

Başlıklar	Her İki Cinsiyet (%95 GA)	Erkek (%95 GA)	Kadın (%95 GA)
Kalp Damar Hastalığı (KDH) Riski			
40-69 yaş arasındaki nüfusta 10 yıldır kalp damar hastalığı riski $\geq$ %30 olanlar veya halen kalp damar hastalığı olanların yüzdesi ³	10,5 (8,1–12,9)	13,3 (9,2–17,4)	7,8 (5,3–10,3)
Kalp hastalığı ve inmeden korunmak için ilaç tedavisi ve danışmanlık alan uygun kişilerin yüzdesi	55,9 (45,3–66,6)	55,1 (39,6–70,7)	57,0 (44,3–69,8)
Birleşik risk faktörleri özeti: halen tütün ürünü kullanma, günlük 5 porsiyondan az meyve ve sebze tüketimi, yetersiz fiziksel aktivite, fazla kiloluluk (BKİ $\geq$ 25 kg/m²), yüksek kan basıncı (SKB $\geq$ 140 ve/veya DKB $\geq$ 90 mmHg veya halen yüksek kan basıncı için ilaç kullanma)			
15 yaş ve üzerinde yukarıdaki risk faktörlerinden herhangi birisi olmayanların yüzdesi ³	1,3* (0,7–2,0)	1,9* (0,7–3,1)	0,8* (0,4–1,2)
18-44 yaş arasındaki nüfusta yukarıdaki risk faktörlerinden üç veya daha fazlası olanların yüzdesi	42,2 (39,4–44,9)	45,6 (41,4–49,8)	38,9 (35,6–42,3)
45-69 yaş arasındaki nüfusta yukarıdaki risk faktörlerinden üç veya daha fazlası olanların yüzdesi	65,9 (63,2–68,6)	61,5 (57,5–65,5)	70,0 (66,5–73,5)
18-69 yaş arasındaki nüfusta yukarıdaki risk faktörlerinden üç veya daha fazlası olanların yüzdesi	51,0 (48,9–53,0)	51,5 (48,5–54,5)	50,5 (47,8–53,1)
15 yaş ve üzeri nüfusta yukarıdaki risk faktörlerinden üç veya daha fazlası olanların yüzdesi	51,2 (49,3–53,0)	50,3 (47,5–53,2)	51,9 (49,5–54,4)
Seçilen Bulaşıcı Olmayan Hastalıklar Risk Faktörleri için Yaşam Tarzı Önerileri			
Son 12 ay içerisinde sağlık çalışanlarından Sağlıklı Yaşam (sağlıklı beslenme, kilo verme, tütün ürünü kullanmayı bırakma veya fiziksel aktivite) ile ilgili bir veya daha fazla konu üzerine danışmanlık hizmeti veya eğitim alan katılımcıların yüzdesi	40,5 (38,4–42,5)	38,1 (35,3–40,9)	42,9 (40,4–45,3)
Bulaşıcı Olmayan Hastalıklar risk faktörlerinden kaynaklanan olumsuz sağlık etkileri konusunda farkındalık			
Seçilen BOH risk faktörlerinden herhangi birinin sebep olduğu iki veya daha fazla sağlık sorununu bilenlerin yüzdesi ⁴	87,3 (85,9–88,6)	89,1 (87,4–90,8)	85,5 (83,8–87,1)
Tütün ürünleri kullanımının sebep olduğu iki veya daha fazla sağlık sorununu bilenlerin yüzdesi	76,2 (74,4–78,1)	77,0 (74,3–79,6)	75,5 (73,4–77,6)
Yüksek tuz tüketiminin sebep olduğu iki veya daha fazla sağlık sorununu bilenlerin yüzdesi	71,6 (69,8–73,5)	72,3 (69,8–74,9)	71,0 (68,8–73,2)
Yüksek düzey yağ tüketiminin sebep olduğu iki veya daha fazla sağlık sorununu bilenlerin yüzdesi	64,3 (62,2–66,6)	65,7 (63,0–68,4)	62,8 (60,3–65,4)
Düşük miktarda meyve ve/veya sebze tüketiminin sebep olduğu iki veya daha fazla sağlık sorununu bilenlerin yüzdesi	33,2 (31,2–35,2)	32,8 (30,1–35,6)	33,6 (31,2–36,1)
Yetersiz fiziksel aktivitenin sebep olduğu iki veya daha fazla sağlık sorununu bilenlerin yüzdesi	58,3 (56,2–60,5)	59,6 (56,7–62,4)	57,1 (54,5–59,8)
Alkol tüketiminin sebep olduğu iki veya daha fazla sağlık sorununu bilenlerin yüzdesi	74,2 (72,3–76,1)	75,9 (73,4–78,4)	72,5 (70,3–74,7)
Bağımlılık yapıcı madde kullanımının sebep olduğu iki veya daha fazla sağlık sorununu bilenlerin yüzdesi	73,4 (71,6–75,3)	75,5 (73,1–77,9)	71,4 (69,1–73,6)

