

ХАЛДВАРТ БУС ӨВЧИН, ОСОЛ ГЭМТЛИЙН ШАЛТГААН, ЭРСДЭЛТ ХҮЧИН ЗҮЙЛИЙН ТАРХАЛТЫН СУДАЛГАА-2013

ТОВЧ ХУРААНГУЙ

ХБӨ, Осол гэмтлийн шалтгаан, эрсдэлт хүчин зүйлсийн тархалтын судалгаа нь 2013 оны 5-6 дугаар сард ДЭМБ-ын шаталсан судалгааны арга аргачлалын дагуу Улаабаатар хот болон 21 аймгийг хамруулан үндэсний түвшинд хийсэн нэгэн агшны судалгаа юм. Уг судалгааг Монгол Улсад түгээмэл тохиолдож буй ХБӨ, Осол гэмтлийн нийтлэг эрсдэлт хүчин зүйлсийн тархалтын түвшинг тогтоох, “ХБӨ-өөс сэргийлэх, хянах” үндэсний хөтөлбөр, ММСС-гийн “Эрүүл мэндийн төсөл”-ийн үр дүн, үр нөлөөг үнэлэх зорилгоор зохион байгуулсан юм.

Судалгаанд нийт 6150 хүнээс судалгааны мэдээлэл цуглуулахаар төлөвлөж байснаас 97.4 хувь судалгаанд оролцож мэдээлэл өгсөн тул 15-64 насны 6013 хүний материалд боловсруулалт хийж үр дүнг тооцон гаргалаа. Судалгааны гурав дахь шатлал буюу биохимийн эрсдэлт хүчин зүйлсийн тархалтыг тогтоох судалгаанд 25-64 насны оролцогсдыг хамруулсан болно.

Судалгааны дүнгээр нийт хүн амын 27.1 хувь, эрэгтэйчүүдийн 49.1 хувь, эмэгтэйчүүдийн 5.3 хувь тамхи татдаг байна. Тамхи хэрэглэгчдийн ихэнх нь (91.7 %) тамхийг өдөр бүр тогтмол татдаг байв. Судалгаанд хамрагдсан 2 хүн тутмын 1 нь (42.9%) гэрийн дотоод орчинд, 3 хүн тутмын 1 нь (35.6%) ажлын байрандаа дам тамхидалтад эрсдэл бүхий өртөж байгаа нь 2009 оны судалгааны дүнгээс төдийлөн өөрчлөгдөөгүй болохыг илтгэж байна. ХБӨ-ний нийтлэг эрсдэлт хүчин зүйлсийн тархалтыг өмнөх судалгааны дүнтэй харьцуулан судалсан дүнгээр 15-64 насны хүн амын дундах тамхи таталтын тархалт өсөөгүй, тогтвортой байна.

Хүн амын 38.3 хувь сүүлийн 1 сард архи согтууруулах ундаа хэрэглэсэн буюу одоогоор архи, согтууруулах ундаа хэрэглэгчид байв. Судалгааны хүрээний эрэгтэйчүүдийн 48.8 хувь, эмэгтэйчүүдийн 24.1 хувь архи, согтрууруулах ундааг сүүлийн 1 сард хэрэглэсэн байна. Сүүлийн 1 сард архи, согтууруулах ундаа хэрэглэсэн нийт хүмүүс нэг удаад архи, согтууруулах ундааг ууж хэрэглэхдээ 9.0 стандарт уулт, эрэгтэйчүүд 10.8, эмэгтэйчүүд 5.2 стандарт уултаар тус тус хэрэглэсэн байна. Нийт хүн амын 23.5 хувь, эрэгтэйчүүдийн 37.5 хувь, эмэгтэйчүүдийн 9.7 хувь нь сүүлийн 1 сард архи, согтууруулах ундааг нэг удаад хэрэглэхдээ 6 ба түүнээс олон стандарт уултаар хэтрүүлэн уусан анхаарал татахуйц эрсдэлт зан үйлтэй байна.

Манай улсын 15-64 насны нийт хүн ам хоногт дунджаар 0.4 нэгж жимс, 1.0 нэгж хүнсний ногоо хэрэглэж байгаа нь ДЭМБ-ын зөвлөмж хэмжээнээс даруй 3.6 нэгжээр доогуур байна. Хүн амын дийлэнх хувь (96.4%) нь хоногт 5 нэгжээс бага

жимс, хүнсний ногоо хэрэглэж байна. Хөдөөгийн хүн амын жимс, хүнсний ногооны хэрэглээ нь хотын хүмүүсийн үзүүлэлтээс 2 дахин бага байв.

Нийт хүн амын 22.3 хувь нь хөдөлгөөний хомсдол бүхий эрсдэлт бүлэгт багтаж байгаа бөгөөд хотын 4 хүн тутмын 1 нь уг эрсдэлд илүүтэй өртсөн байв. Хөдөөгийн эрэгтэйчүүдээс хотын эрэгтэйчүүд 4 дахин, эмэгтэйчүүд 2 дахин илүү хөдөлгөөний хомсдолтой байна. Судалгааны хамрах хүрээний хүн амын 18.3 хувь нь биеийн хүч дунд зэрэг шаардсан хөдөлгөөнийг 7 хоногт 150 минутаас бага хугацаагаар хийдэг, мөн нийт хүмүүсийн 66.6 хувь биеийн хүч их шаардсан хөдөлгөөн хийдэггүй болохыг судалгаагаар илрүүлэв. Түүнчлэн хүн амын хоногт идэвхтэй хөдөлгөөн хийхэд зарцуулдаг голч хугацаа 105.7 минут байгаа нь олон нийтэд суурилсан идэвхтэй хөдөлгөөн, нийтийн биеийн тамирыг дэмжих, идэвхижүүлэх шаардлага зүй ёсоор тулгарч байгааг илтгэж байна.

