



## HIGIENOS INSTITUTAS

Biudžetinė įstaiga, Didžioji g. 22, LT-01128 Vilnius, tel. (8 5) 262 4583, faks. (8 5) 262 4663, el. p. [institutas@hi.lt](mailto:institutas@hi.lt), [www.hi.lt](http://www.hi.lt)

Duomenys kaupiami ir saugomi Juridinių asmenų registre, kodas 111958286

---

### PRANEŠIMAS ŽINIASKLAIDAI

2018 m. rugsėjo 25 d.

#### **Apžvelgti mažo fizinio aktyvumo padariniai Lietuvos gyventojų sveikatai**

**Tyrimai rodo, kad mažas fizinis aktyvumas sukelia ilgalaikius padarinius žmogaus sveikatai bei gerai savijautai. Šie padariniai dažnai nėra greitai pastebimi, tačiau mažas fizinis aktyvumas yra svarbus rizikos faktorius, prisidedantis prie pagrindinių neinfekcinių ligų paplitimo, kuris šiuo metu kelia susirūpinimą daugelyje šalių.**

Higienos instituto atliktos mažo fizinio aktyvumo padarinių Lietuvos gyventojų sveikatai apžvalgos duomenimis, 2017 m. Lietuvoje fizinis neaktyvumas nulėmė 5,4–9,7 proc. išeminių širdies ligų, antro tipo diabeto, krūties bei storosios žarnos vėžio sergamumo, ligotumo bei mirtingumo. 2013 m. ši dalis siekė 8,4–15,1 proc.

Taip pat nepakankamas fizinis aktyvumas lemia ir dalį bendro mirtingumo. 2013–2017 m. Lietuvoje fizinio neaktyvumo nulemta mirčių nuo visų ligų dalis sumažėjo nuo 13,3 % iki 8,5 % (nuo 2634 iki 1448 mirusių asmenų).

Plačiau skaitykite leidinyje „Mažo fizinio aktyvumo padariniai Lietuvos gyventojų sveikatai“, kurį galite atsisiųsti apsilankę Higienos instituto svetainės [www.hi.lt](http://www.hi.lt) skyrelyje Leidiniai - > „Informaciniai leidiniai“ arba įėję į šią nuorodą [http://hi.lt/uploads/pdf/leidiniai/Informaciniai/Fizinis\\_pasyvumas\\_2018.pdf](http://hi.lt/uploads/pdf/leidiniai/Informaciniai/Fizinis_pasyvumas_2018.pdf).

Papildomą informaciją teikia Higienos instituto Sveikatos informacijos centro Biostatistinės analizės skyriaus specialistė Indrė Petrauskaitė el. paštu [indre.petrauskaite@hi.lt](mailto:indre.petrauskaite@hi.lt).