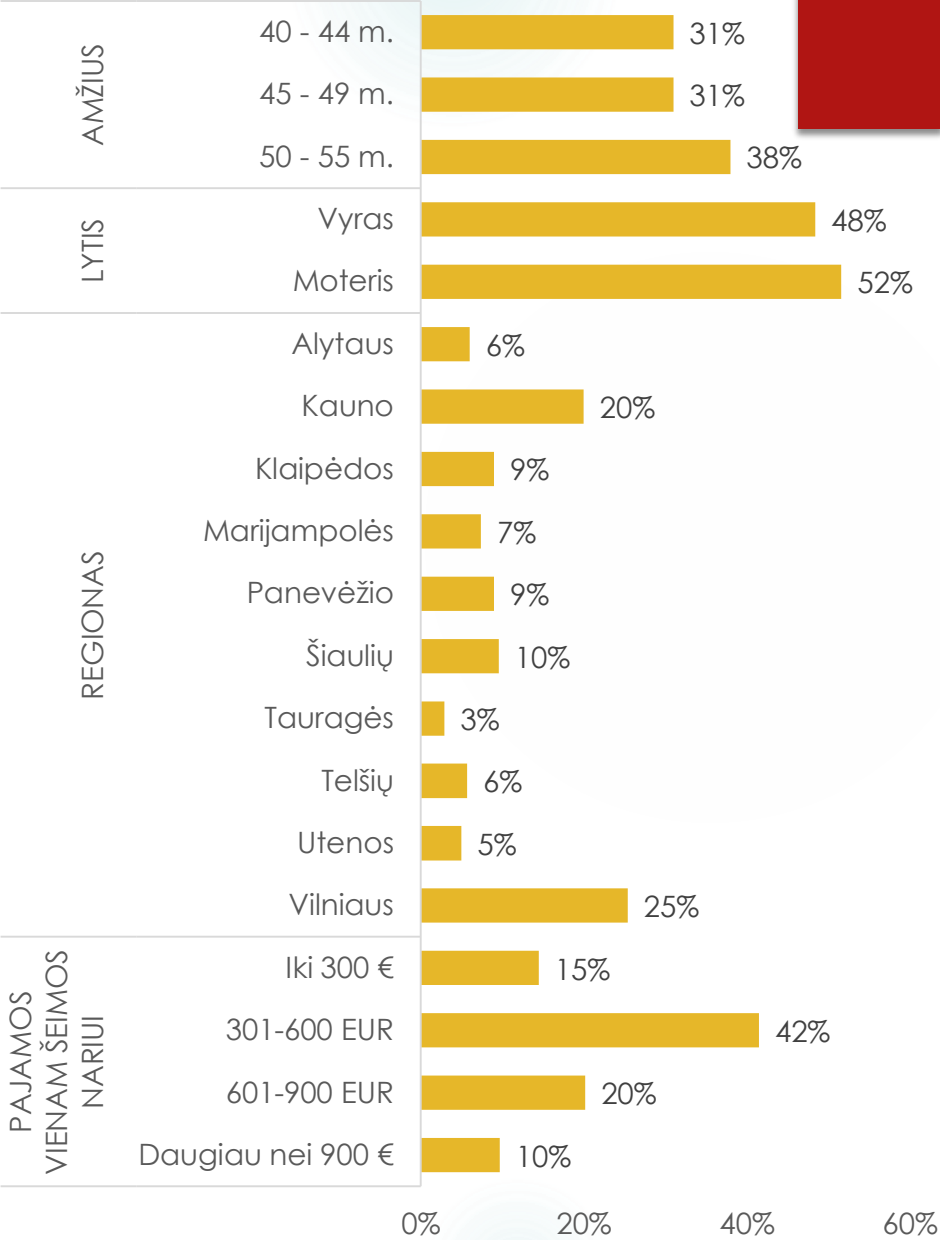
Imties dydis: N=544

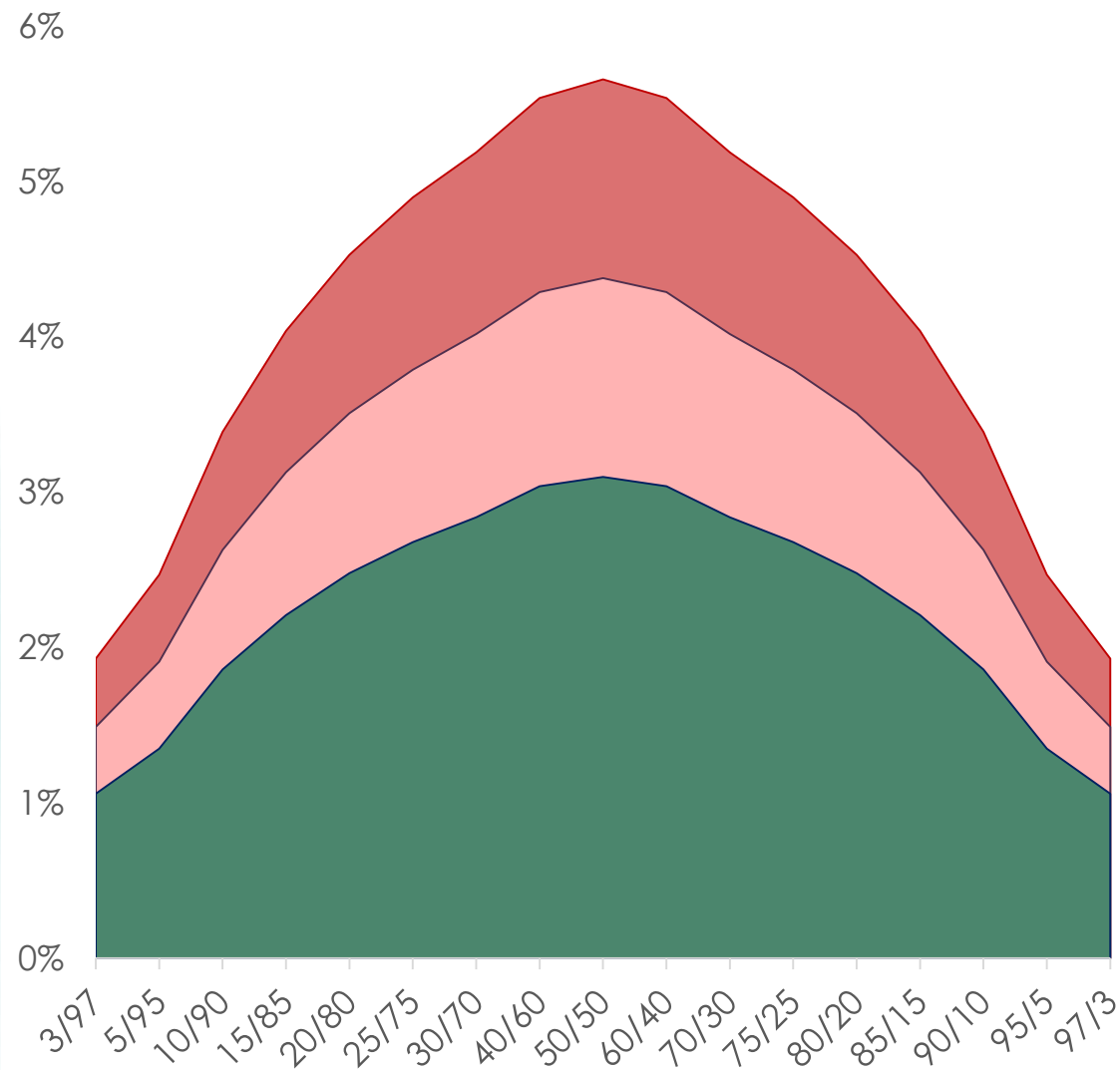
Metodas: internetinis tyrimas (CAWI)

Statistinė paklaida: 4.3%

Duomenų rinkimas:

2019-02-04 – 2019-02-08



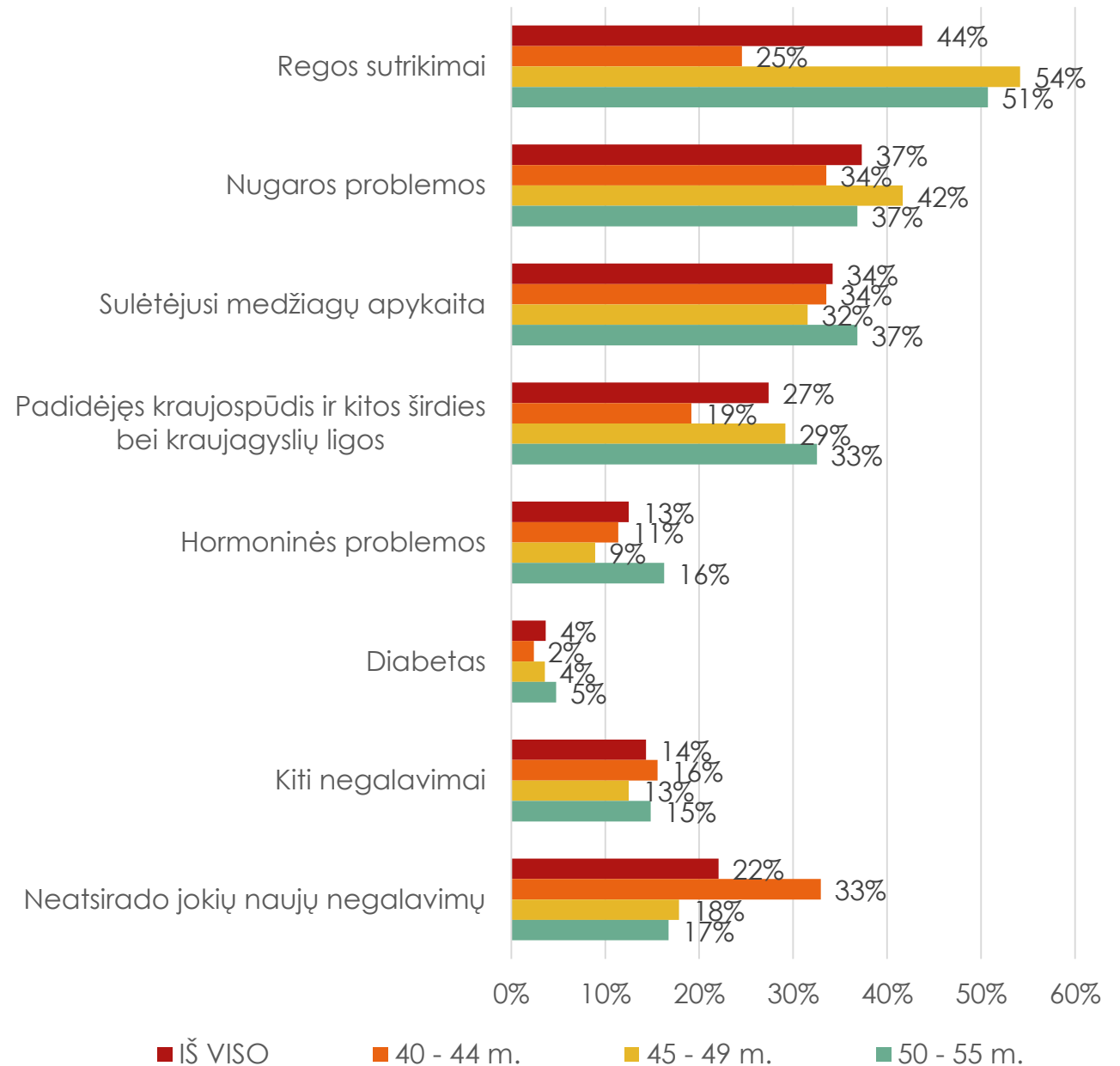


Standartinė paklaida

- Standartinė paklaida rodo skirtumą tarp nustatyto ir faktinio asmenų skaičiaus.
- Pavyzdžiui, jei vertinamas dydis yra N=1000, imtis yra 42 proc. su 95 proc. tikimybe, kad visa gyventojų dalis yra +/- proc., taigi, išlieka tarp 39 ir 45 proc.

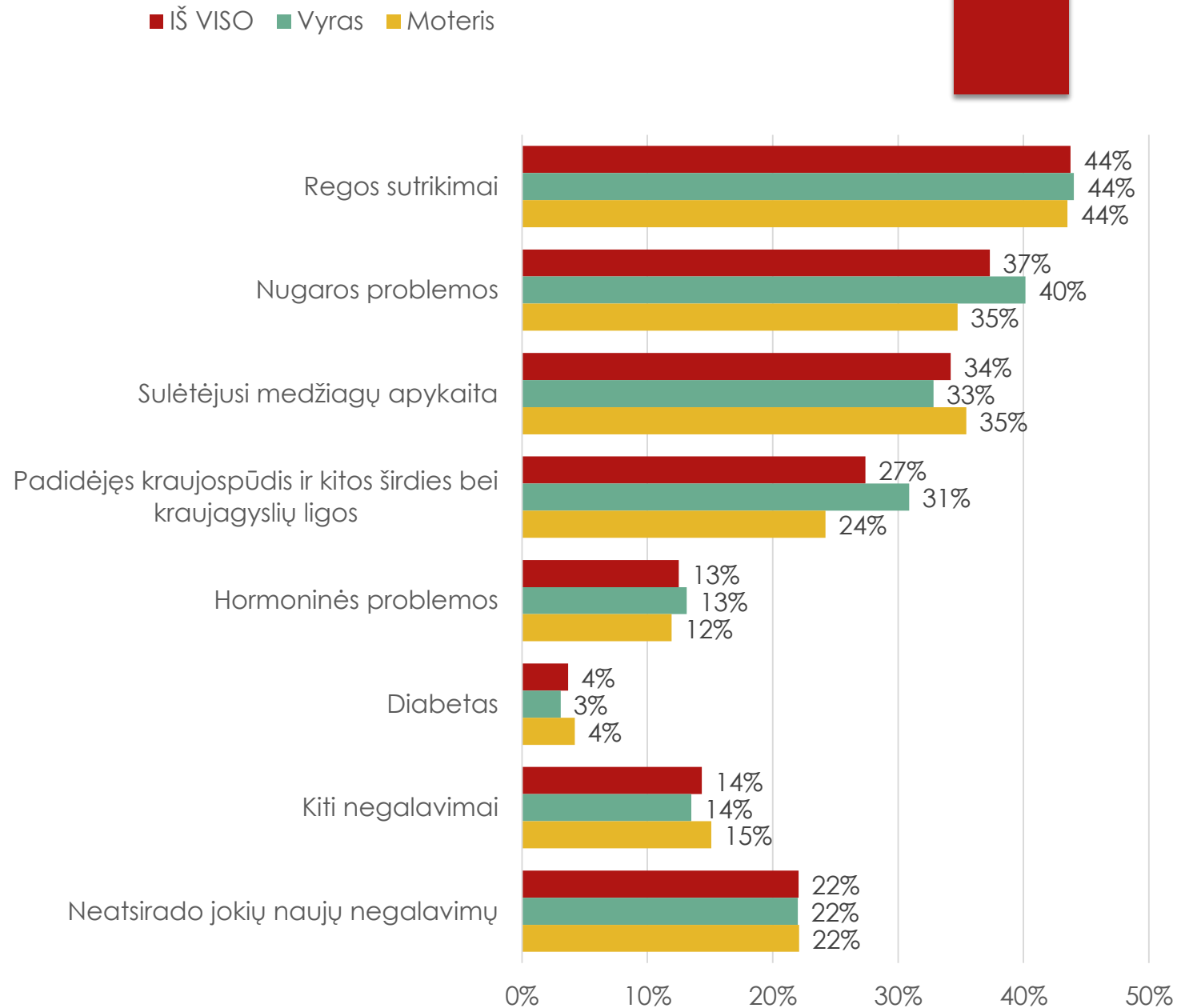
SVEIKATOS PROBLEMOS SULAUKUS KETURIASDEŠIMTIES (amžiaus grupės)

Ar įžengę į penktąją dešimtį
susiduriate su kokiomis nors
sveikatos problemomis, kurių
anksčiau neturėjote?
(N=544)



SVEIKATOS PROBLEMOS SULAUKUS KETURIASDEŠIMTIES (lyties grupės)