Хүн амын биеийн жингийн индекс (БЖИ)-ийн дундаж хэмжээ 25.9 кг/м^2 байгаа ба уг үзүүлэлт эрэгтэйчүүдэд 25.3 кг/м^2 , эмэгтэйчүүдэд 26.6 кг/м^2 байна. БЖИ-ийн эрсдэлийн үнэлгээгээр нийт хүмүүсийн 54.4 хувь нь илүүдэл жин ба таргалалттай, 19.7 хувь таргалалттай байна. Илүүдэл жин ба таргалалтын тархалт нас ахих тутам нэмэгдэх хандлагатай байгаа бөгөөд бүх насны бүлэгт илүүдэл жин, таргалалттай эмэгтэйчүүдийн эзлэх хувь эрэгтэйчүүдээс харьцангуй өндөр байв. Судалгаагаар эрэгтэйчүүдийн бүсэлхийн тойргийн дундаж хэмжээ 87.9 см, уг үзүүлэлт эмэгтэйчүүдэд 87.2 см байна. Бүсэлхийн тойргийн эрсдэлийн үнэлгээгээр нийт хүн амын 56.8 хувь, эрэгтэйчүүдийн 44.4 хувь, эмэгтэйчүүдийн 69.3 хувь нь тус тус төвийн таргалалттай байгааг тогтоов.

Судалгааны насны эрэгтэйчүүдийн систолын артерийн даралт (САД)-ын дундаж хэмжээ 130.0 мм МУБ, эмэгтэйчүүдэд 124 мм МУБ байгаа бөгөөд эрэгтэйчүүдийн САД-ын түвшин эмэгтэйчүүдээс өндөр байна. Артерийн даралт ихсэлт (АДИ)-ийн тархалт нийт хүн амын дунд 27.5 хувь байв. Эрэгтэйчүүдийн дундах АДИ-ийн тархалт (30.5%) эмэгтэйчүүдээс (24.5%) илүү байв. Артерийн гипертензийн тархалт нь байршлын хувьд ялгаагүй, хот хөдөөд ижил түвшинд байна.

Судалгааны насны нийт хүн амын 61.9 хувь цусан дахь нийт холестерин хэмжээ ихсэх эрсдэлтэй эсвэл ихэссэн байгаа нь 2009 оны судалгааны дүнтэй харьцуулахад өссөн байна. Цусан дахь триглицеридын хэмжээ ихсэх эрсдэлтэй эсвэл ихэссэн хүн амын тархалт 19.6 хувь байсан ба энэхүү эрсдэлийн тархалт эрэгтэйчүүдийн дунд (22.4%) эмэгтэйчүүдээс (17.1%) илүү байв.

Нийт хүн амын өлөн үеийн цусан дахь бага нягттай липопротеин (БНЛ)-ы дундаж хэмжээ 2.9 ммол/л байна. Цусан дахь БНЛ-ы хэмжээ ихэссэн болон ихсэх эрсдэлтэй хүн амын тархалт өндөр хэвээр, 42.5 хувьтай байгаа нь анхаарал татаж байна. Судалгааны хүрээний нийт хүн амын өлөн үеийн цусан дахь их нягттай липопротеин (ИНЛ)-ы дундаж хэмжээ 1.3 ммол/л байгаа бөгөөд түүний хэмжээ нь эрсдэлтэй түвшинд хүртэл буурсан эмэгтэйчүүд 36.2 хувь, эрэгтэйчүүд 30.9 хувьтай байв.

Нийт хүн амын өлөн цусан дахь глюкозын дундаж хэмжээ 5.0 ммоль/л байгаа бөгөөд энэ нь хүйсийн хувьд ялгаагүй, харин байршлаар харьцуулан судлахад статистикийн ач холбогдол бүхий ялгаатай байна. Далд хэлбэрийн чихрийн шижинтэй буюу өлөн үеийн цусан дахь глюкозын хэмжээ нь ихсэх эрсдэлтэй (захын цусан дахь глюкозын хэмжээ 5.6-6.0 ммоль/л) 25-64 насны хүн амын тархалт 8.3 хувь байна. Харин өлөн үеийн цусан дахь глюкозын түвшин ихэссэн эсвэл глюкоз бууруулах эм хэрэглэж байгаа хүн амын тархалт 6.9 хувь байв. Өлөн үеийн цусан дахь глюкозын түвшин ихэссэн буюу чихрийн шижинтэй эрэгтэйчүүдийн эзлэх хувь (7.6%) эмэгтэйчүүд (6.3%)-ийн үзүүлэлтээс бага зэрэг өндөр боловч, уг ялгаа статистик ач холбогдолгүй байлаа.

Судалгааны насны эмэгтэйчүүдийн 53.5 хувь умайн хүзүүний хорт хавдрын эрт илрүүлэг үзлэгт хамрагдсан байна. Нийт 15-64 насны эмэгтэйчүүдийн 33.1 хувь эрүүл мэндийн ажилтнаар хөхөө шинжүүлж, хөхний хавдар ирүүлэх үзлэгт хамрагджээ. Хөдөө орон нутгийн эмэгтэйчүүд (41%)-ийн эрүүл мэндийн ажилтнаар хөхөө шалгуулсан байдал нь хотын (24.6%) эмэгтэйчүүдээс статистикийн ач холбогдол бүхий илүү, мөн өмнөх судалгааны дүнтэй харьцуулахад нэмэгдсэн эерэг зан үйлтэй байв.

Судалгааны хүн амын 3.4 хувь нь сүүлийн 12 сарын хугацаанд зам тээврийн осолд өртсөн байна. Зам тээврийн осолд өртсөн 3 хүн тутмын 1 нь (32.6%) замын хөдөлгөөнд хурд хэтрүүлсэн, 8.4 хувь нь согтууруулах ундаа хэрэглэсэн байгаа нь хувь хүний эрсдэл аюултай сөрөг зан үйлтэй байгааг харуулж байна. Тээврийн хэрэгслийн жолооч эсвэл зорчигч байдлаар замын хөдөлгөөнд оролцсон 10 хүн тутмын 8 нь (75.4%) хамгаалалтын бүсийг тогтмол хэрэглэдэггүй буюу огт бүсэлдэггүй байна.