¹ Son bir yıl içinde sağlık çalışanına giden kişiler arasındadır.

² Yetersiz fiziksel aktiviteye yönelik detaylı tanımlar için Küresel Fiziksel Aktivite Anketi Rehberi'ne (<http://www.who.int/chp/steps/GPAQ/en/index.html>) veya sağlık için fiziksel aktivite üzerine DSÖ Küresel Tavsiyeleri'ne (http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/en/index.html) bakınız.

³ 10 yıllık KVVH riski yaş, cinsiyet, kan basıncı, sigara kullanma durumu (halen kullananlar VEYA değerlendirmeden en az 1 yıl önce sigarayı bırakanlar), kolesterol ve diyabet (daha önceden tanısı konulmuş VEYA açlık şekeri >126 mg/dl olanlar) durumuna göre tanımlanmıştır.

⁴ BOH risk faktörleri tütün ürünleri kullanımı, yüksek tuz tüketimi, yüksek yağ tüketimi, düşük meyve ve/veya sebze tüketimi, yetersiz fiziksel aktivite, alkol kullanımı ve bağımlılık yapıcı madde kullanımını içermektedir.

* N < 50.

Daha fazla bilgi için lütfen Hanehalkı Sağlık Araştırması ülke odak noktası ile iletişime geçiniz:
DSÖ Türkiye Ofisi Bulaşıcı Olmayan Hastalıklar Program Sorumlusu Dr. Toker Ergüder, ergudert@who.int

Erişkinler 15 yaş ve üzeri kişileri ifade etmektedir. Veriler, 15 yaş ve üzeri tüm kadın ve erkekleri ulusal olarak temsil edecek şekilde ağırlıklandırılmıştır. Mali destek, Türkiye Cumhuriyeti Hükümeti ile Uluslararası İmar ve Kalkınma Bankası (Dünya Bankası) arasında imzalanan, "Sağlık Sistemlerinin Güçlendirilmesi ve Desteklenmesi Projesi" İkraz Anlaşması kapsamında Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı tarafından sağlanmıştır. Bu araştırma için teknik destek Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) ve Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı Sağlık Araştırmaları Genel Müdürlüğü tarafından sağlanmıştır.

DSÖ Uygulama Ortağı:  **PGLOBAL** KÜRESEL DANIŞMANLIK VE EĞİTİM HİZMETLERİ
PGLOBAL GLOBAL ADVISORY AND TRAINING SERVICES



Türkiye Hane Halkı Sağlık Araştırması “Bulaşıcı Olmayan Hastalıkların Risk Faktörleri Prevalansı, 2017”