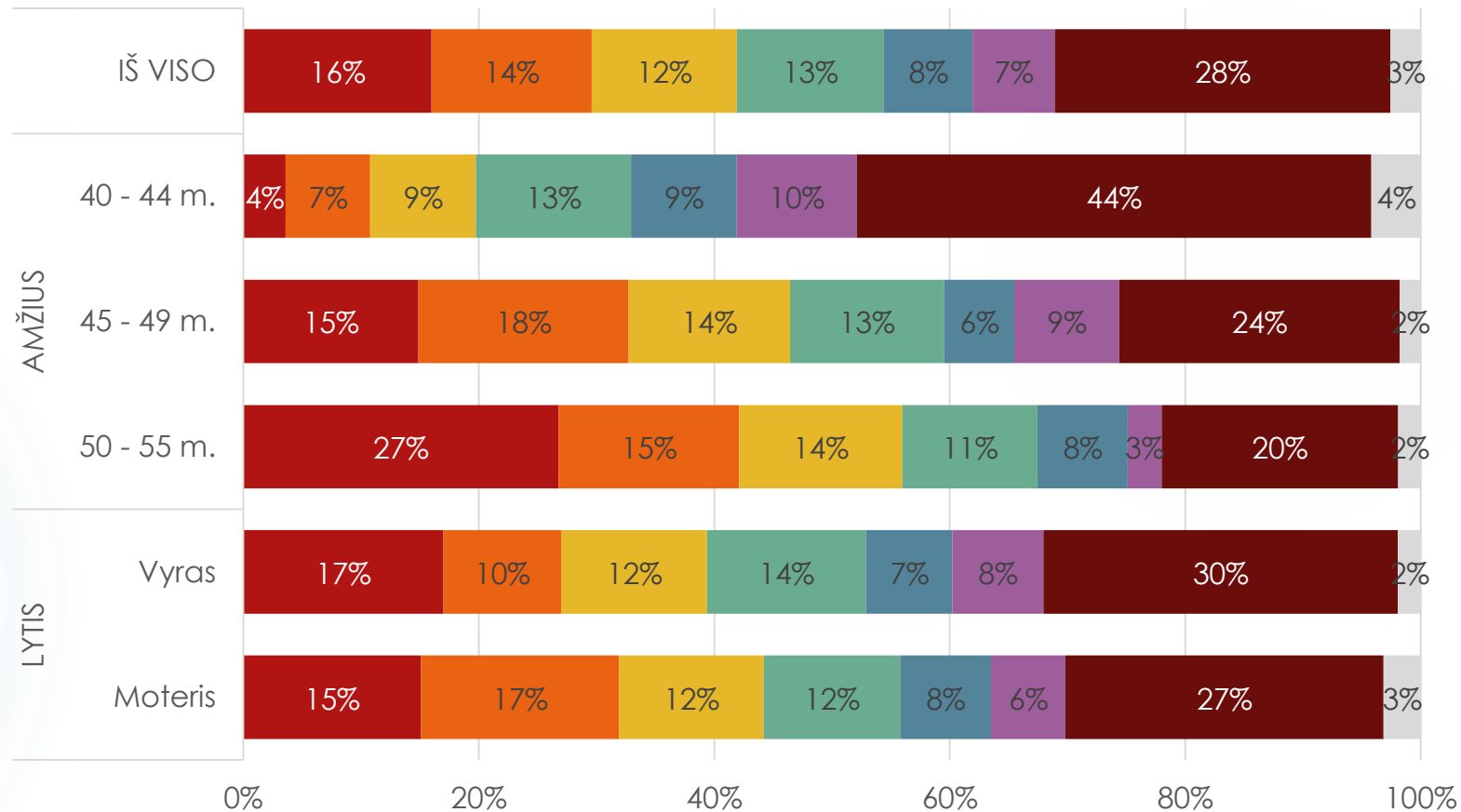
Ar įžengę į penktąją dešimtį
susiduriate su kokiomis nors
sveikatos problemomis, kurių
anksčiau neturėjote?
(N=544)

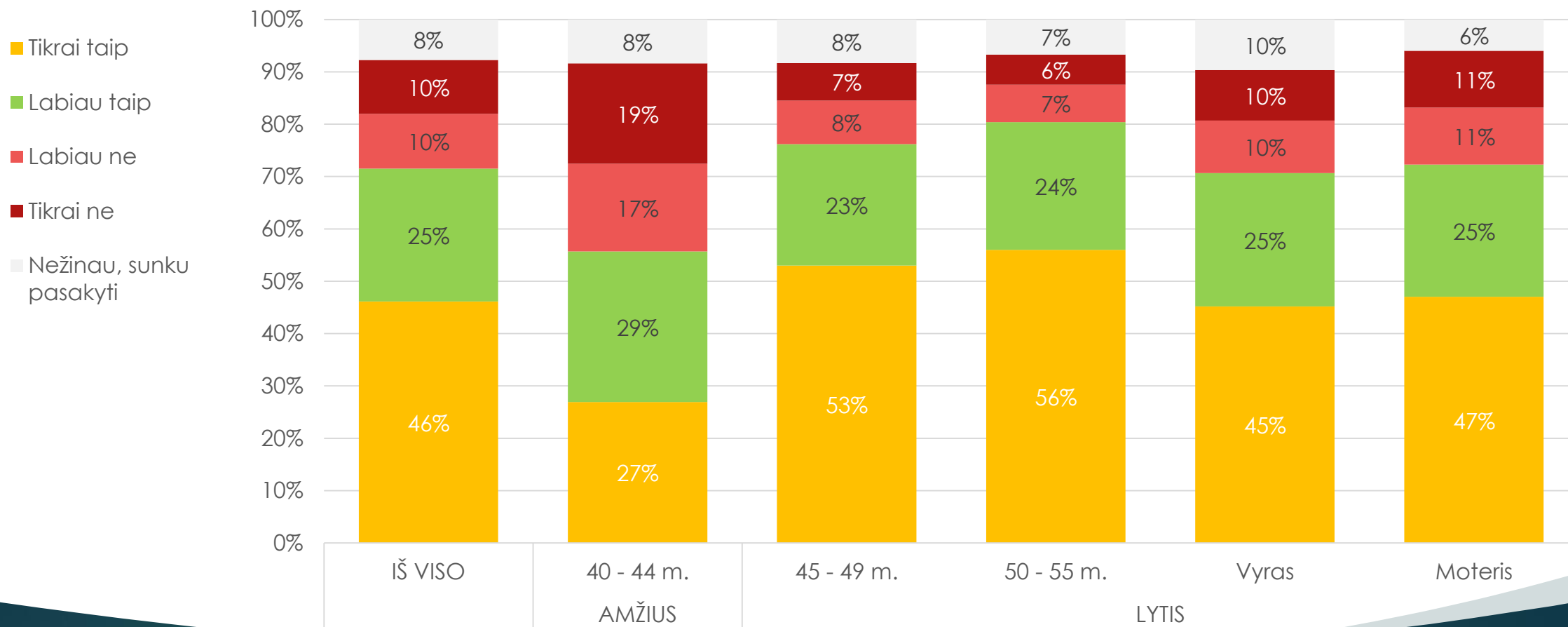


REGĖJIMO PROBLEMOS

Kaip dažnai nutinka taip, kad skaitydami turite atitraukti tekstą toliau nuo akių, kad galėtumėte jį aiškiai matyti? (N=544)

- Visuomet, kai skaitau
- Labai dažnai
- Dažnai
- Kartais
- Retai
- Labai retai
- Niekada to nedarau
- Nežinau, sunku pasakyti



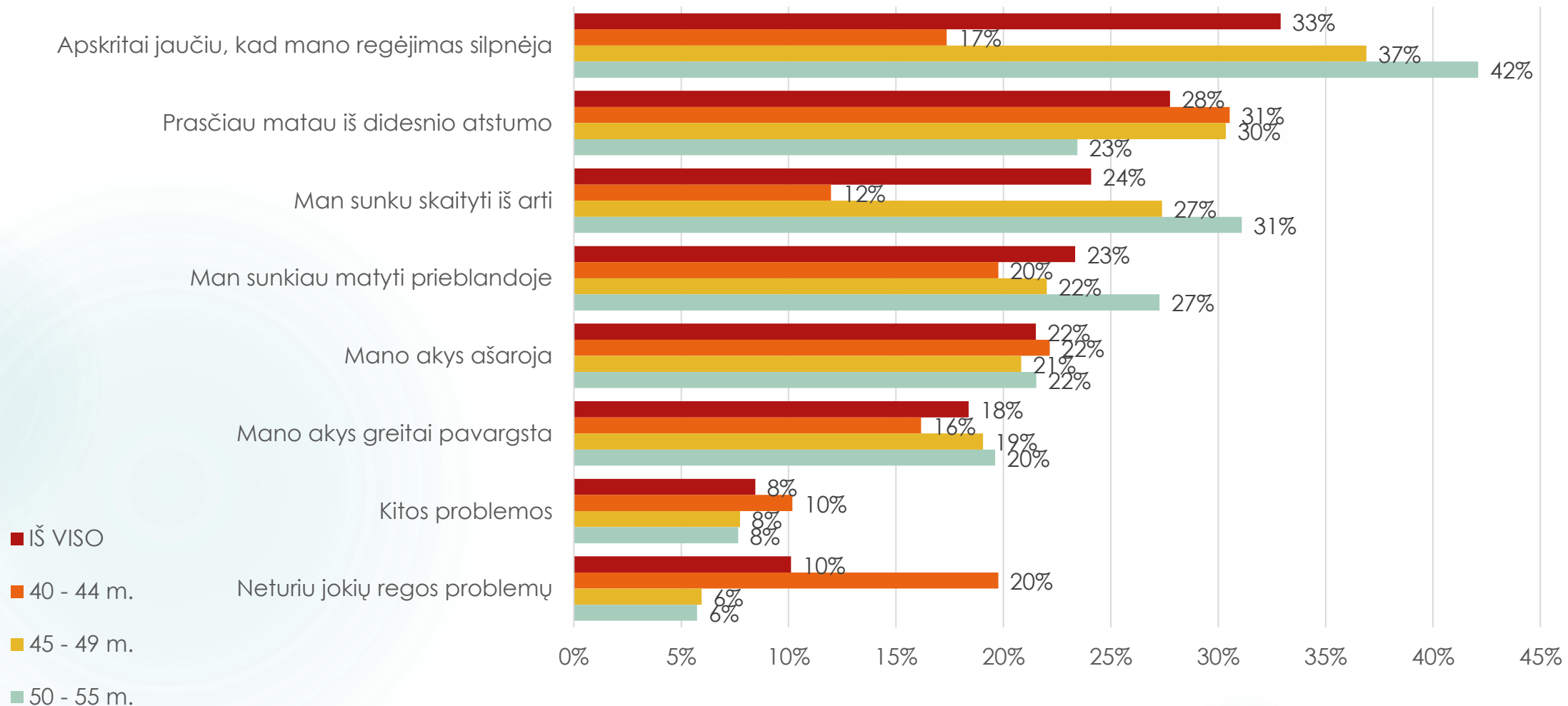


REGĖJIMO PROBLEMŲ INDIVIDUALUS ĮSIVERTINIMAS

Ar jaučiate, kad su amžiumi jūsų regėjimas silpnėja? (N=544)

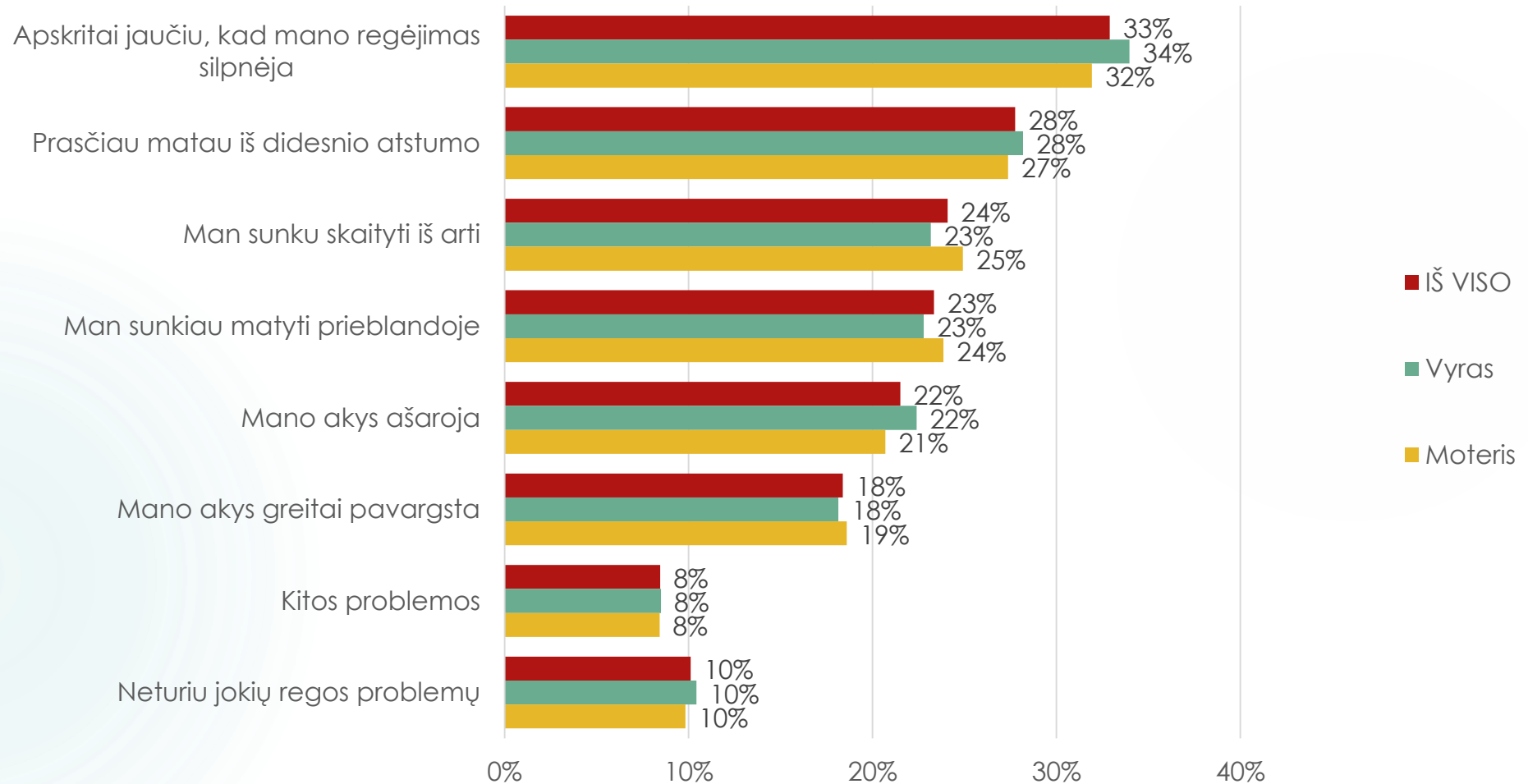
REGĖJIMO PROBLEMŲ VERTINIMAS (amžiaus grupės)

Ar turite kokių nors regos problemų? (N=544)



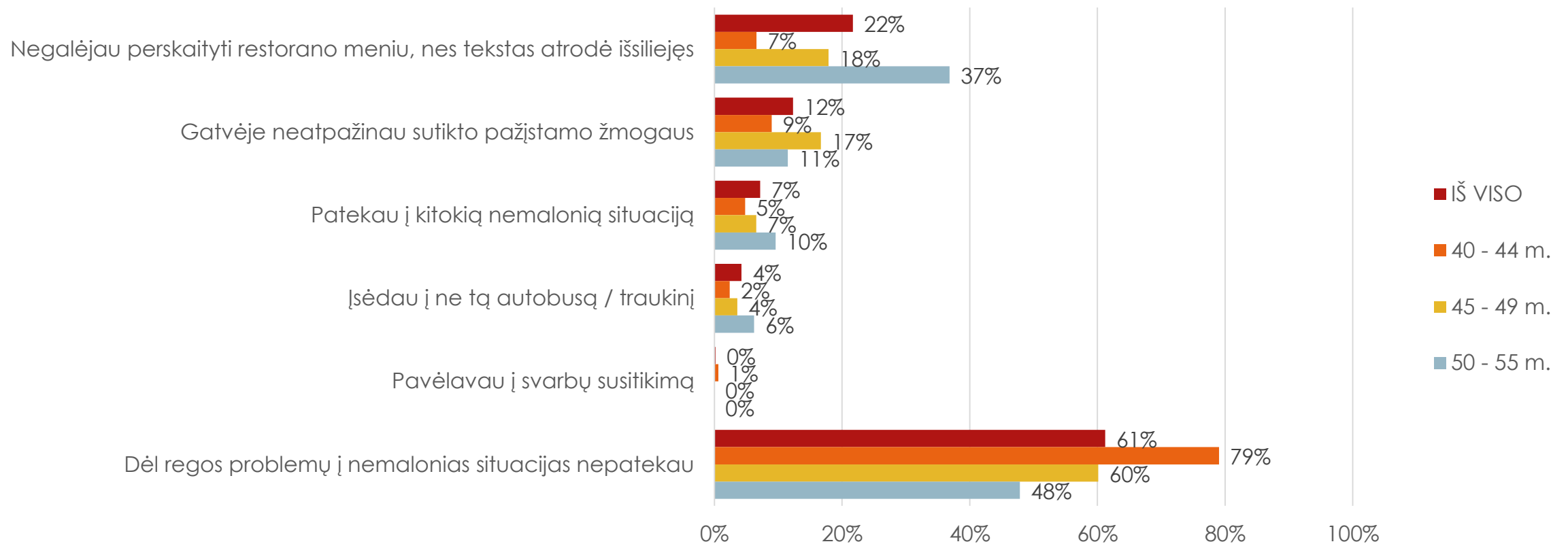
REGĖJIMO PROBLEMŲ VERTINIMAS (lyties grupės)