Нийт хүн амын 6.0 хувь, эрэгтэйчүүдийн 6.5 хувь ба эмэгтэйчүүдийн 5.8 хувь нь сүүлийн 12 сард хүчирхийлэлд өртсөний улмаас эмнэлгийн тусламж авчээ. Хүчирхийлэлд өртсөний улмаас хүндээр гэмтэж эмнэлгийн тусламж авсан хүн амын эзлэх хувь 2009 оны судалгааны дүнтэй харьцуулахад ихэссэн байв. Эрэгтэйчүүд ижил хүйсийн хүний үйлдсэн хүчирхийлэлд илүү өртдөг нь үзэл бодлын зөрүүг өөр хоорондоо хүч хэрэглэх аргаар шийдвэрлэдэгтэй холбон тайлбарлаж болох юм. Харин хүчирхийлэлд өртсөн эмэгтэйчүүдийн 36.8 хувь гэр бүл, дотно хүнийхээ, 22.1 хувь танил найз, нөхдийнхөө хүчирхийлэлд илүүтэй өртжээ. Судалгааны хүрээний хүн амын 48.2 хувь нь хүүхэд насандаа бие махбодын хүчирхийлэлд өртөж байсан нь өмнөх судалгааны дүнгээс буурсан үзүүлэлттэй байна.

ДЭМБ-аас зөвлөсөн аргачлалын дагуу ХБӨ-ний анхдагч болон завсрын эрсдэлт хүчин зүйлсээс өдөр бүр тогтмол тамхи татах, хоногт 5 нэгжээс бага жимс, хүнсний

ногоо хэрэглэх, хөдөлгөөний хомсдолтой, илүүдэл жин ба таргалалтай, болон цусны даралт ихсэлт зэрэг нийтлэг тохиолдох 5 эрсдэлт хүчин зүйлс хавсран илрэх тохиолдлыг судалж, ХБӨ-өөр өвчлөх эрсдэлийн зэргийг тодорхойлж үнэлгээ өглөө. Дээрх нийтлэг тохиолдох 5 эрсдэлт хүчин зүйлсээс аль нэг нь илрээгүй буюу ХБӨ-өөр өвчлөх эрсдэлгүй хүн ам дөнгөж 1 хувьтай байна. Харин 3 ба түүнээс олон эрсдэлт хүчин зүйлс хавсран илэрсэн буюу ХБӨ-өөр өвчлөх өндөр эрсдэлтэй хүн амын үзүүлэлт 36.9 хувь байв. Энэхүү судалгаагаар манай улсын 45-64 насны хүн амын талаас илүү буюу 53.2 хувь нь ХБӨ-өөр өвчлөх өндөр эрсдэлтэй байгаа нь анхаарал татаж байна.

ХБӨ-өөр өвчлөх өндөр эрсдэлтэй буюу нийтлэг тохиолдох 5 эрсдэлт хүчин зүйлсээс 3-5 эрсдэл хавсран илэрсэн аль ч насны эрэгтэйчүүдийн (35.2%) эзлэх хувь тухайн ижил насны эмэгтэйчүүдийн үзүүлэлтээс статистик ач холбогдол бүхий өндөр байгаа нь монгол эрэгтэйчүүдийн дундаж наслалт болон тэдний амьдралын чанарт сөргөөр нөлөөлж байгаа тоон үзүүлэлт болохыг харуулж байна (Судалгааны үр дүнгийн хураангуй).

СУДАЛГААНЫ ҮР ДҮНГИЙН ХУРААНГУЙ

Монгол Улсын 15-64 насны хүн амын дунд (95% ИХ)	Бүгд (N=6013)	Эрэгтэй (N=2719)	Эмэгтэй (N=3294)
Шатлал 1. Тамхины хэрэглээ			
Тамхи татдаг хүн амын эзлэх хувь	27.1 (25.2-29.0)	49.1 (46.5-51.8)	5.3 (4.0-7.0)
Өдөр бүр тамхи татдаг хүн амын эзлэх хувь	24.8 (23-26.8)	45.4 (42.6-48.3)	4.5 (3.3-6.0)
<i>Өдөр бүр тамхи татдаг хүмүүсийн дунд:</i>			
Тамхи татаж эхэлсэн дундаж нас (жилээр)	19.7 (19.2-20.3)	19.1 (18.6-19.7)	25.9 (23.6-28.2)
Тамхи татсан дундаж хугацаа (жилээр)	20.5 (19.5-21.5)	21.2 (20.2-22.1)	14.4 (11.1-17.6)
Үйлдвэрийн тамхи өдөр бүр хэрэглэдэг хүн амын эзлэх хувь	95.2 (90.5-97.6)	94.8 (89.8-97.5)	98.8 (91.3-99.9)
Өдөрт татдаг үйлдвэрийн тамхины дундаж тоо	10.0 (9.2-10.8)	10.3 (9.5-11.2)	6.4 (5.5-7.4)
Сүүлийн 1 сард дам тамхидалтад өртсөн хүн амын эзлэх хувь	25.5 (22.7-28.5)	31.9 (28.4-35.5)	19.4 (16.4-22.8)
Шатлал 1. Архины хэрэглээ			