Dünya Sağlık Örgütü Kronik Hastalıkların Sürveyansı yaklaşımı, Bulaşıcı Olmayan Hastalıkların (BOH) ve risk faktörleri verilerinin toplanması, analiz edilmesi ve yayılmasına yönelik basit ve standart bir yöntemdir. Tütün ürünü kullanımı, alkol kullanımı, sağlıksız beslenme, yetersiz fiziksel aktivite, aşırı kilo ve obezite, yüksek kan basıncı, yüksek kan şekeri ve anormal düzeyde kan lipidi gibi önemli BOH yükünü belirleyen temel risk faktörleri ve BOH durumları ile ilgili veriler toplanmaktadır. Ülkeler; bu sürveyans araştırmalarından elde edilen verileri, tütün, alkol, beslenme ve yetersiz fiziksel aktivite gibi spesifik risk faktörleri ile ilgili küresel hedeflerin karşılanmasında kaydedilen gelişmenin izlenmesi konusunda destek için kullanabilir.

Türkiye’de yapılan hane halkı sağlık araştırması saha çalışması, Nisan 2017 ve Eylül 2017 ayları arasında gerçekleştirilmiş ve 3 aşamadan oluşmaktadır. Aşama 1’de sosyo-demografik ve davranışsal bilgiler toplanmıştır. Aşama 2’de boy uzunluğu, vücut ağırlığı ve kan basıncı gibi fiziksel ölçümler yapılmıştır. Aşama 3’te kan şekeri, HbA1c, kolesterol seviyeleri ve günlük ortalama tuz tüketimini değerlendirmek amacıyla biyokimyasal ölçümler yapılmıştır. Bu araştırma, 15 yaş ve üzerinde uygulanan nüfus temelli bir araştırmadır. Türkiye’de yaş aralıklarını temsil eden veriler elde etmek amacıyla çok aşamalı bir örneklem kümesi tasarımı kullanılmıştır. Toplam 6053 yetişkin kişi araştırmaya katılmıştır. Toplam cevaplılık oranı %70,0’dır. Değişimi izlemek amacıyla 2019 yılında çalışmanın tekrarlanması planlanmaktadır.

BAŞLIKLAR



TÜTÜN ÜRÜNÜ KULLANIMI

- Erkeklerin %43,6’sı, kadınların %19,7’si ve toplamda kişilerin %31,6’sı halen tütün ürünü kullanmaktadır.
- Erkeklerin %43,4’ü, kadınların %19,7’si ve toplamda kişilerin %31,5’i halen tütün ürünü içmektedir.
- Halen tütün ürünü kullanan 10 kişiden 3’ü son 12 ay içerisinde tütün ürünü kullanmayı bırakmayı denemiştir.



ALKOL KULLANIMI

- Erkeklerin %13,1’i, kadınların %3,0’ı ve toplamda kişilerin %8,0’ı alkol kullanmaktadır.
- Mevcut 20 alkol kullanıcısının 1’i dönemsel olarak yoğun miktarda alkol tüketmiştir.



BESLENME

- Erkeklerin %87,8’i, kadınların %87,9’u ve toplamda kişilerin %87,8’i günde 5 porsiyondan az meyve ve/veya sebze tüketmiştir.
- Ortalama günlük tuz tüketimi 9,9 gramdır, erkekler 11,0 g tüketirken kadınlar 8,7 g tüketmiştir.



FİZİKSEL AKTİVİTE

- Her 10 yetişkinden 4’ü yetersiz fiziksel aktivite yapmıştır (haftada <150 dakika, orta derecede fiziksel aktivite).



KANSER TARAMASI

- 30-65 yaş arasındaki her 10 kadından 5’i herhangi bir zamanda servikal smear (rahim ağzı sürüntüsü) yaptırmıştır.
- 40-69 yaş arasındaki her 10 kadından 6’sı herhangi bir zamanda mamografi (meme filmi) yaptırmıştır.
- 50-70 yaş arasındaki her 10 erişkinden 1’i son 10 yıl içerisinde kolonoskopi yaptırmıştır.