Ar turite kokių nors regos problemų? (N=544)



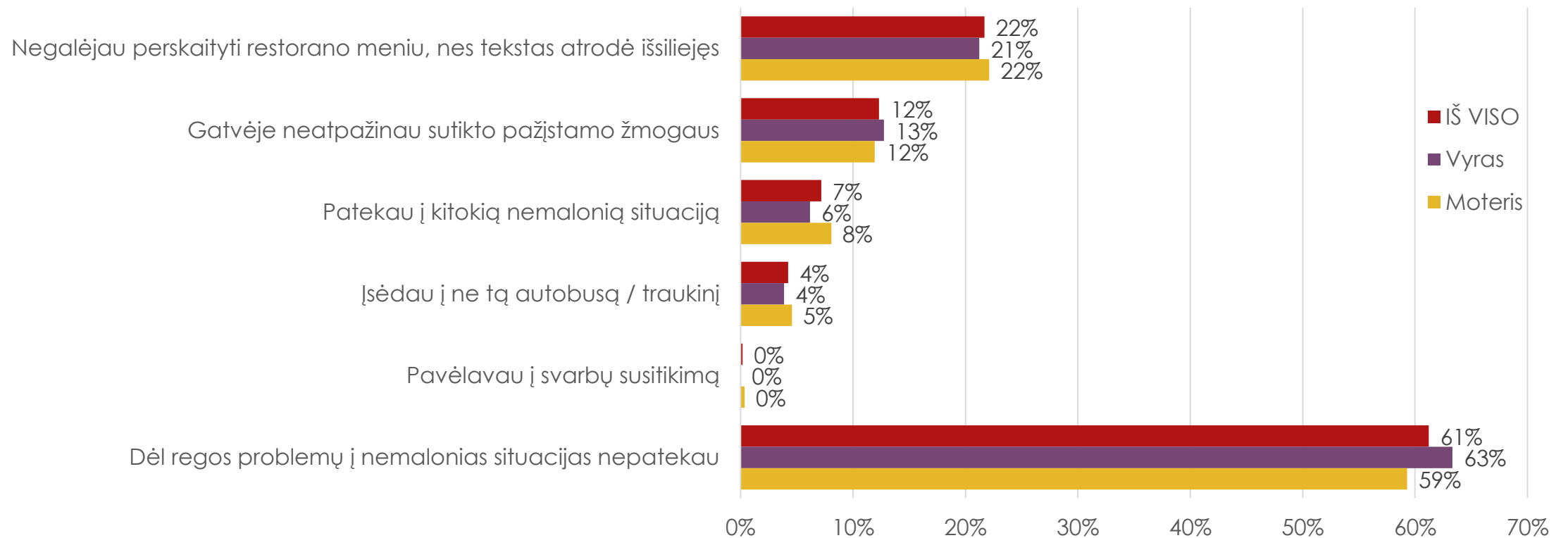
NEMALONIOS SITUACIJOS DĖL REGĖJIMO PROBLEMŲ (amžiaus grupės)

Ar kurie nors iš toliau nurodytų dalykų jums yra nutikę dėl regos problemų:
(N=544)



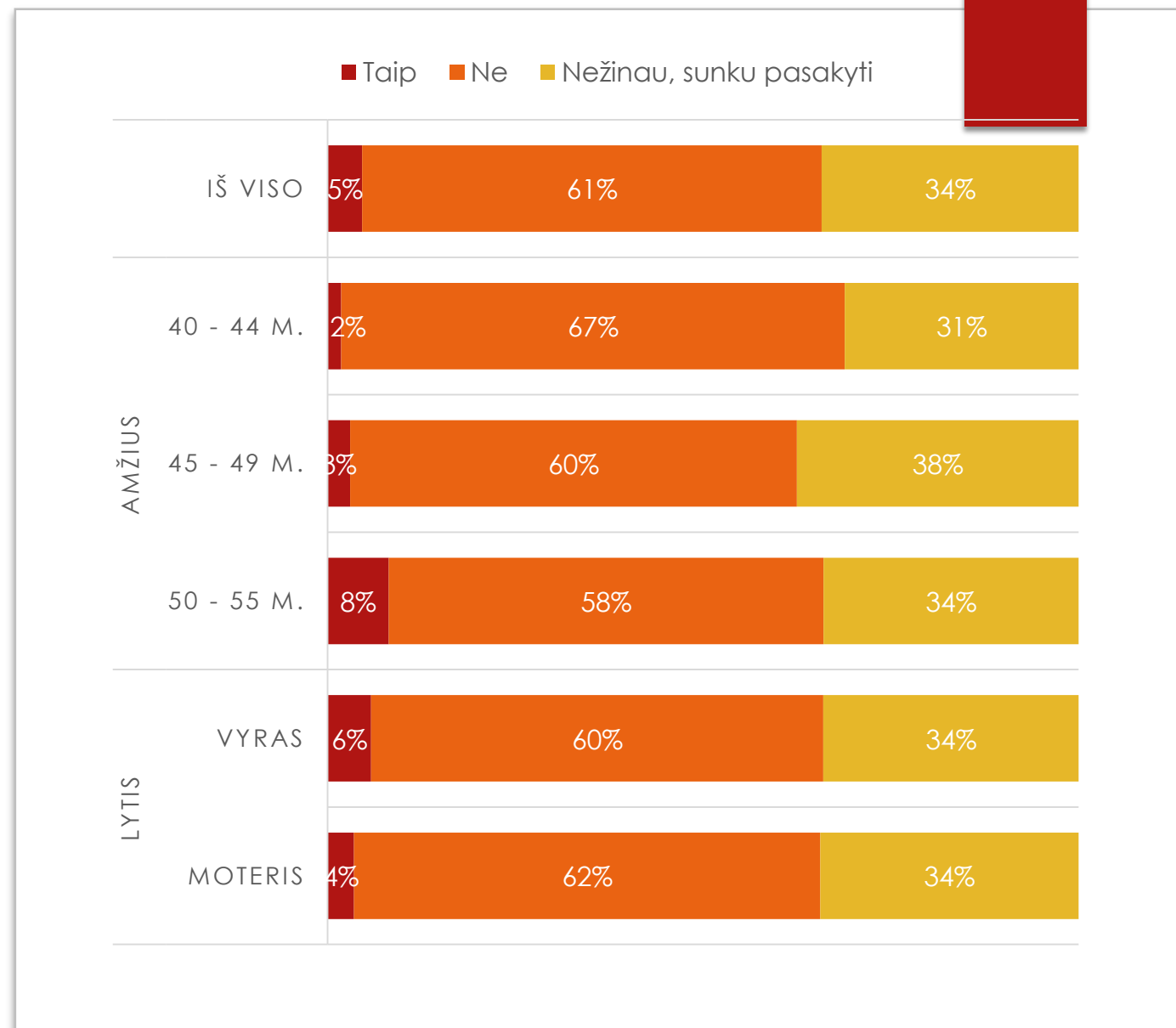
NEMALONIOS SITUACIJOS DĖL REGĖJIMO PROBLEMŲ (lyties grupės)

Ar kurie nors iš toliau nurodytų dalykų jums yra nutikę dėl regos problemų:
(N=544)



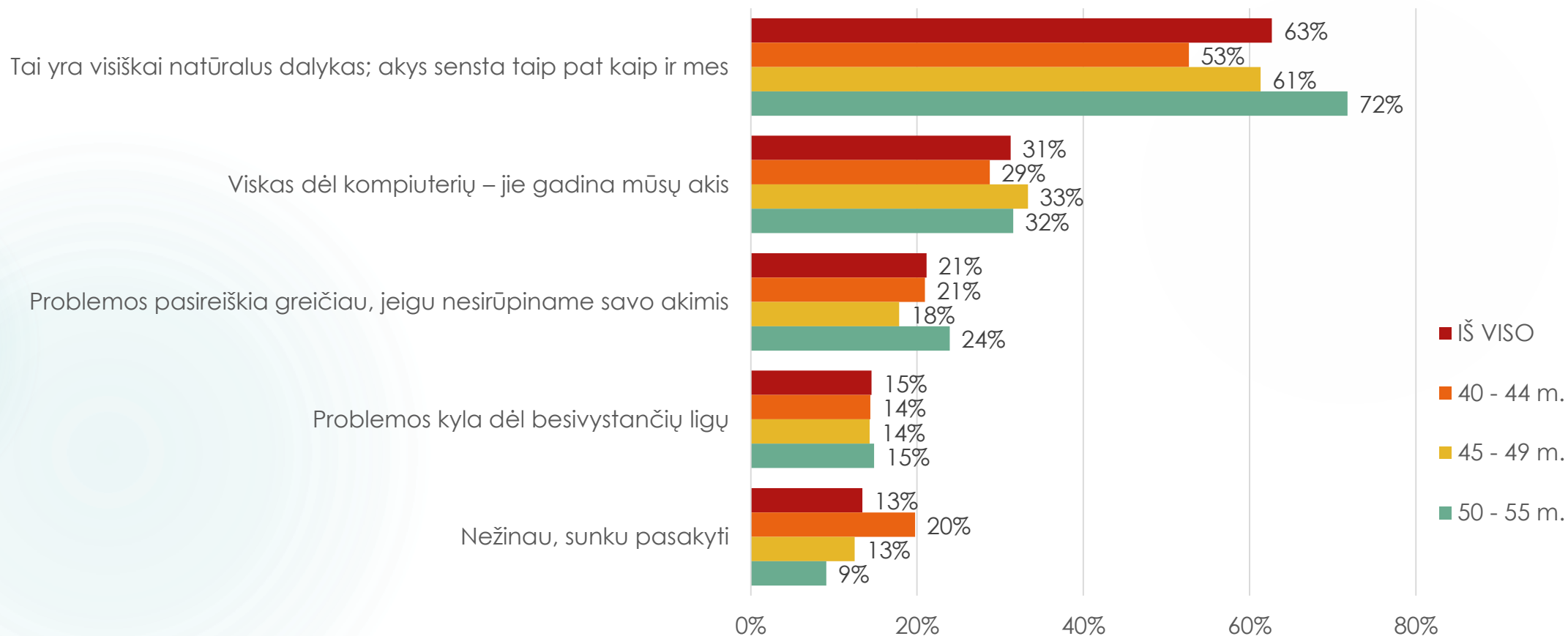
VIENTELĖS GYVENIMO GALIMYBĖS PRARADIMAS DĖL REGĖJIMO PROBLEMŲ

Ar kada nors dėl regos problemų
pražiopsojote kartą gyvenime
pasitaikantį šansą? (N=544)



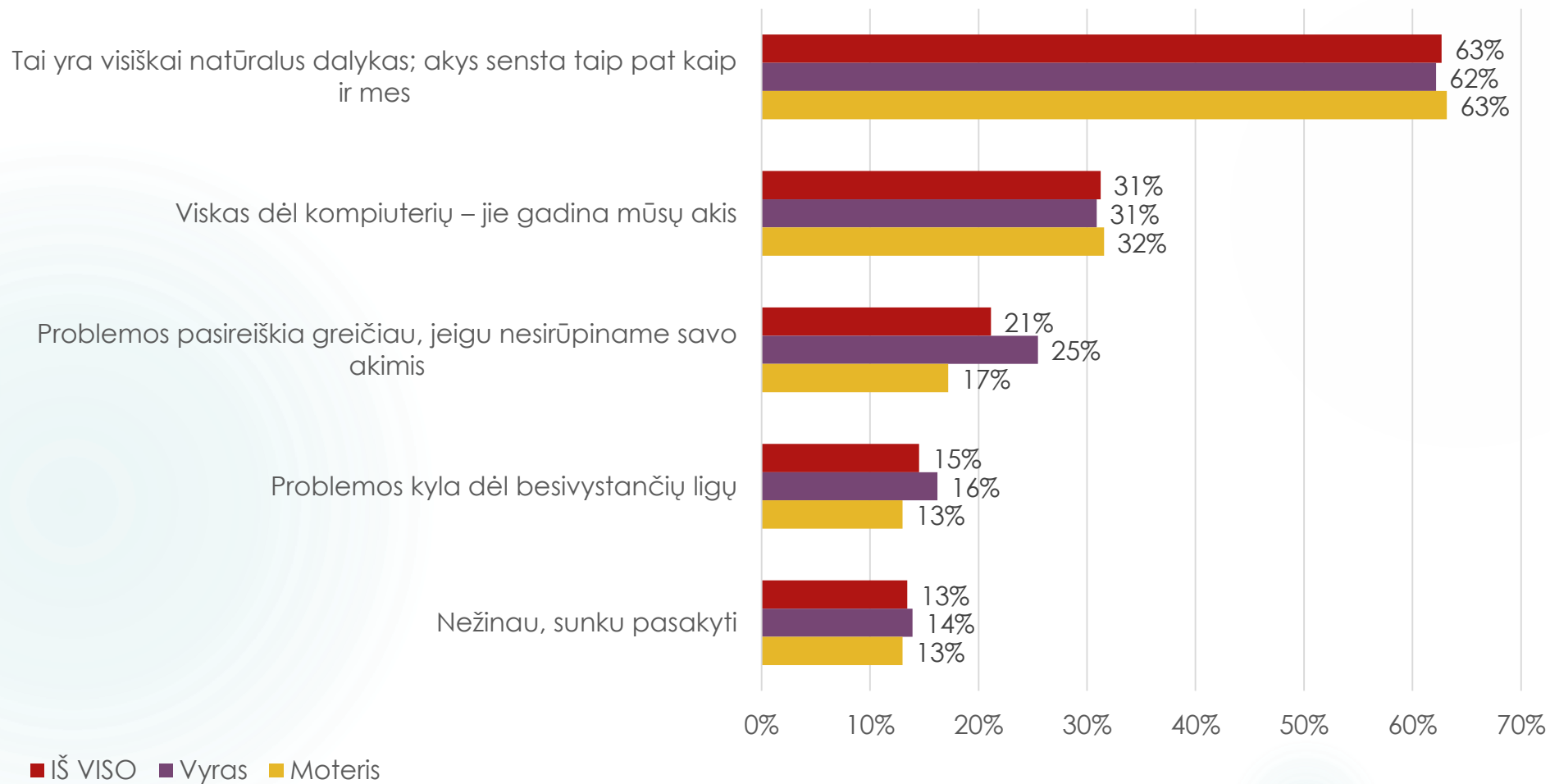
REGĒJIMO PROBLEMŲ PRIEŽASTYS (amžiaus grupės)

Su regos problemomis įprastai susiduriama po 40. Kaip manote, kas jas sukelia? (N=544)