Сүүлийн 12 сард архи, согтууруулах ундаа хэрэглэсэн хүн амын эзлэх хувь	64.6 (60.3-68.6)	74.5 (71.5-77.2)	54.8 (47.7-61.7)
Сүүлийн 12 сард архи, согтууруулах ундааг 7 хоногийн 5-6 өдөрт хэрэглэсэн хүн амын эзлэх хувь	0.3 (0.1-0.9)	0.6 (0.2-1.6)	0.2 (0.0-0.5)
Сүүлийн 12 сард архи, согтууруулах ундааг сард 1-ээс цөөн удаа хэрэглэсэн хүн амын эзлэх хувь	58.0 (54.1-61.8)	42.5 (38.4-46.6)	0.0
Сүүлийн 1 сард архи, согтууруулах ундаа хэрэглэсэн хүн амын эзлэх хувь	36.3 (33.3-39.3)	48.8 (46.0-51.5)	24.1 (20.2-27.9)
Сүүлийн 1 сард архи, согтууруулах ундаа хэрэглэсэн дундаж тоо (давтамж)	3.6 (2.9-4.4)	4.3 (3.3-5.2)	2.4 (1.9-2.9)
– Сүүлийн 1 сард, нэг удаад хэрэглэсэн архи, согтууруулах ундааны стандарт уултын дундаж хэмжээ	9.0 (8.3-9.6)	10.8 (9.9-11.8)	5.2 (4.8-5.6)
– Сүүлийн 1 сард, нэг удаад ≥ 6 стандарт уулт хэмжээгээр архи, согтууруулах ундаа хэрэглэсэн хүн амын эзлэх хувь	23.5 (21.2-25.7)	37.5 (34.4-40.6)	9.7 (8.0-11.7)
Шатлал 1. Жимс, ногооны хэрэглээ (Ердийн 7 хоногт: баяр еслол, тэмдэглэлт өдрүүд орохгүй)			
Жимс хэрэглэсэн өдрийн дундаж тоо	1.1 (1.0-1.2)	0.9 (0.7-1.0)	1.3 (1.2-1.5)
Хоногт хэрэглэсэн жимсний дундаж хэмжээ, нэгжээр	0.4 (0.4-0.5)	0.3 (0.3-0.4)	0.5 (0.4-0.6)
Ногоо хэрэглэсэн өдрийн дундаж тоо	4.5 (4.2-4.9)	4.5 (4.1-4.9)	4.6 (4.2-4.9)
Хоногт хэрэглэсэн ногооны дундаж хэмжээ, нэгжээр	1.0 (0.9-1.1)	1.0 (0.9-1.1)	1.1 (1.0-1.2)
Хоногт хэрэглэсэн жимс, ногооны дундаж хэмжээ, нэгжээр	1.5 (1.3-1.6)	1.3 (1.2-2.5)	1.6 (1.4-1.7)
Монгол Улсын 15-64 насны хүн амын дунд (95% ИХ)	Бүгд (N=6013)	Эрэгтэй (N=2719)	Эмэгтэй (N=3294)
Хоногт дунджаар 5 нэгжээс бага жимс, ногоо хэрэглэсэн хүн амын эзлэх хувь	96.4 (95.3-97.2)	97.1 (96.1-98.1)	95.7 (94.5-96.8)
Шатлал 1. Хөдөлгөөний идэвх			
Хөдөлгөөний хомсдолтой хүн амын эзлэх хувь (7 хоногт < 600 MET минут)	22.3 (18.4-26.7)	21.3 (17.3-25.3)	23.2 (18.3-28.2)
Эрүүл мэндэд тустай идэвхтэй хөдөлгөөний талаарх ДЭМБ-ын зөвлөмжийг дагаж	18.3 (14.5-22.2)	16.9 (13.3-20.4)	19.7 (15.0-24.4)

биелүүлээгүй хүн амын эзлэх хувь ¹			
Хоногт идэвхтэй хөдөлгөөн хийхэд зарцуулдаг дундаж голч хугацаа	105.7 (31.4-300.0)	114.3 (36.4-317.1)	95.7 (28.6-274.3)
Биеийн хүч их шаардсан хөдөлгөөн хийдэггүй хүн амын эзлэх хувь	66.6 (63.4-69.8)	57.6 (53.8-61.3)	75.5 (72.3-78.6)
Шатлал 2. Бие махбодын хэмжилт			
Биеийн жингийн индекс (БЖИ)-ийн дундаж хэмжээ (кг/м ²)	25.9 (25.7-26.2)	25.3 (25-25.6)	26.6 (26.3-26.9)
Илүүдэл жинтэй ба таргалалттай хүн амын эзлэх хувь (БЖИ ≥ 25 кг/м ²)	54.4 (52.3-56.6)	49.0 (45.8-52.2)	59.9 (57.7-62.1)
а. Илүүдэл жинтэй хүн амын эзлэх хувь (БЖИ=25-29.9 кг/м ²)	34.8 (32.6-36.9)	33.9 (31.0-36.7)	35.7 (33.0-38.4)
б. Таргалалттай хүн амын эзлэх хувь (БЖИ ≥ 30 кг/м ²)	19.7 (18.0-21.5)	15.2 (13.3-17.0)	24.2 (21.5-27.0)
Бүсэлхийн тойргийн дундаж хэмжээ (см)	-	87.9 (86.9-88.8)	87.2 (86.2-88.1)
Бүсэлхий ташаан тойргийн дундаж харьцаа	-	0.92 (0.91-0.93)	0.89 (0.88-0.9)
Төвийн таргалалттай (бүсэлхийн тойргийн хэмжээ: эр≥90 см, эм≥80 см) хүн амын эзлэх хувь	56.8 (54.0-59.6)	44.4 (40.8-47.9)	69.3 (66.6-71.9)
Систолын артерийн даралтын дундаж хэмжээ ² (мм МУБ)	127 (125.9-128)	130 (128.7-131.4)	124.0 (122.7-125.3)
Диастолын артерийн даралтын дундаж хэмжээ ³ (мм МУБ)	79.9 (79.3-80.4)	80.6 (79.7-81.5)	79.2 (78.5-79.9)
<i>Артерийн даралт ихсэлтийн тархалт:</i>			
Артерийн даралт ихсэлттэй хүн амын эзлэх хувь (САД ≥ 140 ба/эсвэл ДАД ≥ 90 мм МУБ болон даралт бууруулах эм хэрэглэж байгаа)	27.5 (25.6-29.4)	30.5 (27.4-33.7)	24.5 (27.4-33.7)
Систолийн артерийн даралт нь ≥160 ба/эсвэл диастолын артерийн даралт нь ≥90 мм МУБ болон даралт бууруулах эм хэрэглэж байгаа хүн	13.6 (12.2-15.2)	13.5 (11.7-15.5)	13.8 (12.1-15.6)

¹ ДЭМБ-аас 7 хоногт биеийн хүч дунд зэрэг шаардсан хөдөлгөөнийг 150 минут, эсвэл биеийн хүч их шаардсан өндөр эрчимтэй хөдөлгөөнийг 75 минутаас багагүй хугацаагаар хийхийг зөвлөдөг. Уг үзүүлэлт нь энэхүү зөвлөмжийг биелүүлэхгүй байгаа хүмүүсийн эзлэх хувь юм.