OBEZİTE (Şişmanlık)

- Erkeklerin %62,8’i, kadınların %66,0’ı ve toplamda kişilerin %64,4’ü fazla kiloludur (BKİ $\geq$ 25 kg/m²).
- Erkeklerin %21,6’sı, kadınların %35,9’u ve toplamda kişilerin %28,8’i obezdir (şişman) (BKİ $\geq$ 30 kg/m²).



YÜKSEK KAN BASINCI

- Erkeklerin %26,1’inde, kadınların %29,3’ünde ve toplamda kişilerin %27,7’sinde yüksek kan basıncı vardır.



YÜKSEK KAN ŞEKERİ

- Erkeklerin %10,6’sında, kadınların %11,5’inde ve toplamda kişilerin %11,1’inde yüksek kan şekeri vardır.



Aşağıdaki tabloda çalışma sonuçları 15 yaş üstü yetişkinler için %95 güven aralığı (GA) ile verilmektedir. Veriler, Türkiye'de bu yaş grubundaki tüm erkek ve kadınların temsili için ağırlıklandırılmıştır

Başlıklar	Her İki Cinsiyet (%95 GA)	Erkek (%95 GA)	Kadın (%95 GA)
Tütün ürünü kullanımı			
Halen tütün ürünü kullananların yüzdesi (dumanlı veya dumansız)	31,6 (29,8–33,4)	43,6 (40,9–46,2)	19,7 (17,6–21,8)
Halen tütün ürünü içenlerin yüzdesi	31,5 (29,7–33,3)	43,4 (40,8–46,0)	19,7 (17,6–21,8)
Halen tütün ürünü içenlerin yüzdesi (günlük)	29,2 (27,5–31,0)	40,4 (37,8–43,0)	18,2 (16,1–20,3)
Her gün tütün ürünü kullananlar Tütün ürünü kullanmaya başlama yaşı (ortalama)	18,1 (17,8–18,5)	17,2 (16,9–17,5)	20,2 (19,5–20,9)
Her gün mamul sigara kullananların yüzdesi	97,3 (96,3–98,3)	97,3 (96,1–98,5)	97,2 (95,4–99,0)
Mamul sigara kullananların günde içtikleri sigara sayısı (ortalama)	15,5 (14,8–16,2)	16,8 (16,0–17,7)	12,7 (11,6–13,7)
Dumansız tütün ürünü kullananların yüzdesi	0,3 (0,1–0,6)	0,6 (0,1–1,0)	0,1 (0,0–0,3)
Tütün ürünü kullanmayanlar (dumanlı ve/veya dumansız) Geçmişte tütün ürünü kullananlar	10,7 (9,7–11,8)	14,8 (13,1–16,5)	6,6 (5,5–7,8)
Hiç tütün ürünü kullanmayanlar	57,8 (55,9–59,7)	41,8 (39,0–44,5)	73,7 (71,4–75,9)
Son 12 ay içinde tütün ürünü kullanmayı bırakmayı denemiş olan kullanıcılar	27,4 (24,5–30,4)	29,4 (25,8–33,1)	23,0 (18,5–27,6)