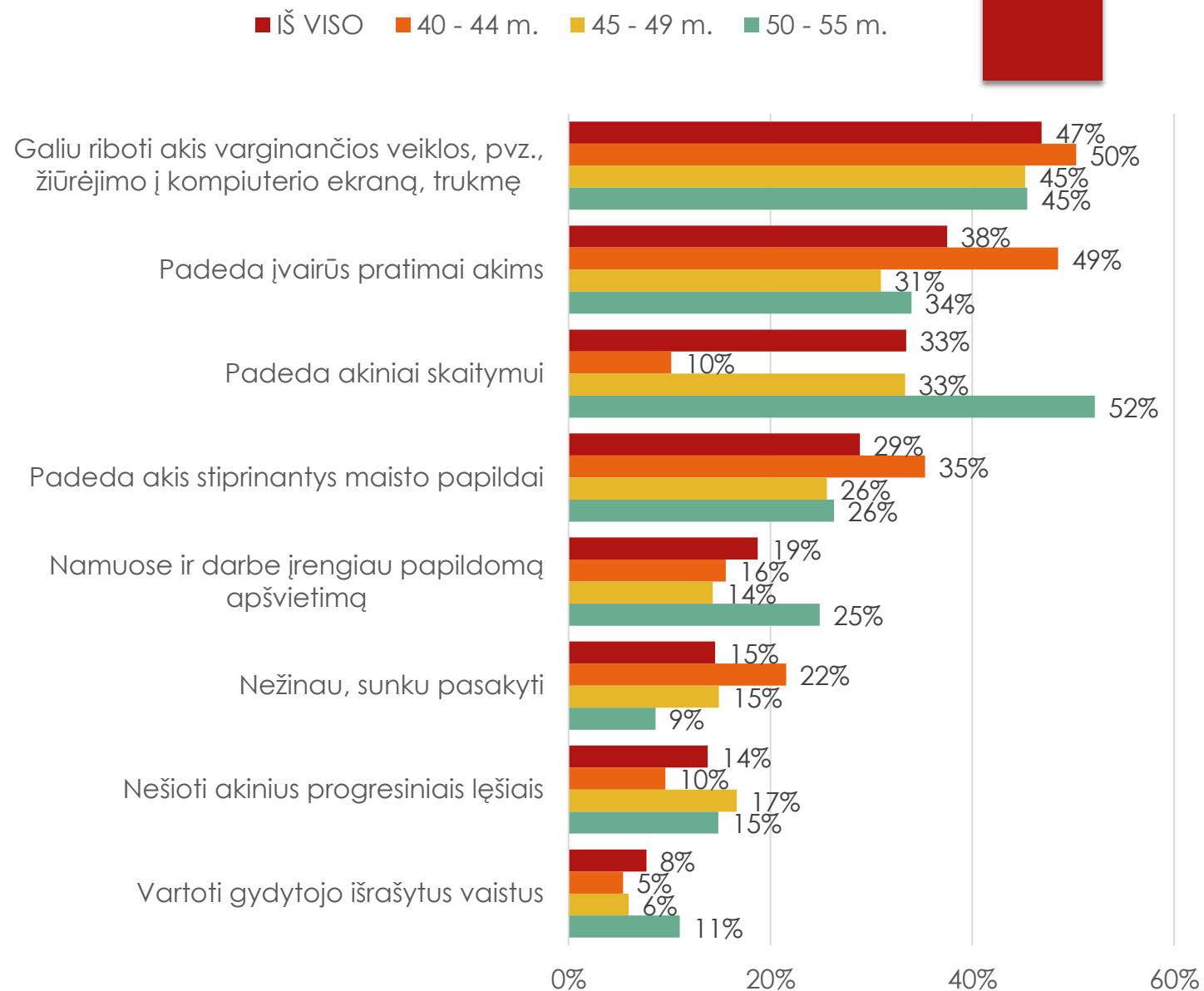
REGĒJIMO PROBLEMŲ PRIEŽASTYS (lyties grupės)

Su regos problemomis įprastai susiduriama po 40. Kaip manote, kas jas sukelia? (N=544)



ŽINIOS APIE AKIŲ SVEIKATOS APSAUGĄ (amžiaus grupės)

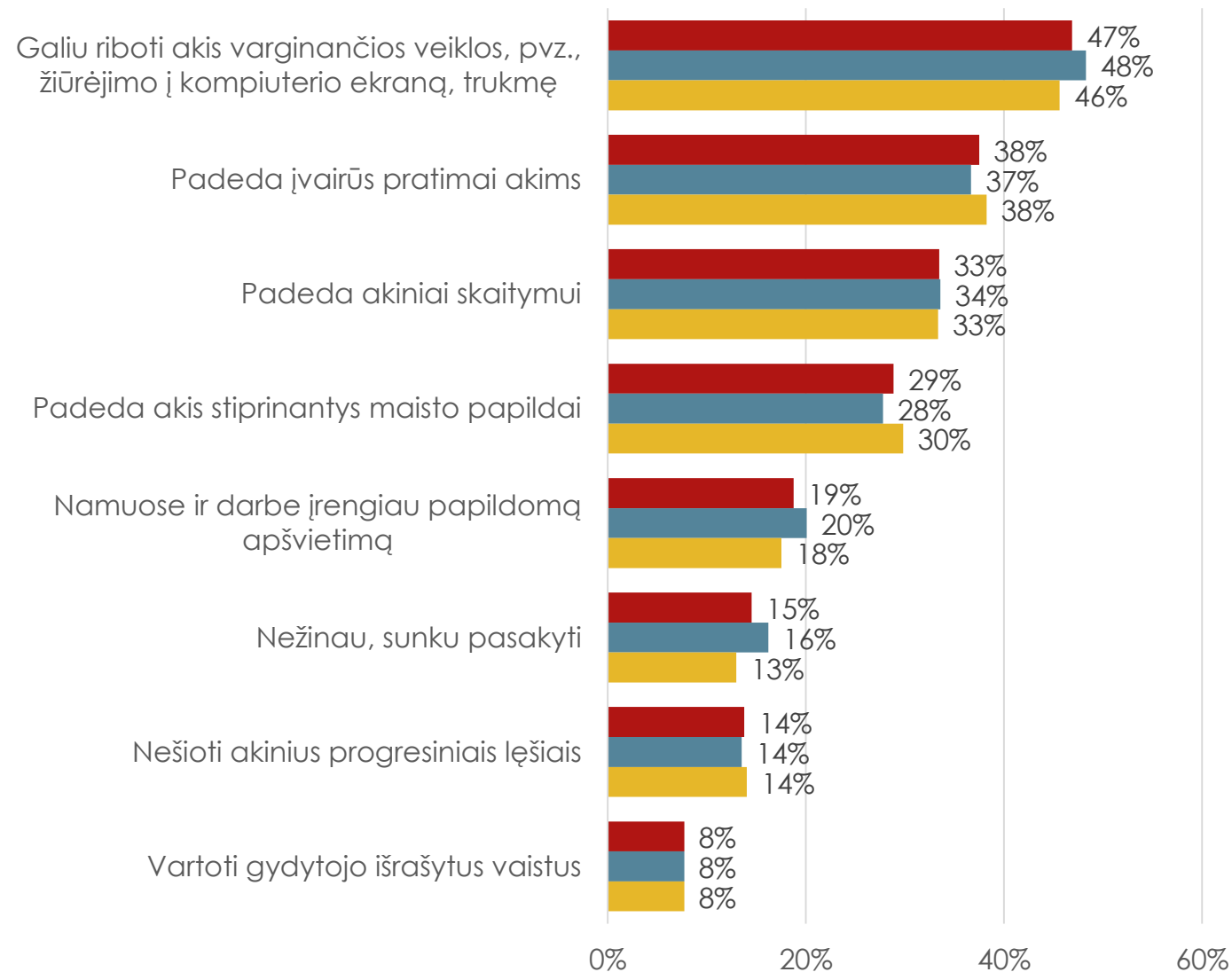
Jums 40 ar daugiau metų. Kaip galite pagerinti savo regėjimą? (N=544)



ŽINIOS APIE AKIŲ SVEIKATOS APSAUGĄ (lyties grupės)

Jums 40 ar daugiau
metų. Kaip galite
pagerinti savo
regėjimą? (N=544)

■ IŠ VISO ■ Vyras ■ Moteris



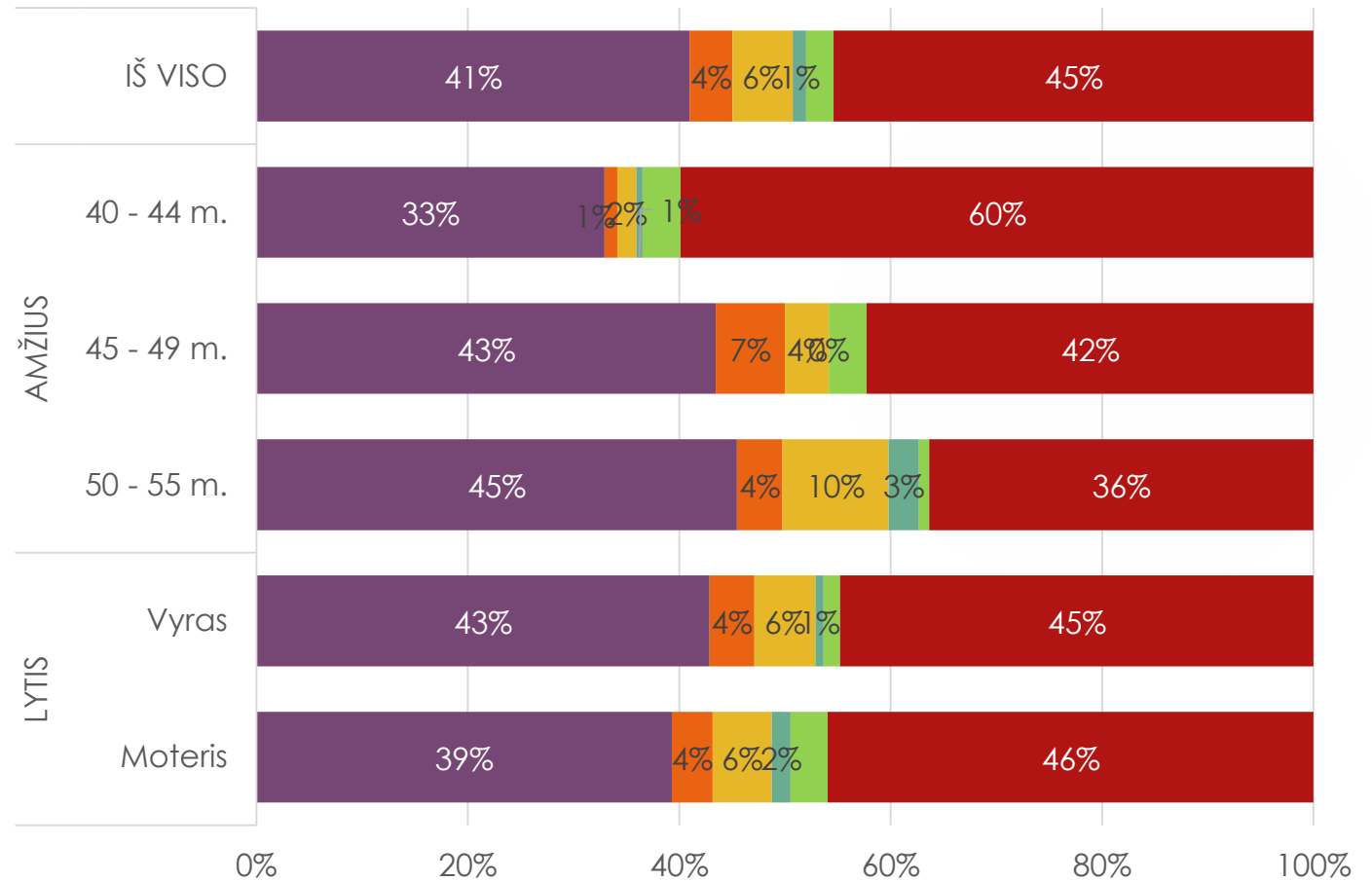
AKINIŲ NEŠIOJIMAS



AKINIŲ NEŠIOJIMAS

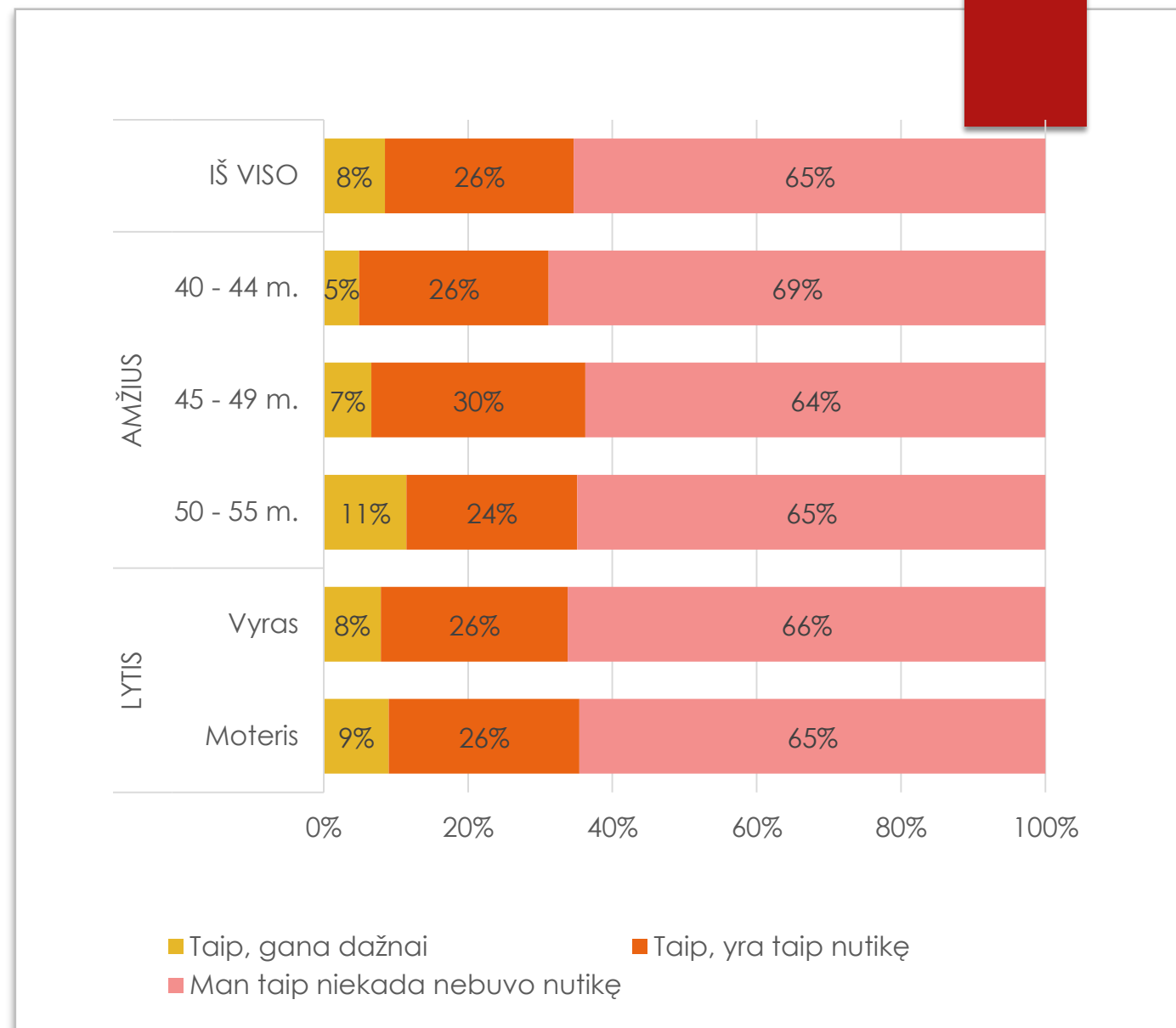
Ar nešiojate akinius? (N=544)

- Taip, nešioju vieną porą įprastų akinių
- Taip, nešioju akinius progresiniais lęšiais
- Taip, nešioju dvi poras akinių (vieni skirti nešioti vaikščiojant, o kiti – skaitymui)
- Taip, nešioju daugiau nei dvi poras akinių, skirtų skirtingoms veikloms
- Ne, tačiau nešioju kontaktinius lęšius
- Ne, nenešioju akinių ar kontaktinių lęšių