² Артерийн даралт бууруулах эм хэрэглэж байгаа хүмүүсийг оролцуулан тооцсон.

амын эзлэх хувь			
Артерийн даралт ихэссэн (САД ≥ 140 ба/эсвэл ДАД ≥ 90 мм МУБ), даралт бууруулах эм хэрэглээгүй хүн амын эзлэх хувь	71.9 (66.7-76.5)	77.0 (70.8-82.2)	65.6 (58.7-71.9)
Шатлал 3. Биохимийн шинжилгээ (25-64 насны хүн амын дунд, 95% ИХ)			
Өлөн үеийн цусан дахь глюкозын дундаж хэмжээ ³ (ммол/л)	5.0 (4.8-5.1)	5.0 (4.8-5.2)	4.9 (4.8-5.0)
Монгол Улсын 15-64 насны хүн амын дунд (95% ИХ)	Бүгд (N=6013)	Эрэгтэй (N=2719)	Эмэгтэй (N=3294)
Цусан дахь глюкозын хэмжээ ихсэх эрсдэлтэй хүн амын эзлэх хувь (захын цусан дахь глюкозын хэмжээ 5.6-6.0 ммол/л)	8.3 (6.0-11.5)	10.0 (6.0-14.0)	6.8 (4.3-9.3)
Цусан дахь глюкозын хэмжээ ихэссэн (захын цусан дахь глюкозын хэмжээ ≥ 6.1 ммол/л) болон глюкоз бууруулах эм хэрэглэж буй хүн амын эзлэх хувь	6.9 (4.3-11)	7.6 (2.8-12.3)	6.3 (3.8-8.8)
Цусан дахь холестерин дундаж хэмжээ (ммол/л)	5.1 (5.0-5.2)	5.0 (4.9-5.1)	5.2 (5.1-5.3)
Цусан дахь холестерин хэмжээ ихэссэн (захын цусан дахь холестерин хэмжээ ≥ 5.0 ммол/л) эсвэл холестерин бууруулах эм хэрэглэж байгаа хүн амын эзлэх хувь	61.9 (55.7-67.6)	56.0 (50.1-62.0)	67.3 (60.2-74.4)
Цусан дахь холестерин хэмжээ ихэссэн (захын цусан дахь холестерин хэмжээ ≥ 6.2 ммол/л) эсвэл холестерин бууруулах эм хэрэглэж байгаа хүн амын эзлэх хувь	6.1 (3.9-8.2)	6.2 (3.2-9.2)	5.9 (3.8-8.1)
Цусан дахь триглицеридын дундаж хэмжээ (ммол/л)	1.3 (1.2-1.4)	1.4 (1.3-1.5)	1.2 (1.2-1.3)
Цусан дахь триглицеридын хэмжээ ихэссэн (триглицеридын хэмжээ ≥ 1.7 ммол/л) хүн амын эзлэх хувь	19.6 (15.7-23.5)	22.4 (17.1-27.6)	17.1 (13.3-20.9)
Цусан дахь БНЛ-ны дундаж хэмжээ (ммол/л)	2.9 (2.8-2.9)	3.0 (2.9-3.0)	2.8 (2.7-2.8)
Цусан дахь БНЛ-ны хэмжээ ихэссэн (цусан дахь	42.5	47.5	37.7

³ Цусан дахь глюкоз бууруулах эм хэрэглэж байгаа хүмүүсийг оролцуулсан.

БНЛ-ны хэмжээ ≥ 3.0 ммол/л) хүн амын эзлэх хувь	(39.6-45.5)	(43.4-51.7)	(34.1-41.4)
Цусан дахь ИНЛ-ны дундаж хэмжээ (ммол/л)	1.3 (1.2-1.4)	1.2 (1.2-1.3)	1.4 (1.4-1.5)
Цусан дахь ИНЛ-ны хэмжээ буурсан (цусан дахь БНЛ-ны хэмжээ: Эрэгтэй < 1.03 ммол/л; Эмэгтэй < 1.29 ммол/л) хүн амын эзлэх хувь	-	30.9 (26.1-35.7)	36.2 (31.8-40.6)
Нийтлэг эрсдэлт хүчин зүйлсийн тархалт (15-64 насны хүн амын дунд, 95%ИХ):			
<ul style="list-style-type: none"> • Өдөр бур тамхи татдаг • Өдөрт 5 нэгжээс бага хэмжээгээр жимс, ногоо хэрэглэдэг • Хөдөлгөөний хомсдолтой • Илүүдэл жинтэй (БЖИ ≥ 25 кг/м²) • Артерийн даралт ихсэлттэй (САД ≥ 140 ба/эсвэл ДАД ≥ 90 мм МУБ ба/эсвэл даралт бууруулах эм хэрэглэж байгаа) 			
Нийтлэг эрсдэлт хүчин зүйл огт илрээгүй хүн амын эзлэх хувь	1 (0.6-1.4)	0.7 (0.3-1.0)	1.3 (0.7-1.9)
Нийтлэг эрсдэлт хүчин зүйлсээс 3-5 эрсдэл хавсран илэрсэн 15-44 насны хүн амын эзлэх хувь	28.3 (26.1-30.5)	35.2 (32.3-38.1)	21.6 (18.4-24.9)
Нийтлэг эрсдэлт хүчин зүйлсээс 3-5 эрсдэл хавсран илэрсэн 45-64 насны хүн амын эзлэх хувь	53.2 (49.8-56.5)	59.7 (55.6-63.7)	46.2 (41.3-51.1)
Нийтлэг эрсдэлт хүчин зүйлсээс 3-5 эрсдэл хавсран илэрсэн 15-64 насны хүн амын эзлэх хувь	36.9 (34.6-39.1)	43.9 (41.3-46.5)	29.8 (26.7-33.0)