Son 12 ay içinde bir sağlık çalışanı tarafından tütün ürünü kullanmayı bırakma tavsiyesi almış kullanıcılar ¹	22,3 (19,5–25,1)	21,2 (17,8–24,6)	24,7 (20,0–29,3)
Alkol kullanımı			
Hayat boyu hiç alkol kullanmayanların yüzdesi	83,6 (82,1–85,1)	74,4 (72,0–76,8)	92,7 (91,3–94,1)
Son 1 yıldır hiç alkol kullanmayanların yüzdesi	4,3 (3,6–5,0)	6,5 (5,3–7,6)	2,1 (1,4–2,9)
Alkol kullananların yüzdesi (son 30 günde alkol kullananlar)	8,0 (7,0–9,1)	13,1 (11,2–15,0)	3,0 (2,1–4,0)
Dönemsel yoğun alkol tüketimi yüzdesi (son 30 gün içerisinde her seferinde 6 veya daha fazla “standart içki” tüketimi)	5,2 (4,2–6,2)	8,7 (7,0–10,3)	1,8* (1,0–2,6)
Beslenme			
Meyve tüketimi Bir haftada meyve tüketilen ortalama gün sayısı	4,6 (4,5–4,7)	4,5 (4,4–4,6)	4,8 (4,7–4,9)
Günlük tüketilen ortalama meyve porsiyonu sayısı	1,4 (1,3–1,5)	1,4 (1,3–1,5)	1,5 (1,3–1,6)
Sebze tüketimi Bir haftada sebze tüketilen ortalama gün sayısı	5,1 (5,0–5,2)	4,9 (4,8–5,1)	5,2 (5,1–5,3)
Günlük tüketilen ortalama sebze porsiyonu sayısı	1,7 (1,5–1,8)	1,6 (1,4–1,8)	1,7 (1,6–1,9)
Bir günde 5 porsiyondan daha az meyve ve/veya sebze tüketenlerin yüzdesi	87,8 (86,4–89,3)	87,8 (85,8–89,8)	87,9 (86,3–89,5)
Yemekten önce veya yemek sırasında yemeklerine tuz veya tuzlu sos ekleyenlerin yüzdesi	28,1 (26,3–29,9)	29,3 (26,7–31,9)	26,8 (24,6–29,0)
Her zaman veya sık olarak tuz oranı yüksek işlenmiş gıda tüketenlerin yüzdesi	25,5 (23,7–27,4)	27,8 (25,3–30,3)	23,3 (21,0–25,6)
Tuz tüketimini azaltmanın çok önemli olduğunu düşünenlerin yüzdesi	75,6 (73,7–77,6)	73,2 (70,0–76,0)	78,1 (75,9–80,3)
Fiziksel Aktivite			
Yetersiz fiziksel aktivite yapanların yüzdesi (haftada 150 dakikadan az, orta derecede fiziksel aktivite veya eşdeğeri) ²	43,6 (41,8–45,4)	33,1 (30,5–35,6)	53,9 (51,6–56,3)
Günlük fiziksel aktivite ile geçirilen süre (ortanca) (dakika) (çeyrekler arası aralıkta verilmiştir)	30,0 (4,3–90,0)	51,4 (11,4–180,0)	17,1 (0,0–55,0)
Yoğun olarak fiziksel aktivite yapmayanların yüzdesi	81,3 (79,7–82,8)	70,1 (67,5–72,6)	92,2 (90,8–93,6)