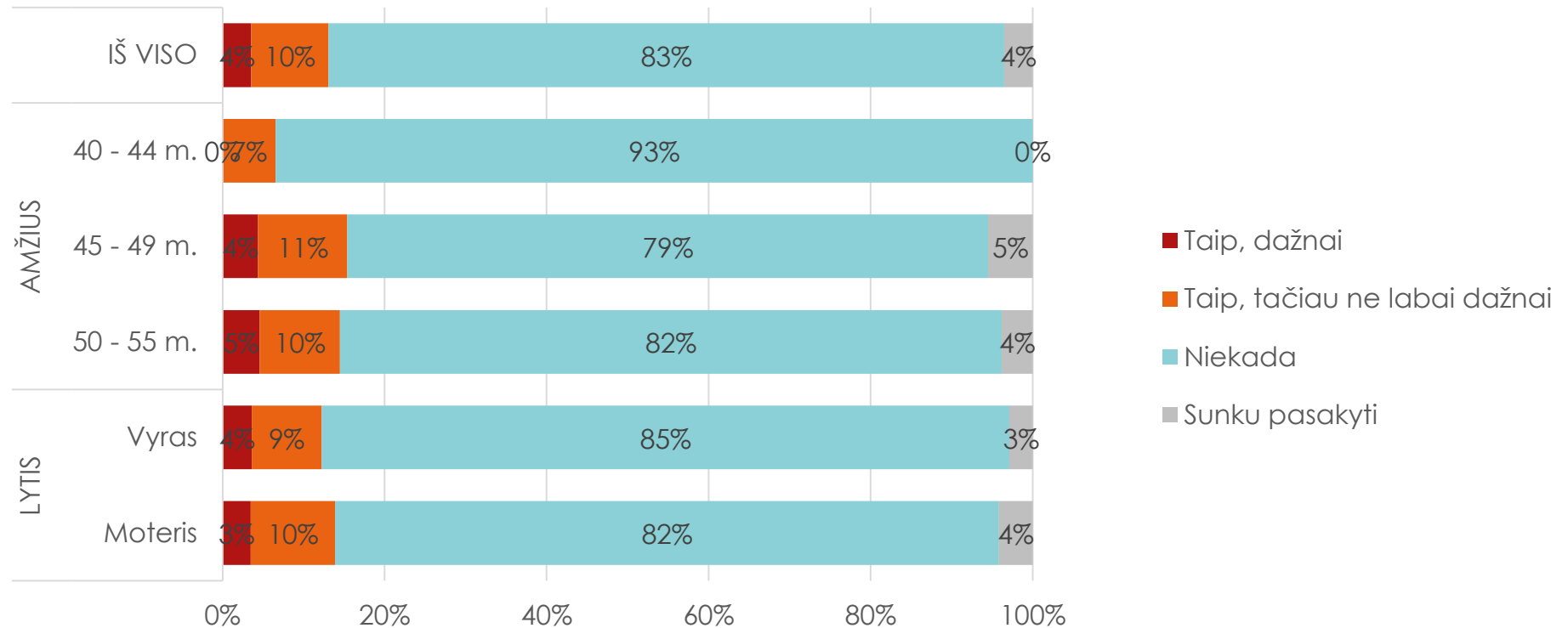
IEŠKOME AKINIŲ

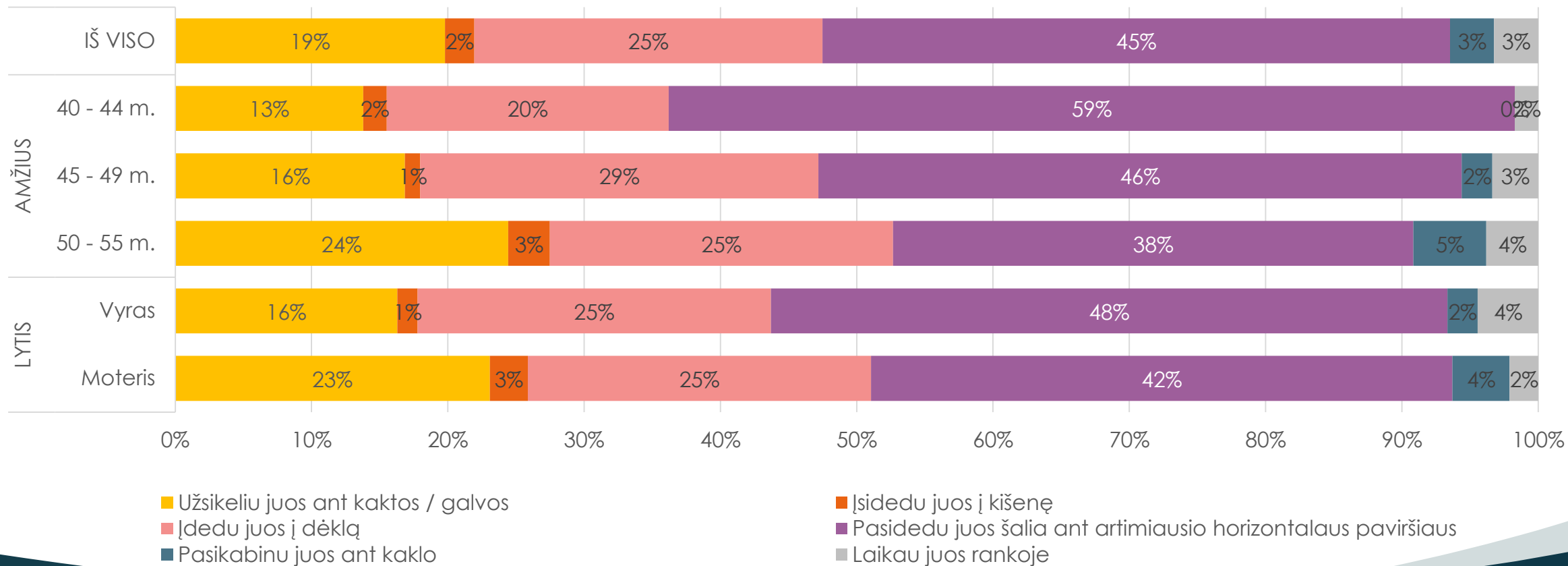
„Kur mano akiniai, kur
mano akiniai?“ Ar jūs kada
nors ieškote savo akinių,
nors jie yra jums ant
nosies? (N=341)



PAMETUS AKINIUS

Ar pametate gydytojo išrašytus akinius? (N=341)





AKINIŲ PASIDĖJIMO ĮPROČIAI

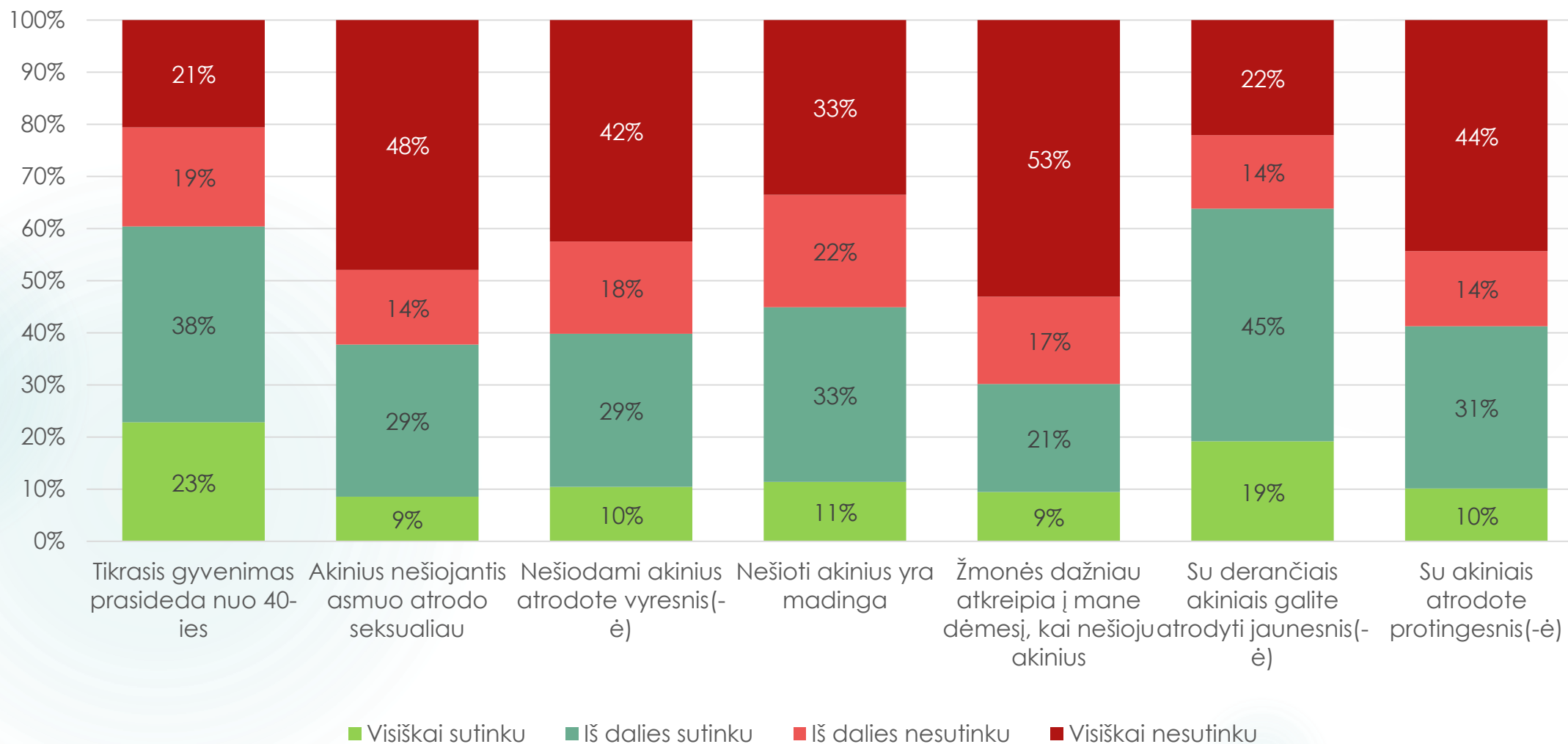
Jeigu trumpam nusiimate akinius, ką įprastai su jais darote?
(N=341)



NUOMONĖS APIE AKINIŲ NEŠIOJIMĄ

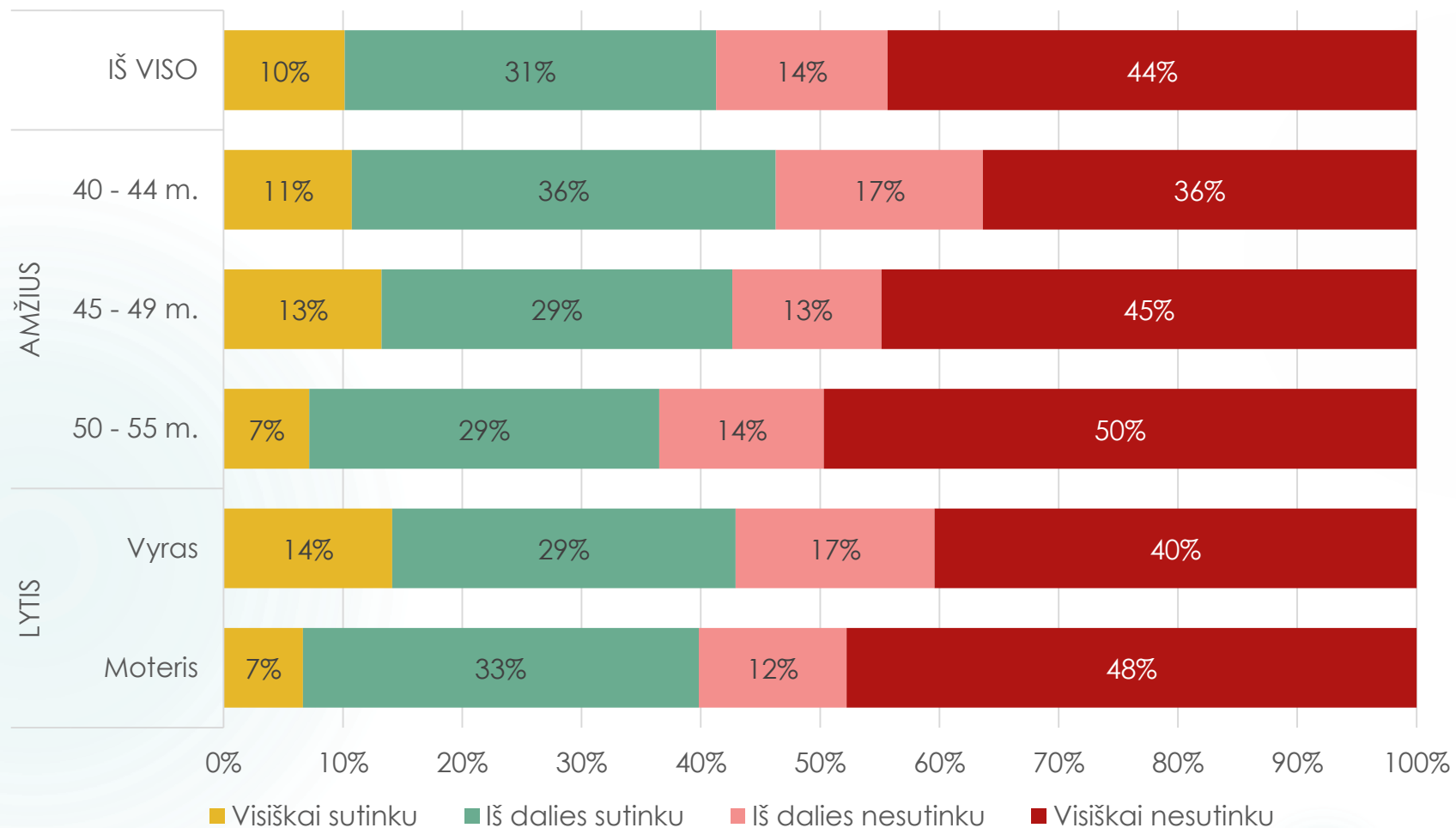
NUOMONĖS APIE AKINIŲ NEŠIOJIMĄ

Kiek sutinkate su šiais teiginiais? (N=544)