ОСОЛ ГЭМТЭЛ БА ХҮЧИРХИЙЛЭЛ

Монгол Улсын 15-64 насны хүн амын дунд (95% ИХ)	Бүгд (N=6013)	Эрэгтэй (N=2719)	Эмэгтэй (N=3294)
Шатлал 1. Осол гэмтэл			
Сүүлийн 12 сарын хугацаанд ЗТО-д орсон хүн амын эзлэх хувь	3.4 (2.6-4.3)	4.9 (3.7-6.4)	1.8 (1.3-2.6)
Сүүлийн 12 сарын хугацаанд ЗТО-ын бус шалтгаанаар хүнд гэмтэж, эмнэлгийн тусламж авсан хүн амын эзлэх хувь	6.9 (6.1-7.9)	8.8 (7.3-10.6)	5.1 (4.1-6.2)
Тээврийн хэрэгсэл жолоодох эсвэл зорчихдоо	75.4	70.1	80.7

суудлын даруулга огт хэрэглээгүй хүн амын эзлэх хувь	(72.1-78.5)	(66.1-73.8)	(77.1-84.3)
Сүүлийн 30 хоногт архи, согтууруулах ундаа хэрэглэсэн жолоочийн тээврийн хэрэгсэлд суусан хүн амын эзлэх хувь	5.5 (4.2-7.1)	7.6 (5.8-9.8)	3.4 (2.3-5.0)
Моторцикл, дугуйгаар зорчих эсвэл жолоодохдоо хамгаалалтын дуулга хэрэглэдэггүй хүн амын эзлэх хувь	86.3 (79.0-91.4)	82.4 (72.2-89.3)	92.3 (87.9-95.2)
Шатлал 1. Хүчирхийлэл			
Хүчирхийллийн улмаас хүндээр гэмтэж, эмнэлгийн тусламж авсан хүн амын эзлэх хувь	6.0 (4.5-8.2)	6.5 (3.7-11.1)	5.8 (3.9-8.6)
Хүүхэд насандаа бие махбодын хүчирхийлэлд өртсөн хүн амын эзлэх хувь	48.2 (45.0-51.4)	55.8 (52.0-59.6)	40.7 (37.4-44.1)
Хэн нэгэн хүний уур бухимдал, заналхийллийн улмаас өөрийн аюулгүй байдалдаа сэтгэл зовниж байсан хүн амын эзлэх хувь	20.2 (17.9-22.7)	14.7 (12.3-17.6)	25.6 (22.6-28.8)

АМНЫ ХӨНДИЙН ЭРҮҮЛ МЭНД

Монгол Улсын 15-64 насны хүн амын дунд (95% ИХ)	Бүгд (N=6013)	Эрэгтэй (N=2719)	Эмэгтэй (N=3294)
Шүдэлбэр буюу хиймэл шүд хэрэглэдэг хүн амын эзлэх хувь	29.9 (27.5-32.4)	26.2 (23.7-28.9)	33.6 (30.6-36.7)
Сүүлийн 12 сард, шүдний эмчид үзүүлсэн хүн амын эзлэх хувь	40.5 (37.9-43.1)	46.5 (42.6-50.4)	34.5 (31.3-37.6)
Хоногт 2-оос доошгүй удаа шүдээ угаадаг хүн амын эзлэх хувь	56.6 (53.5-59.7)	43.8 (39.4-48.1)	69.2 (66.6-71.9)

СУДАЛГААНЫ ҮР ДҮНГИЙН ХУРААНГУЙ

(хүн амын байршлаар)

Монгол Улсын 15-64 насны хүн амын дунд (95% ИХ)	Хот (N=2993)	Хөдөө (N=3020)
Шатлал 1. Тамхины хэрэглээ		
Тамхи татдаг хүн амын эзлэх хувь	29.0	25.4

	(25.9-32.4)	(23.2-27.7)
Өдөр бүр тамхи татдаг хүн амын эзлэх хувь	26.5 (23.5-29.8)	23.3 (21.2-25.7)
<i>Өдөр бүр тахи татдаг хүмүүсийн дунд:</i>		
Тамхи татаж эхэлсэн дундаж нас (жилээр)	19.8 (19.1-20.4)	19.7 (18.8-20.6)
Тамхи татсан дундаж хугацаа (жилээр)	19.2 (18.1-20.4)	21.9 (20.6-23.1)
Монгол Улсын 15-64 насны хүн амын дунд (95% ИХ)	Хот (N=2993)	Хөдөө (N=3020)
Үйлдвэрийн тамхи өдөр бүр хэрэглэдэг хүн амын эзлэх хувь	99.8 (99.1-100.0)	90.6 (81.7-95.4)
Өдөрт татдаг үйлдвэрийн тамхины дундаж тоо	10.0 (9.1-10.9)	9.9 (8.6-11.3)
Сүүлийн 1 сард дам тамхидалтад өртсөн хүн амын эзлэх хувь	32.7 (29.4-36.1)	19.0 (15.3-23.2)
Шатлал 1. Архины хэрэглээ		
Сүүлийн 12 сард архи, согтууруулах ундаа хэрэглэсэн хүн амын эзлэх хувь	67.8 (61.1-73.9)	61.7 (56.8-66.3)
Сүүлийн 12 сард 7 хоногийн 5-6 өдөрт архи, согтууруулах ундааг хэрэглэсэн хүн амын эзлэх хувь	0.2 (0.1-0.9)	0.4 (0.1-1.7)
Сүүлийн 12 сард архи, согтууруулах ундааг сард 1-ээс цөөн удаа хэрэглэсэн хүн амын эзлэх хувь	60.4 (54.8-65.7)	55.7 (50.9-60.4)
Сүүлийн 1 сард архи, согтууруулах ундаа хэрэглэсэн хүн амын эзлэх хувь	40.0 (36.5-43.6)	33.1 (29.0-37.4)
Сүүлийн 1 сард архи, согтууруулах ундаа хэрэглэсэн дундаж тоо (давтамж)	4.5 (3.4-5.6)	2.7 (1.9-3.5)
– Сүүлийн 1 сард, нэг удаад хэрэглэсэн архи, согтууруулах ундааны стандарт уултын дундаж хэмжээ	8.5 (8.0-9.1)	9.4 (8.3-10.6)
– Сүүлийн 1 сард, нэг удаад ≥ 6 стандарт уулт хэмжээгээр архи, согтууруулах ундаа хэрэглэсэн хүн амын эзлэх хувь	25.2 (22.8-27.8)	22.0 (18.6-25.7)
Шатлал 1. Жимс, ногооны хэрэглээ (Ердийн 7 хоногт)		
Жимс хэрэглэсэн өдрийн дундаж тоо	1.4 (1.1-1.6)	0.9 (0.7-1.0)