Başlıklar	Her İki Cinsiyet (%95 GA)	Erkek (%95 GA)	Kadın (%95 GA)
Kanser Taraması			
En az bir kere servikal smear yaptıran 30-65 yaş arası kadınların yüzdesi			54,2 (51,2–57,1)
En az bir kere mamografi yaptıran 40-69 yaş kadınların yüzdesi			57,4 (54,1–60,7)
En az bir kere gaitada gizli kan testi yaptıran 50-70 yaş arası nüfus yüzdesi	25,5 (22,8–28,2)	23,5 (19,7–27,2)	27,6 (24,0–31,3)
Son 10 yılda kolonoskopi yaptıran 50-70 yaş arası nüfus yüzdesi	12,1 (10,1–14,2)	11,1 (8,1–14,0)	13,2 (10,4–16,0)
Fiziksel ölçümler			
Ortalama Beden Kitle İndeksi - BKİ (kg/m²)	27,4 (27,2–27,6)	26,6 (26,3–26,8)	28,3 (28,0–28,6)
Fazla kilolu kişilerin yüzdesi (BKİ ≥ 25 kg/m²) (obez kişiler dâhil)	64,4 (62,6–66,2)	62,8 (60,2–65,4)	66,0 (63,7–68,4)
Obez olan kişilerin yüzdesi (BKİ ≥ 30 kg/m²)	28,8 (27,3–30,4)	21,6 (19,5–23,8)	35,9 (33,8–38,0)
Bel çevresi ortalama değeri (cm)		91,3 (90,5–92,2)	87,9 (87,1–88,8)
Kalça çevresi ortalama değeri (cm)		98,7 (97,9–99,4)	102,5 (101,8–103,2)
Ortalama sistolik kan basıncı değeri - SKB (mmHg) (yüksek kan basıncı için ilaç kullananlar dahil)	123,0 (122,1–123,8)	125,3 (124,2–126,3)	120,8 (119,7–121,8)
Ortalama diyastolik kan basıncı değeri - DKB (mmHg) (yüksek kan basıncı için ilaç kullananlar dâhil)	78,4 (78,0–78,9)	78,2 (77,6–78,8)	78,7 (78,2–79,2)
Yüksek kan basıncı olanların (SKB ≥ 140 ve/veya DKB ≥ 90 mmHg veya yüksek kan basıncı için halen ilaç kullananların) yüzdesi	27,7 (26,0–29,4)	26,1 (23,7–28,5)	29,3 (27,2–31,5)
Kan basıncı yüksek olanların (SKB ≥ 140 ve/veya DKB ≥ 90 mmHg) içinde tedavi almayanların yüzdesi	57,1 (53,8–60,3)	64,7 (60,3–69,1)	50,5 (46,4–54,6)
Kan basıncı kontrol altındaki hipertansif kişiler yüzdesi	23,8 (21,0-26,5)	18,5 (15,2-21,7)	28,4 (24,5–32,3)
Biyokimyasal Ölçümler			
Ortalama açlık kan şekeri değeri (mg/dl) (yüksek kan şekeri için halen ilaç kullananlar dâhil)	97,8 (95,6–99,9)	96,2 (93,7–98,8)	99,3 (96,0–102,5)
Bozulmuş açlık kan şekeri olanların yüzdesi (venöz plazma değeri ≥110 mg/dl ve <126 mg/dl)	7,9 (6,3–9,5)	8,1 (5,9–10,4)	7,7 (5,5-10,0)
Yüksek açlık kan şekeri (venöz plazma değeri ≥126 mg/dl) olanların veya halen yüksek açlık kan şekeri için ilaç kullananların yüzdesi	11,1 (9,4–12,8)	10,6 (8,3–13,0)	11,5 (9,1–13,9)
HbA1c seviyesi ≥%6,5 olanların yüzdesi	12,0 (10,5–13,6)	11,9 (9,6–14,1)	12,2 (10,1–14,4)
HbA1C değeri yüksek (≥%6,5) veya halen diyabet için tedavi alanlar yüzdesi	13,3 (11,6–14,9)	12,7 (10,4–15,1)	13,8 (11,5–16,1)
Toplam kan kolesterolü ortalaması (mg/dl) (halen yüksek kolesterol için ilaç kullananlar dâhil)	161,2 (158,5–163,8)	154,9 (151,4–158,5)	167,3 (163,7–171,0)
Yüksek kolesterol düzeyi (≥ 190 mg/dl) olanların veya halen yüksek kolesterol için ilaç kullananların yüzdesi	24,7 (22,3–27,1)	20,9 (17,6–24,1)	28,5 (25,0–31,9)
Yüksek trigliseridi (≥180 mg/dl) olanların yüzdesi	16,7 (14,6–18,9)	19,9 (16,4–23,4)	13,6 (11,2–16,0)
HDL kolesterol düzeyi optimal düzeyin altında olanların yüzdesi (erkekler için <40 mg/dl ve kadınlar için <50 mg/dl)	52,3 (49,4–55,3)	55,6 (51,3–59,9)	49,1 (45,1–53,1)
Ortalama günlük tuz tüketimi (g)	9,9 (9,7–10,1)	11,0 (10,8–11,3)	8,7 (8,5–8,8)