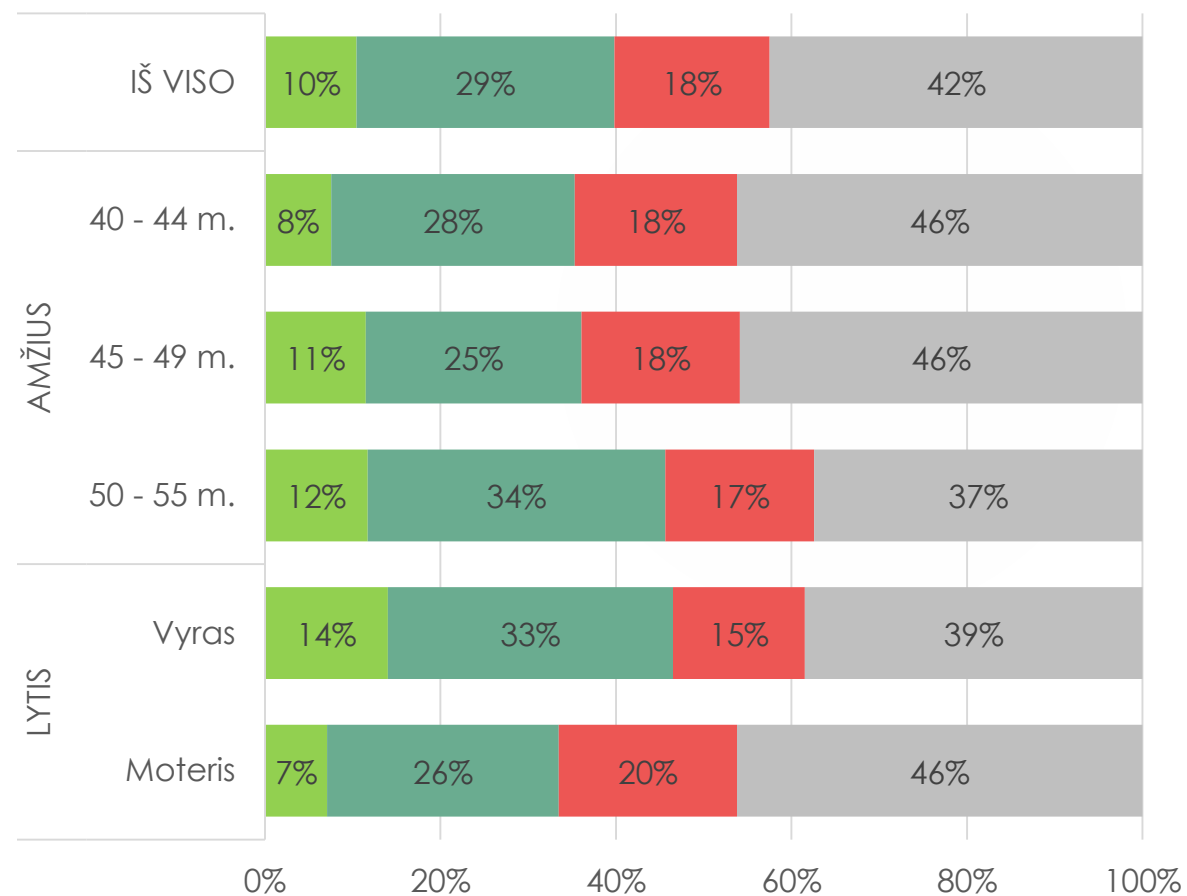
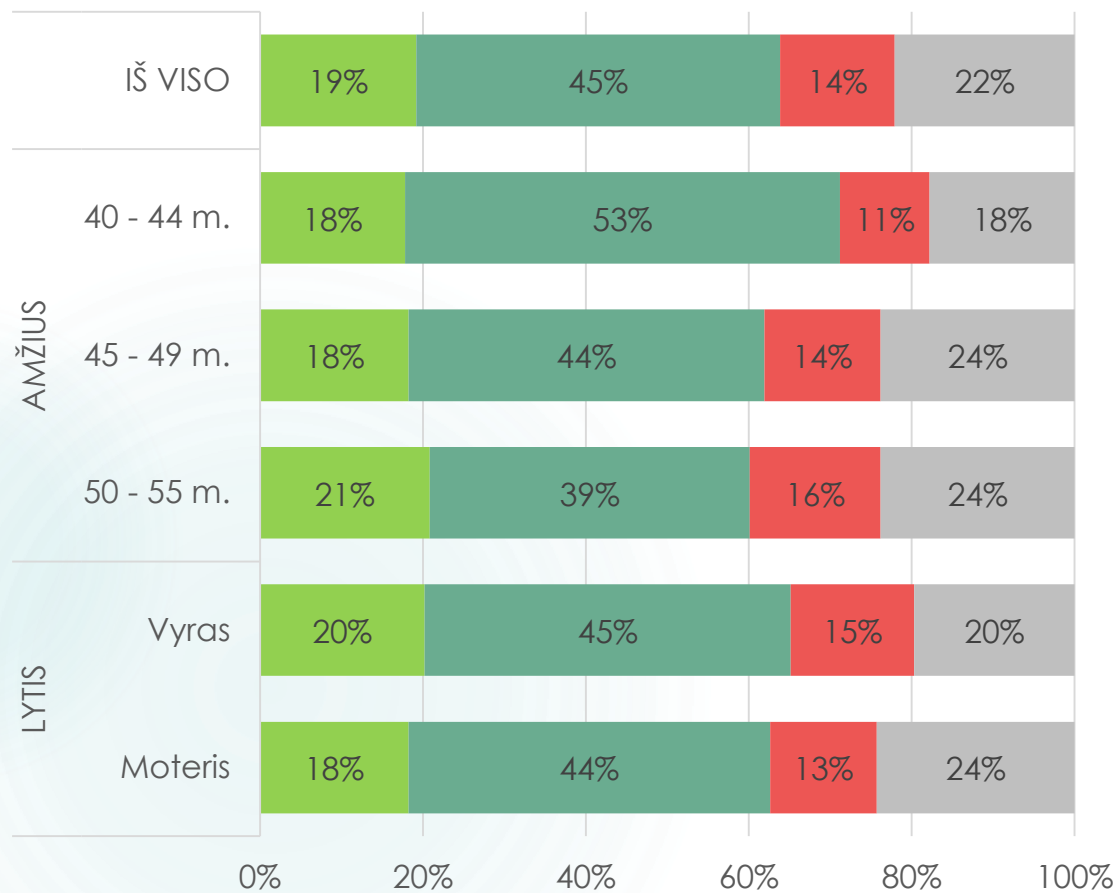
“Su akiniais atrodo te protingesnis(-ė)”

Kiek sutinkate su šiais teiginiais (N=544)



“Su darančiais akiniais galite atrodyti jaunesnis(-ė)” (N=544)

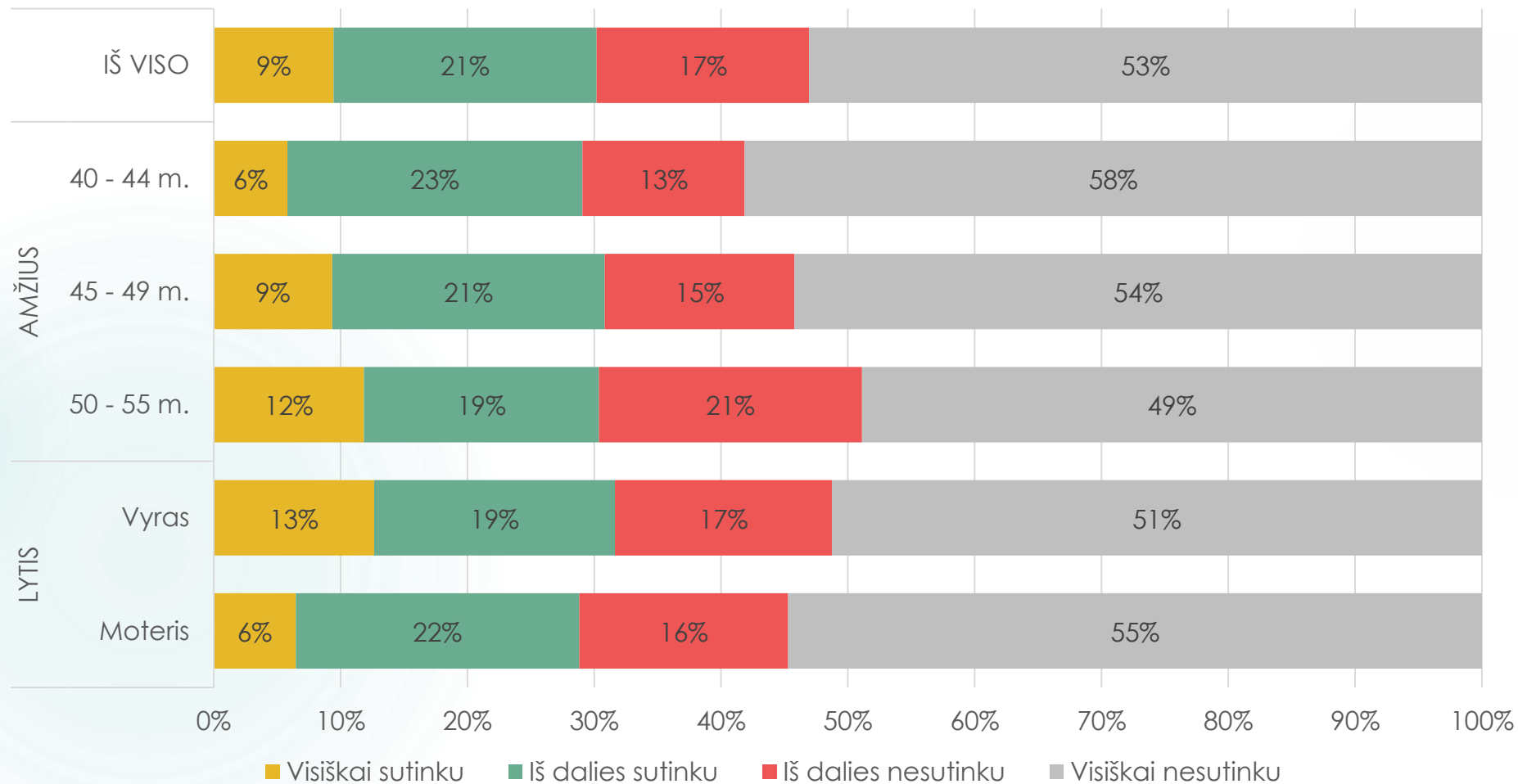
“Nešiodami akinius atrodote vyresnis(-ė)” (N=544)



■ Visiškai sutinku ■ Iš dalies sutinku ■ Iš dalies nesutinku ■ Visiškai nesutinku

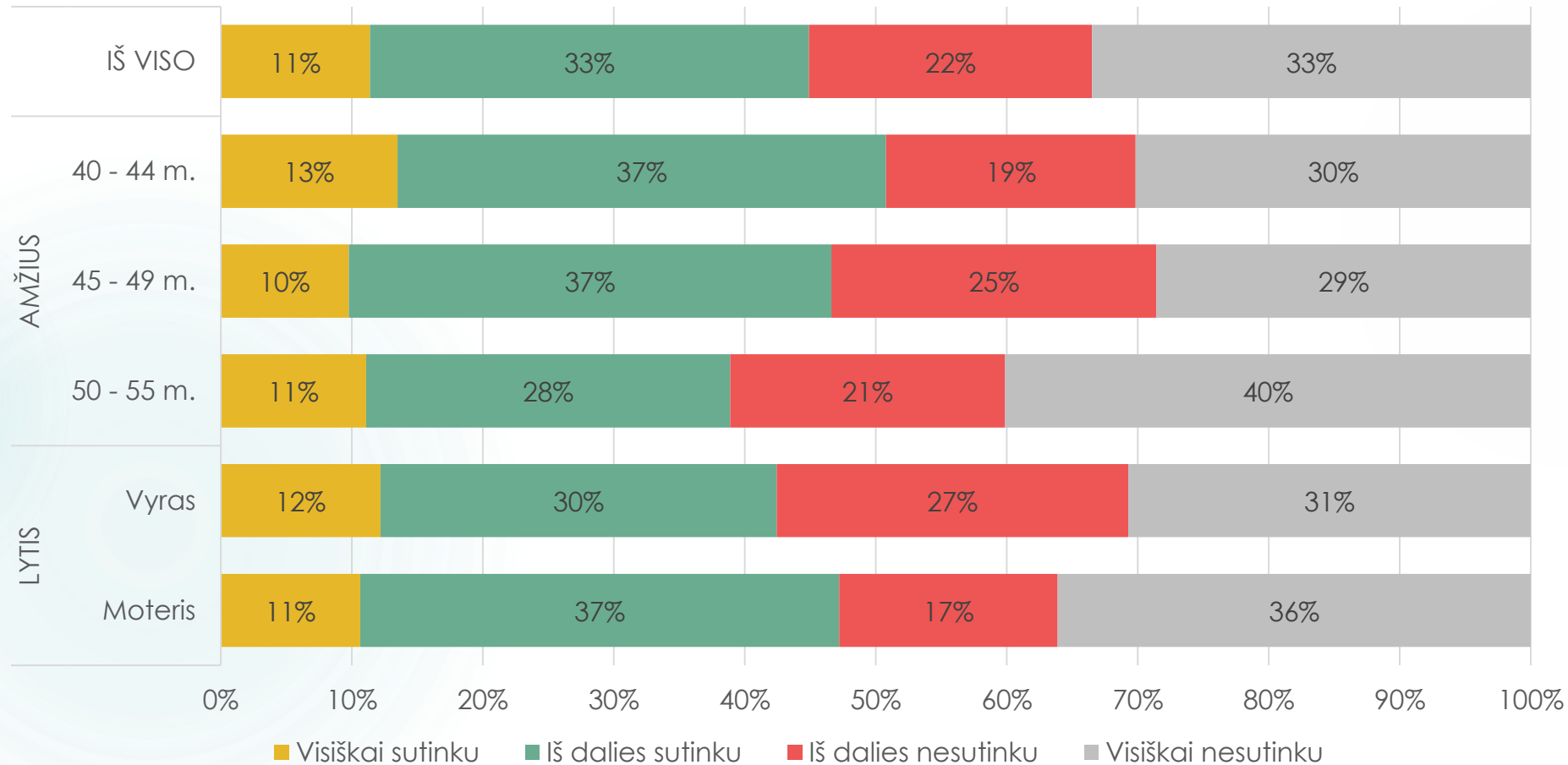
“Žmonės dažniau atkreipia į mane dėmesį, kai nešioju akinius”

Kiek sutinkate su šiais teiginiais (N=544)

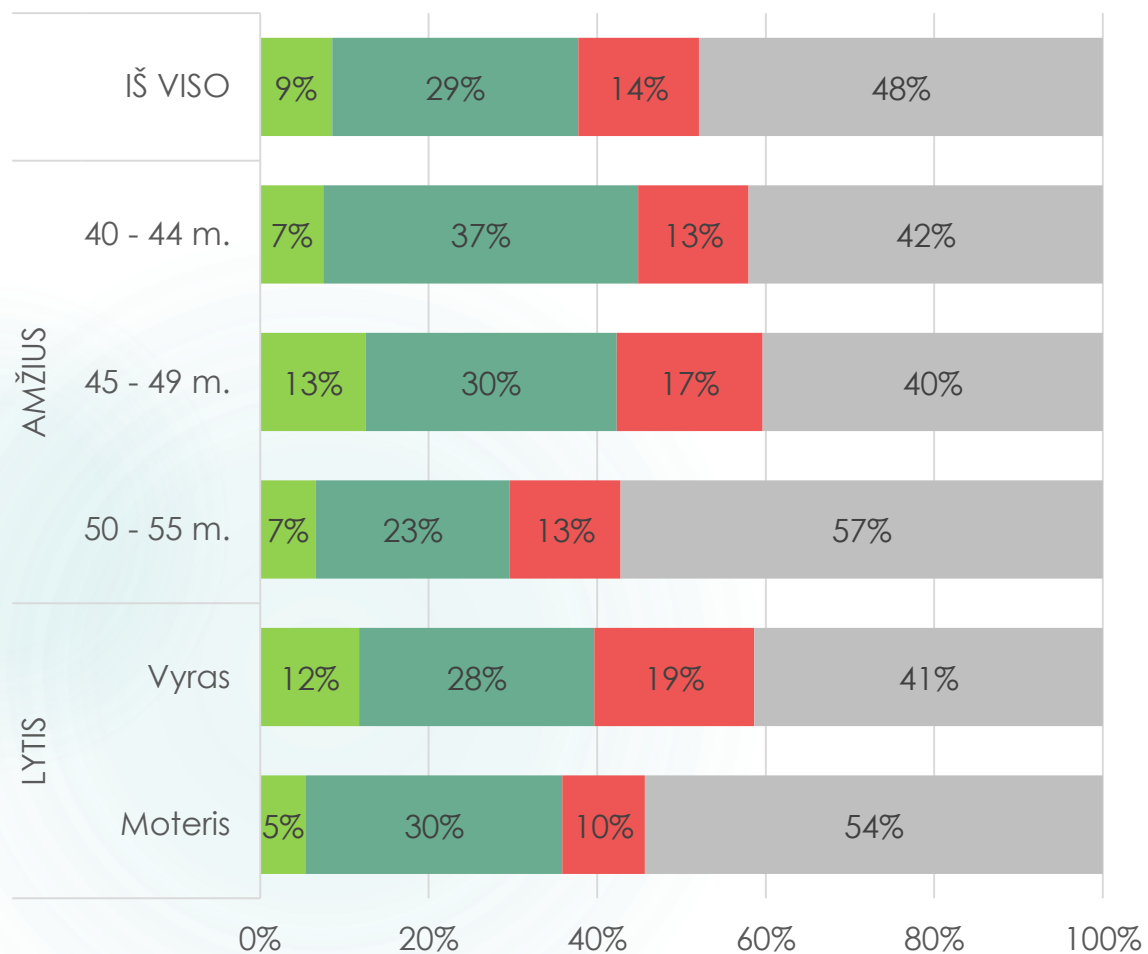


“Nešioti akinius yra madinga”