Хоногт хэрэглэсэн жимсний дундаж хэмжээ, нэгжээр	0.6 (0.4-0.7)	0.3 (0.2-0.4)
Ногоо хэрэглэсэн өдрийн дундаж тоо	5.4 (5.2-5.6)	3.8 (3.3-4.3)
Хоногт хэрэглэсэн ногооны дундаж хэмжээ, нэгжээр	1.2 (1.1-1.4)	0.9 (0.7-1.0)
Хоногт хэрэглэсэн жимс, ногооны дундаж хэмжээ, нэгжээр	1.8 (1.5-2.0)	1.2 (1.0-1.4)
Хоногт дунджаар 5 нэгжээс бага жимс, ногоо хэрэглэсэн хүн амын эзлэх хувь	94.3 (92.0-96.1)	98.1 (96.9-98.9)
Шатлал 1. Хөдөлгөөний идэвх		
Хөдөлгөөний хомсдолтой хүн амын эзлэх хувь (7 хоногт <600 MET минут)	30.9 (24.5-38.0)	14.7 (10.4-20.4)
Эрүүл мэндэд тустай идэвхтэй хөдөлгөөний талаарх ДЭМБ-ын зөвлөмжийг биелүүлээгүй хүн амын эзлэх хувь ⁴	25.8 (20.6-31.8)	11.7 (7.6-17.6)
Хоногт идэвхтэй хөдөлгөөн хийхэд зарцуулдаг дундаж голч хугацаа	57.1 (20.0-171.4)	177.1 (60.0-385.7)
Монгол Улсын 15-64 насны хүн амын дунд (95% ИХ)	Хот (N=2993)	Хөдөө (N=3020)
Биеийн хүч их шаардсан өндөр эрчимтэй хөдөлгөөн хийдэггүй хүн амын эзлэх хувь	74.7 (70.5-78.5)	59.6 (54.9-64.0)
Шатлал 2. Бие махбодын хэмжилт		
Биеийн жингийн индекс (БЖИ)-ийн дундаж хэмжээ (кг/м ²)	25.9 (25.7-26.2)	26.0 (25.6-26.3)
Илүүдэл жинтэй хүн амын эзлэх хувь (БЖИ ≥ 25 кг/м ²)	54.7 (51.8-57.6)	54.2 (51.0-57.4)
Таргалалттай хүн амын эзлэх хувь (БЖИ ≥ 30 кг/м ²)	19.6 (17.6-21.8)	19.7 (17.2-22.5)
Төвийн таргалалттай (бүсэлхий тойрогын хэмжээ: эр≥90 см, эм≥80 см) хүн амын эзлэх хувь	56.8 (52.5-61.1)	56.8 (53.2-60.3)
Систолын артерийн даралтын дундаж хэмжээ ⁵ (мм МУБ)	126 (124.7-127.2)	127.9 (126.3-129.4)

⁴ ДЭМБ-аас 7 хоногт биеийн хүч дунд зэрэг шаардсан хөдөлгөөнийг 150 минут, эсвэл биеийн хүч их шаардсан өндөр эрчимтэй хөдөлгөөнийг 75 минутаас багагүй хугацаагаар хийхийг зөвлөдөг. Уг үзүүлэлт нь энэхүү зөвлөмжийг биелүүлэхгүй байгаа хүмүүсийн эзлэх хувь юм.

⁵ Артерийн даралт бууруулах эм хэрэглэж байгаа хүмүүсийг оролцуулан тооцсон.

Диастолын артерийн даралтын дундаж хэмжээ ³ (мм МУБ)	79.5 (78.7-80.3)	80.2 (79.5-81.0)
Артерийн даралт ихсэлттэй хүн амын эзлэх хувь (САД \geq 140 ба/эсвэл ДАД \geq 90 мм МУБ болон даралт бууруулах эм хэрэглэж байгаа)	26.7 (24.2-29.4)	28.1 (25.5-30.9)
Систолийн артерийн даралт нь \geq 160 ба/эсвэл диастолын артерийн даралт нь \geq 90 мм МУБ ба/эсвэл даралт бууруулах эм хэрэглэж байгаа хүн амын эзлэх хувь	13.4 (11.4-15.7)	13.8 (11.8-16.1)
Артерийн даралт ихэссэн (САД \geq 140 ба/эсвэл ДАД \geq 90 мм МУБ), даралт бууруулах эм хэрэглээгүй хүн амын эзлэх хувь	71.7 (64.9-77.6)	72.0 (64.3-78.6)
Шатлал 3. Биохимийн шинжилгээ (25-64 насны хүн амын дунд, 95%ИХ)		
Өлөн үеийн цусан дахь глюкозын дундаж хэмжээ ⁶ (ммол/л)	5.0 (4.8-5.2)	4.9 (4.8-5.1)
Цусан дахь глюкозын хэмжээ ихсэх эрсдэлтэй хүн амын эзлэх хувь (захын цусан дахь глюкозын хэмжээ 5.6-6.0 ммол/л)	8.4 (5.2-13.2)	8.3 (5.2-12.9)
Цусан дахь глюкозын хэмжээ ихэссэн (захын цусан дахь глюкозын хэмжээ \geq 6.1 ммол/л) болон глюкоз бууруулах эм хэрэглэж буй хүн амын эзлэх хувь	7.5 (4.7-11.7)	6.4 (2.7-14.4)
Цусан дахь холестерин дундаж хэмжээ (ммол/л)	5.1 (5.0-5.3)	5.1 (5.0-5.3)
Цусан дахь холестерин хэмжээ ихэссэн (захын цусан дахь холестерин хэмжээ \geq 5.0 ммол/л) ба/эсвэл холестерин бууруулах эм хэрэглэж байгаа хүн амын эзлэх хувь	62.1 (52.0-71.2)	61.7 (54.1-68.7)
Цусан дахь холестерин хэмжээ ихэссэн (захын цусан дахь холестерин хэмжээ \geq 6.2 ммол/л) эсвэл холестерин бууруулах эм хэрэглэж байгаа хүн амын эзлэх хувь	6.4 (3.5-11.6)	5.7 (3.8-8.5)
Цусан дахь триглицеридын дундаж хэмжээ (ммол/л)	1.4 (1.3-1.5)	1.3 (1.2-1.4)
Цусан дахь триглицеридын хэмжээ ихэссэн (триглицеридын хэмжээ \geq 1.7 ммол/л) хүн амын эзлэх хувь	22.8 (17.0-30.0)	17.1 (13.5-21.5)
Цусан дахь БНЛ-ны дундаж хэмжээ (ммол/л)	2.9 (2.9-2.9)	2.9 (2.8-2.9)
Цусан дахь БНЛ-ны хэмжээ ихэссэн (цусан дахь БНЛ-ны хэмжээ \geq 3.0 ммол/л) хүн амын эзлэх хувь	42.5 (38.5-46.5)	42.6 (38.3-46.9)
Монгол Улсын 15-64 насны хүн амын дунд (95% ИХ)	Хот	Хөдөө