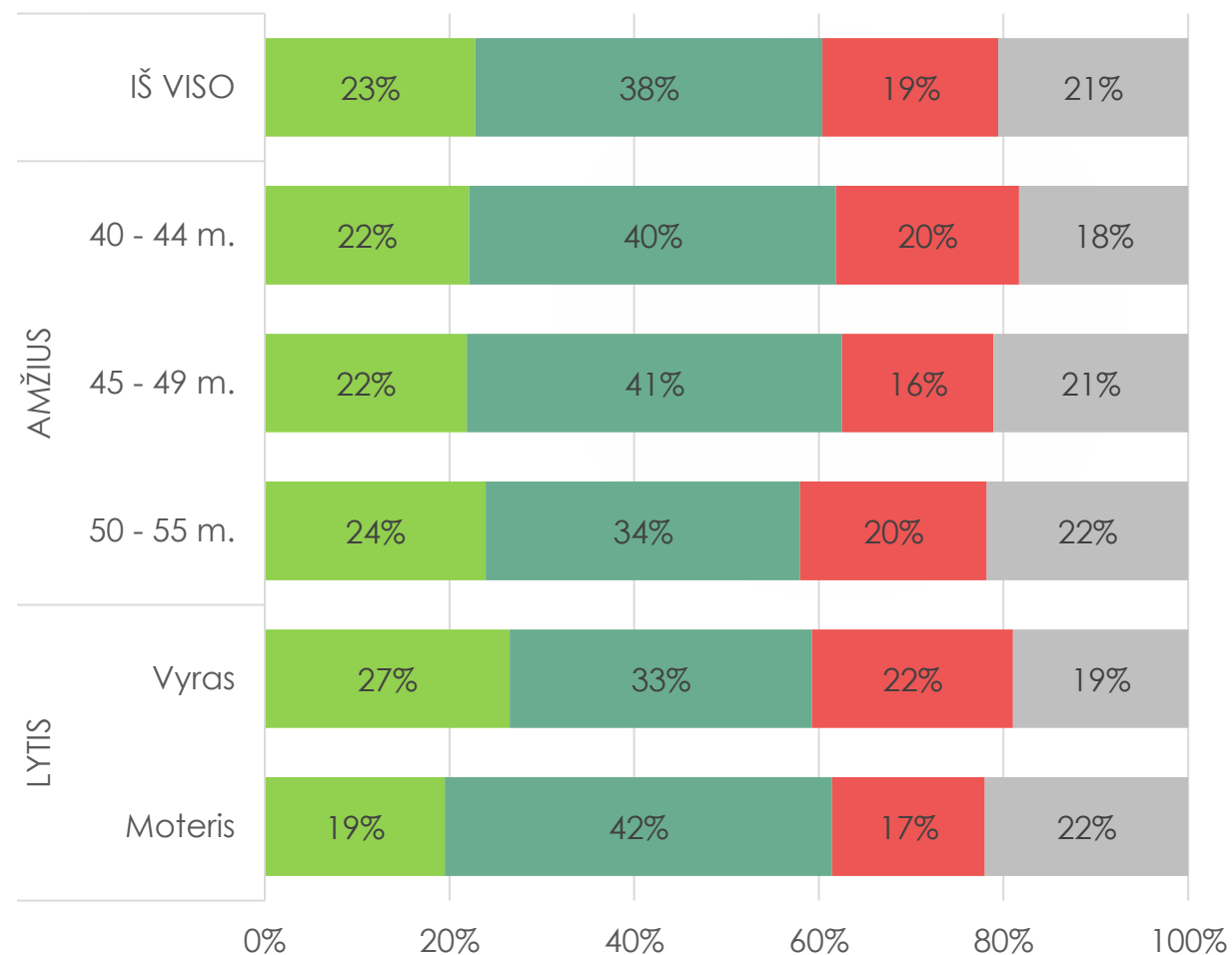
Kiek sutinkate su šiais teiginiais (N=544)



“Akinius nešiojantis asmuo atrodo seksualiau” (N=544)



“Tikrasis gyvenimas prasideda nuo 40-ies” (N=544)



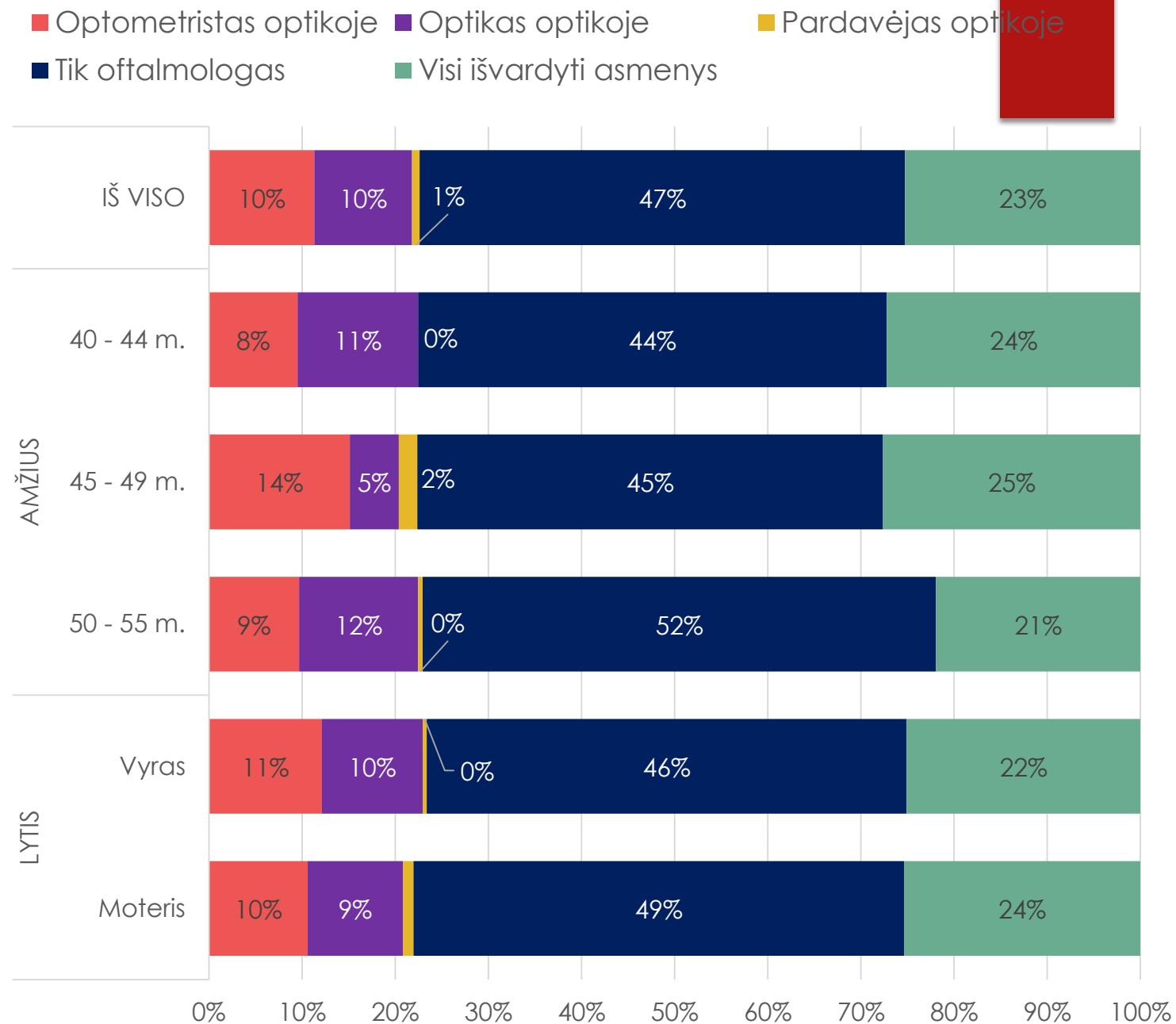
■ Visiškai sutinku ■ Iš dalies sutinku ■ Iš dalies nesutinku ■ Visiškai nesutinku

A hand holding a pen is positioned over an open book. The book's pages are filled with handwritten text in various colors (black, blue, red) and a large blue diagram of a mechanical or structural component. The background is a plain, light-colored surface.

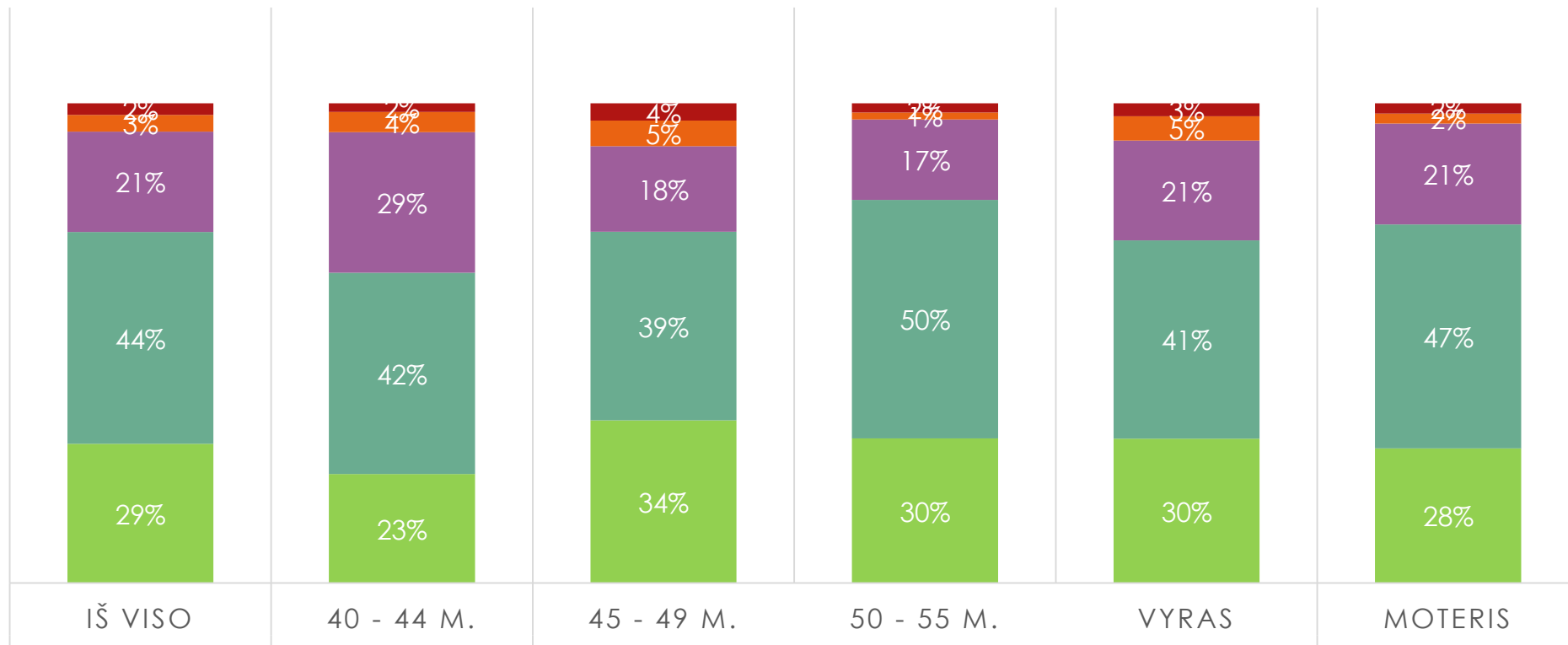
RŪPINIMASIS REGĒJIMU IR ŽINIOS APIE TAI

ŽINIOS APIE REGĖJIMO TIKRINIMĄ

Kur galite pasitikrinti
regėjimą ir kas turi
pakankamą
kompetenciją atlikti
tyrimą? (N=544)



- Bent kartą metuose
- Kas 2–3 metus
- Ne dažniau kaip kartą per 5 metus
- Niekada nesitikrinau akių
- Nežinau, sunku pasakyti

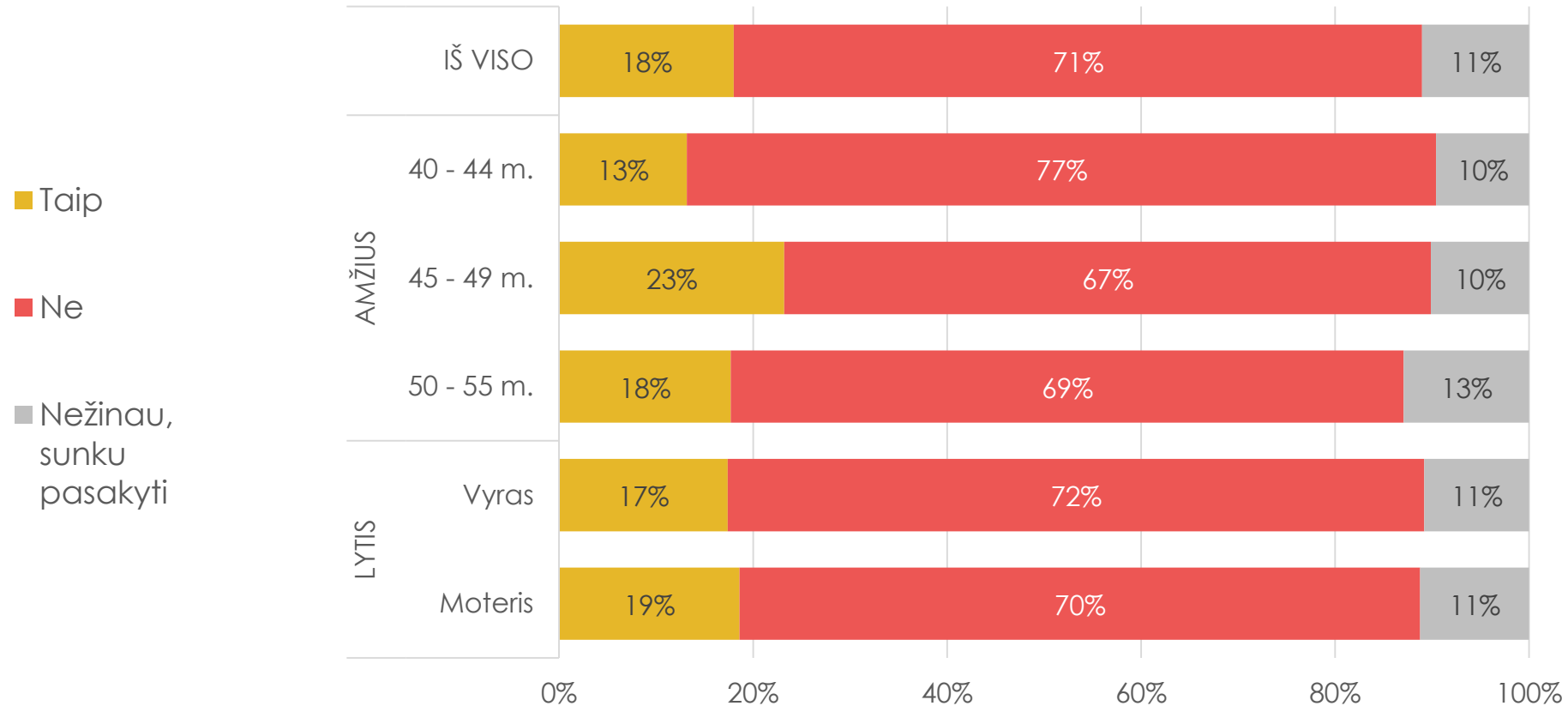


REGĖJIMO TIKRINIMO DAŽNIS

Kaip dažnai tikrinatės akis? (N=544)