⁶ Глюкоз бууруулах эм хэрэглэж байгаа хүмүүсийг оролцуулан тооцсон.

	(N=2993)	(N=3020)
Цусан дахь ИНЛ-ны дундаж хэмжээ (ммол/л)	1.3 (1.3-1.4)	1.3 (1.3-1.4)
Нийтлэг эрсдэлт хүчин зүйлсийн тархалт (15-64 насны хүн амын дунд, 95%ИХ):		
<ul style="list-style-type: none"> • Өдөр бүр тамхи татдаг • Өдөрт 5 нэгжээс бага хэмжээгээр жимс, ногоо хэрэглэдэг • Хөдөлгөөний хомсдолтой 	<ul style="list-style-type: none"> • Илүүдэл жинтэй (БЖИ ≥ 25 кг/м²) • Артерийн даралт ихсэлттэй (САД ≥ 140 ба/эсвэл ДАД ≥ 90 мм МУБ ба/эсвэл даралт бууруулах эм хэрэглэж байгаа) 	
Нийтлэг эрсдэлт хүчин зүйл огт илрээгүй хүн амын эзлэх хувь	1.7 (0.9-2.9)	0.4 (0.2-0.8)
Нийтлэг эрсдэлт хүчин зүйлсээс 3-5 эрсдэл хавсран илэрсэн хүн амын эзлэх хувь	39.9 (36.3-43.5)	34.2 (31.6-37.0)

ОСОЛ ГЭМТЭЛ БА ХҮЧИРХИЙЛЭЛ

Монгол Улсын 15-64 насны хүн амын дунд (95% ИХ)	Хот (N=2993)	Хөдөө (N=3020)
Шатлал 1. Осол гэмтэл		
Сүүлийн 12 сарын хугацаанд ЗТО-д орсон хүн амын эзлэх хувь	3.7 (2.5-5.3)	3.1 (2.2-4.3)
Сүүлийн 12 сарын хугацаанд ЗТО-ын бус шалтгаанаар хүнд гэмтэж, эмнэлгийн тусламж авсан хүн амын эзлэх хувь	8.8 (7.6-10.2)	5.2 (4.2-6.5)
Тээврийн хэрэгсэл жолоодох эсвэл зорчихдоо суудлын даруулга огт хэрэглээгүй хүн амын эзлэх хувь	71.2 (66.7-75.3)	79.7 (73.9-84.4)
Сүүлийн 30 хоногт архи, согтууруулах ундаа хэрэглэсэн жолоочийн тээврийн хэрэгсэлд суусан хүн амын эзлэх хувь	4.1 (3.2-5.2)	6.7 (4.6-9.7)
Моторцикл, дугуйгаар зорчих эсвэл жолоодохдоо хамгаалалтын дуулга хэрэглэдэггүй хүн амын эзлэх хувь	92.0 (88.2-94.7)	85.3 (76.6-91.2)
Шатлал 2. Хүчирхийлэл		
Хүчирхийллийн улмаас хүндээр гэмтэж, эмнэлгийн тусламж авсан хүн амын эзлэх хувь	6.2 (4.0-9.5)	5.9 (3.9-8.8)
Хүүхэд насандаа бие махбодын хүчирхийлэлд өртсөн хүн амын эзлэх хувь	46.8 (42.3-51.4)	49.4 (44.9-53.9)
Хэн нэгэн хүний уур бухимдал, заналхийллийн улмаас аюулгүй байдалдаа сэтгэл зовниж байсан хүн амын эзлэх хувь	23.2 (19.8-26.9)	17.9 (15.2-20.3)

АМНЫ ХӨНДИЙН ЭРҮҮЛ МЭНД

Монгол Улсын 15-64 насны хүн амын дунд (95% ИХ)	Хот (N=2993)	Хөдөө (N=3020)
Шүдэлбэр буюу хиймэл шүд хэрэглэдэг хүн амын эзлэх хувь	33.6 (30.7-36.8)	26.6 (23.8-29.6)
Сүүлийн 12 сард шүдний эмчид үзүүлсэн хүн амын эзлэх хувь	44.3 (40.9-47.8)	37.2 (33.5-41.0)
Хоногт 2-оос доошгүй удаа шүдээ угаадаг хүн амын эзлэх хувь	58.9 (55.2-62.6)	54.5 (49.8-59.1)