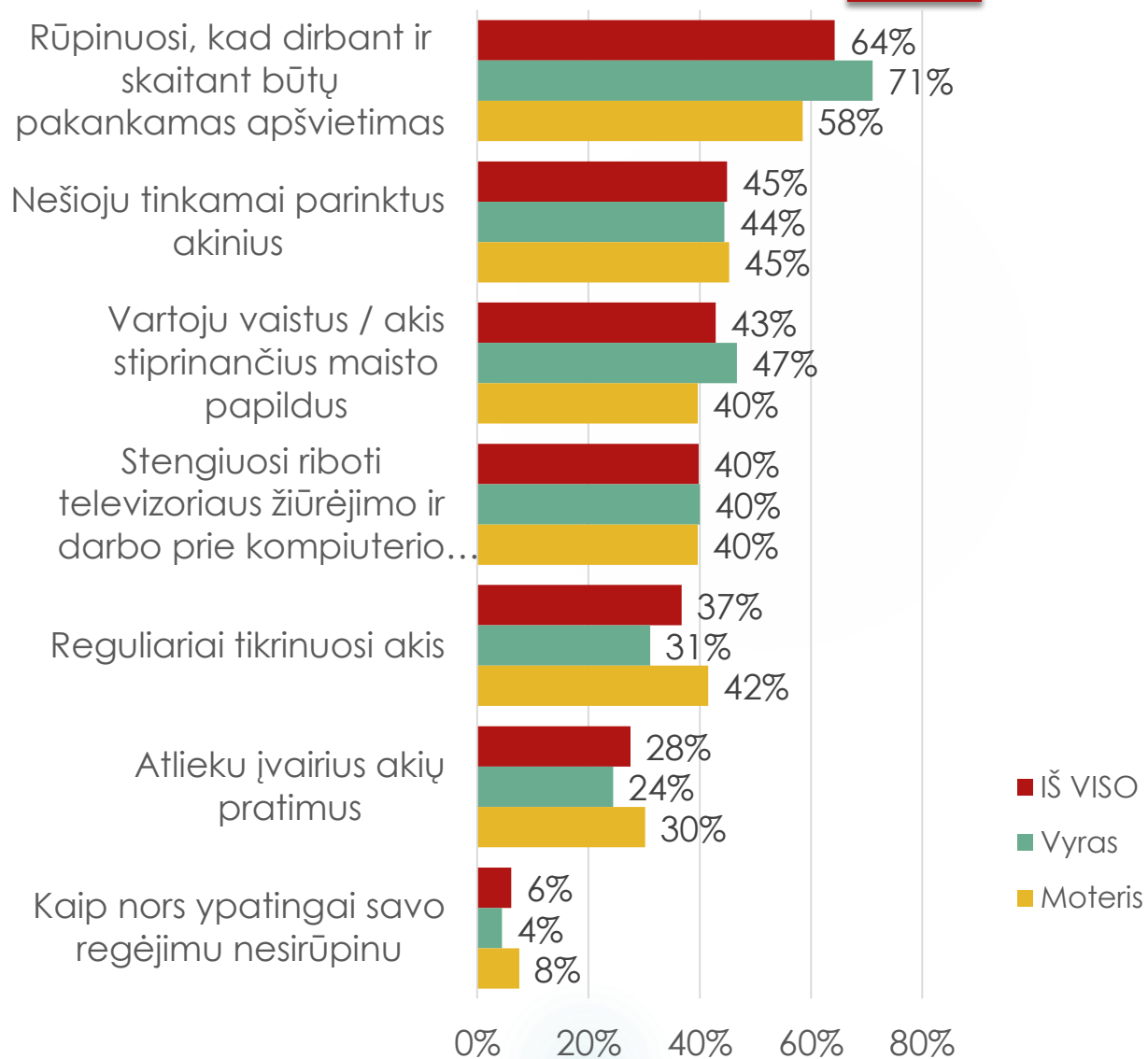
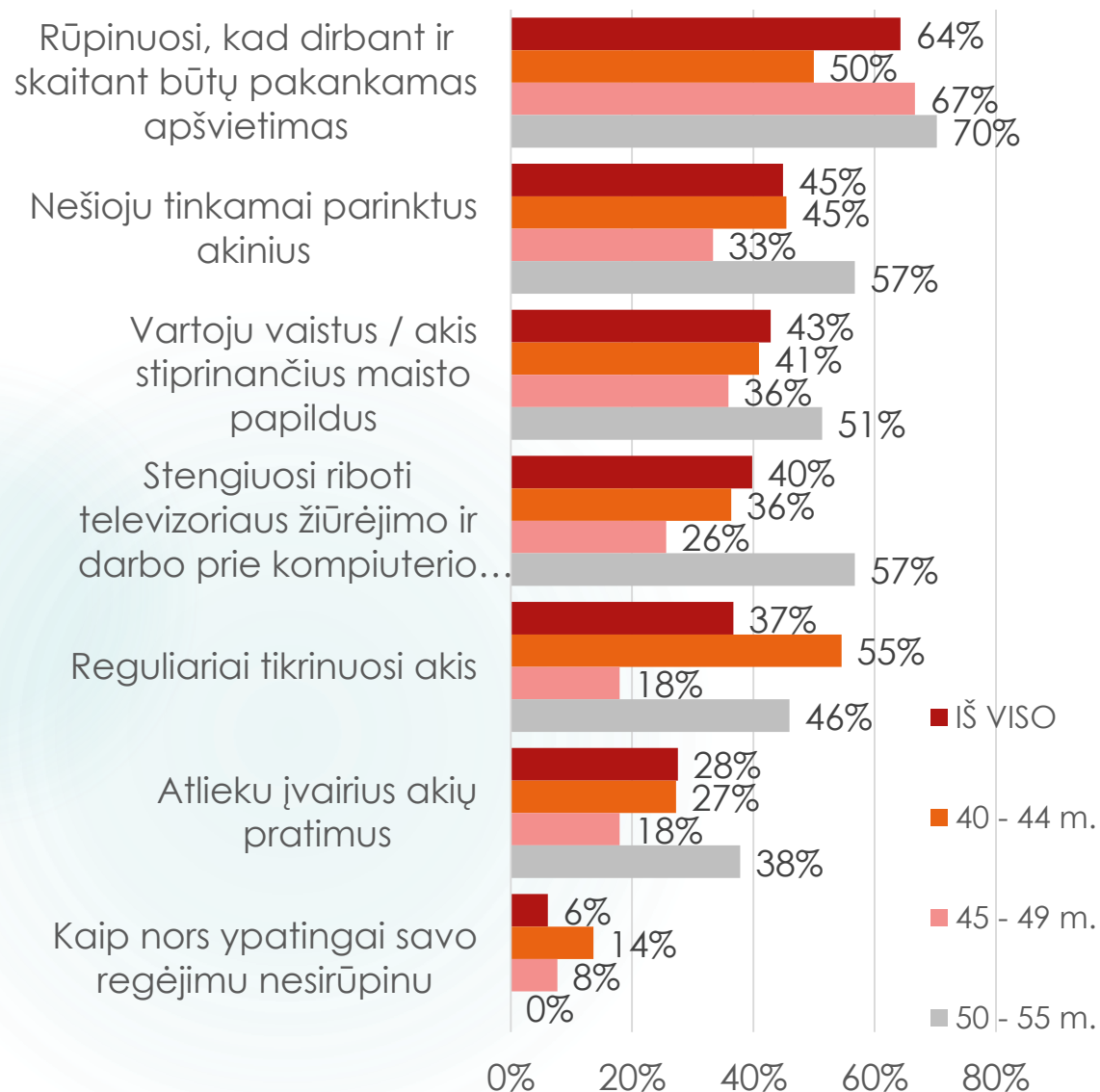
RŪPINIMASIS REGĖJIMU

Ar kaip nors ypatingai rūpinatės savo regėjimu? (N=544)



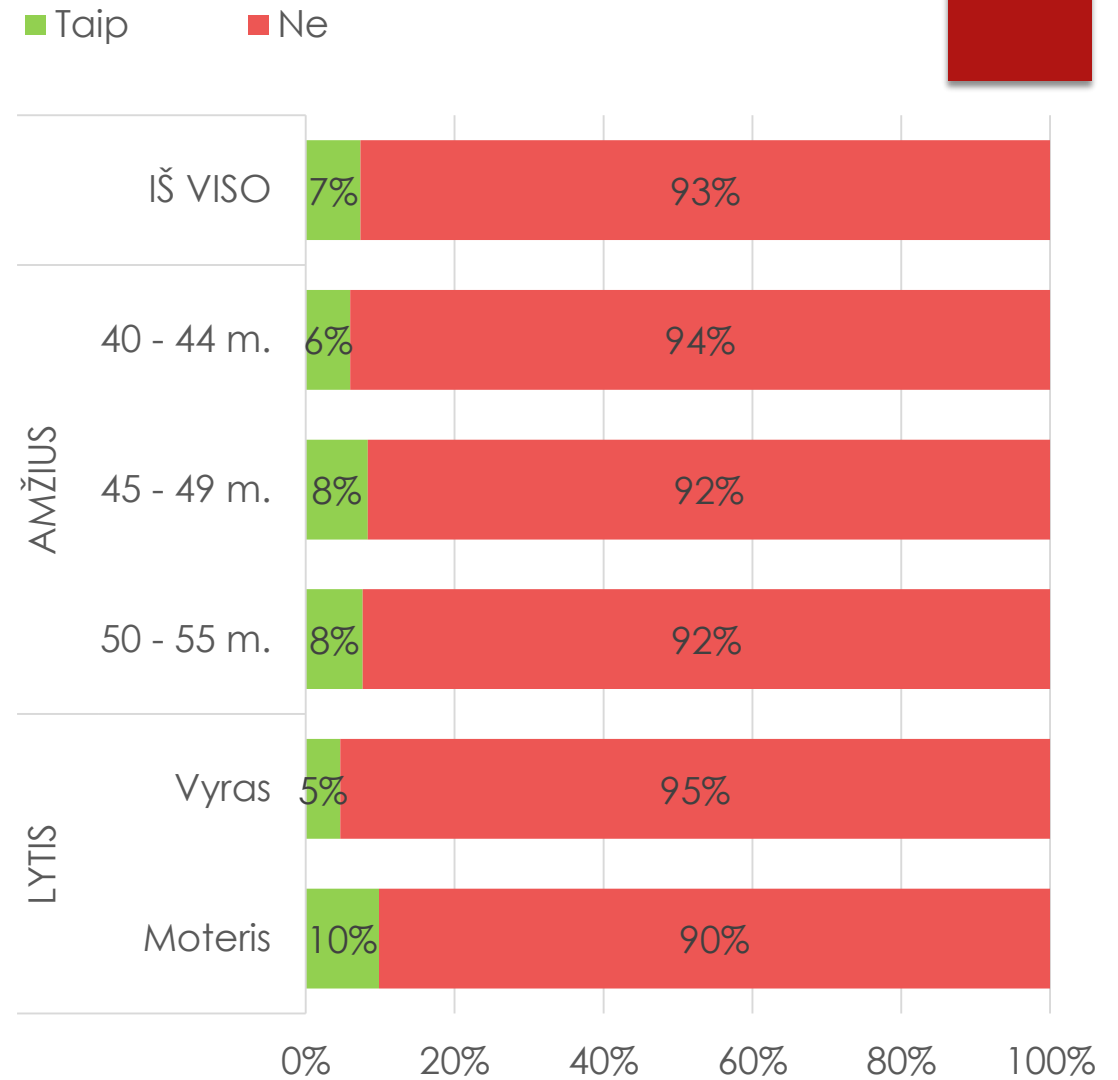
REGĒJIMO PRIEŽIŪROS METODAI

Kaip rūpinatēs savo regējumu? (N=341)



ŽINIOS APIE PRESBIOPIJĄ

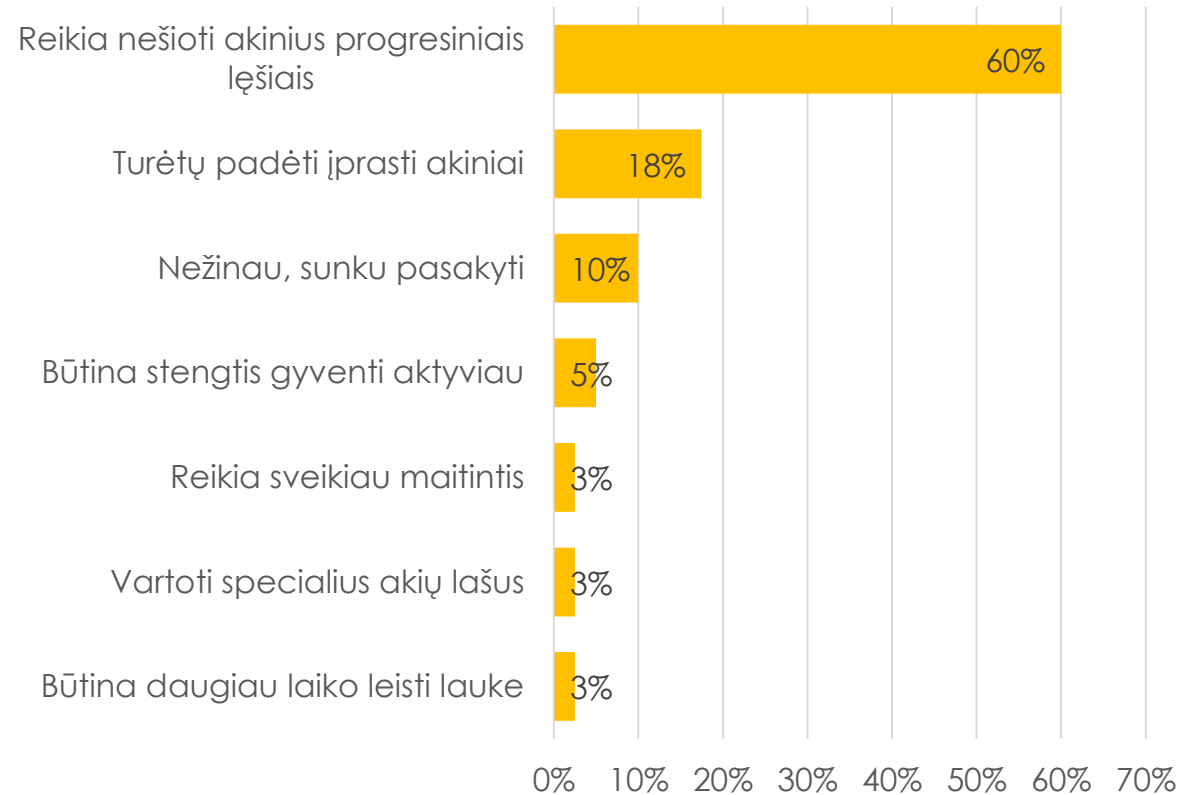
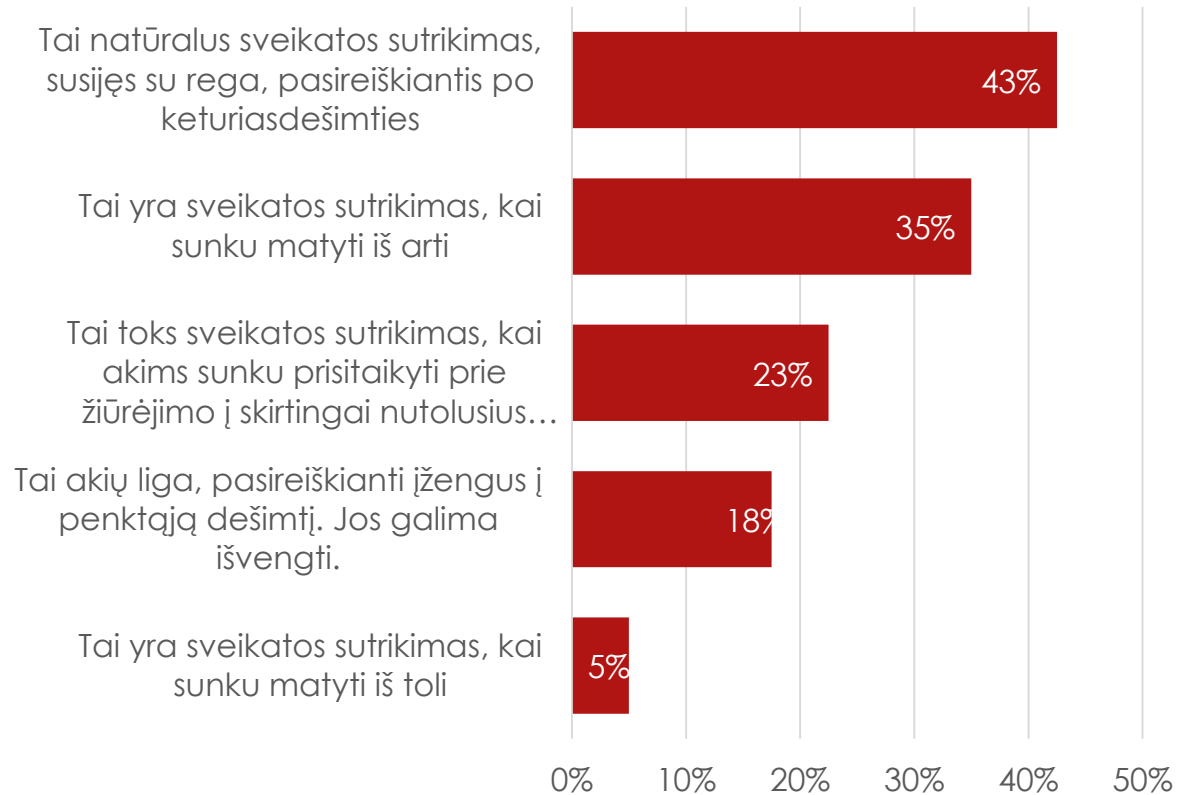
Ar žinote, kas yra
presbiopija?
(N=544)



Kaip manote, kas yra presbiopija?

Kaip gyventi su presbiopija?

(N=40)





ESSILOR

SEEING THE WORLD BETTER

**Optikų tinklo „Fielmann“
optometrijos specialistas
Aivaras Daukontas,
telefonas 8 62783344.**