



ZDROWIE POLAKÓW

TENDENCJE W CZASIE A ROZWÓJ RYNKU OTC

Agnieszka Jędrzejowska
Joanna Dworak

STAN ZDROWIA POLAKÓW

➔ Stan zdrowia Polaków jest raczej dobry.

➔ Większość deklaruje brak poważnych schorzeń wymagających stałej pomocy lekarskiej czy leczenia szpitalnego.

➔ Jednak mimo deklarowanego dobrego stanu zdrowia, większość Polaków zaobserwowała jego **pogorszenie w ciągu ostatnich kilku lat.**

➔ Częściej niż w przeszłości **odczuwane są takie dolegliwości**, jak:

- bóle głowy;
- schorzenia gastryczne – ból żołądka, zgaga, biegunki, zaparcia;
- bóle mięśni i stawów;
- bóle kręgosłupa.

„Stan zdrowia jest w miarę niezły, ale na pewno życzyłbym sobie lepszego. Pogarszają się te schorzenia kręgosłupa, człowiek nie dba o to zdrowie. Styl życia, ta ciągła bieżączka, pogoń za jakimś pieniądzem, żeby przeżyć – człowiek nie zwraca uwagi na zdrowie.”

[Mężczyzna, pracownik umysłowy]

PRZYCZYNY

- ➔ Szybkie tempo życia;
- ➔ Przeciążenie;
- ➔ Stres;
- ➔ Mała aktywność fizyczna;
- ➔ Nieodpowiedni sposób odżywiania

STAN ZDROWIA POLAKÓW

➔ Mimo, iż oceniamy swój stan zdrowia „raczej dobrze”...

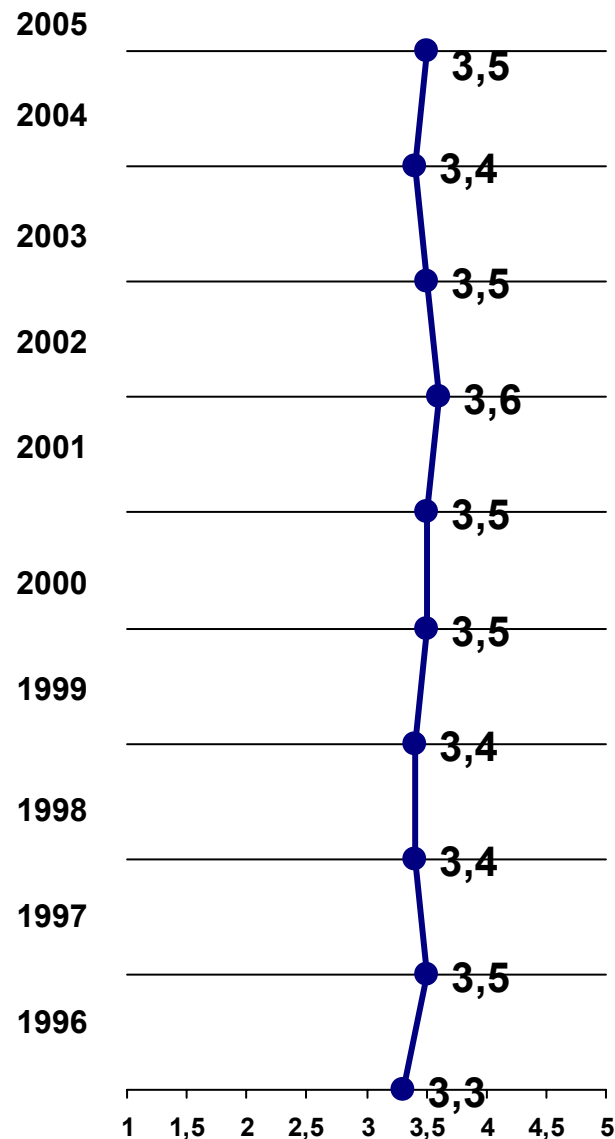
nie bylibyśmy sobą, gdybyśmy trochę nie ponarzekali...

➔ Kto najczęściej narzeka na swój stan zdrowia?

➔ **Kobiety** – częściej wskazują na „taki sobie” lub „zły” stan zdrowia.

➔ Mężczyźni znacznie częściej wskazują na „dobry” i „bardzo dobry” stan zdrowia.

➔ Im jesteśmy **młodszy**, tym częściej **deklarujemy dobre samopoczucie**. Wraz z wiekiem czujemy się coraz gorzej – spada średnia ocena stanu zdrowia.



BARDZO ZŁY

BARDZO DOBRY

W ciągu przeciętnego roku statystyczny Polak najczęściej narzeka na:



N = 10010

Co nas boli, na co narzekamy...

Kto najczęściej skarży się ...

Przeziębienia, katar, kaszel

79%

Podenerwowanie, nadpobudliwość,
złość

69%

Dotyczą nas wszystkich bez wyjątku.

W równym stopniu jesteśmy na nie podatni, bez względu na płeć czy wiek.

Nieco częściej kobiety wskazują na tę dolegliwość.

Wraz z wiekiem nabieramy coraz więcej dystansu do rzeczywistości, aczkolwiek po 60 roku życia stany nerwowości odczuwane są częściej niż wśród osób pomiędzy 50 – 59 rokiem życia.

Najmniej nerwowe lata dla nas to 2001 i 2002 rok - około 60% Polaków uległo stanom podenerwowania z różną częstotliwością. **Najbardziej nerwowe lata to: 1996 rok oraz 2004 rok** – około 75% odczuwało stan podenerwowania.

N = 10010

Co nas boli, na co narzekamy...

Kto najczęściej skarży się ...

Bóle głowy, migreny

64%

Zapalenie gardła, górnych dróg oddechowych

63%

Ogólne osłabienie

61%

N = 10010

Kobiety znacznie częściej cierpią na te przypadłość – tylko co czwarta nie odczuwa tej dolegliwości. Wraz z wiekiem wzrasta odsetek odczuwających bóle głowy, migreny. Od 2001 roku coraz więcej osób cierpi z powodu bólów głowy.

Kobiety nieco częściej deklarują odczuwanie tego typu dolegliwości. Podobnie jak w przypadku przeziębień dolegliwość ta dotyczy nas wszystkich bez względu na wiek. Pomiedzy 2001 – 2004 największy odsetek cierpiących na tę dolegliwość.

Głównie kobiety odczuwają stan ogólnego osłabienia. Wraz z wiekiem przybywa osób skarżących się z tego powodu. Od 2003 roku następuje wzrost odsetka osób deklarujących z różną częstotliwością stan ogólnego osłabienia.

Co nas boli, na co narzekamy...

Kto najczęściej skarży się ...

Bóle mięśni, stawów

61%

Kobiety - głównie w kategorii „bardzo często” i „czasami” odczuwa tego typu dolegliwość. Im jesteśmy starsi, tym częściej deklarujemy bóle mięśni i stawów. W roku 2004 największy odsetek deklaracji na te dolegliwość (68%).

Bóle kręgosłupa

56%

Kobiety – nieco częściej cierpią z powodu bólów kręgosłupa. Wraz z wiekiem wzrasta odsetek deklarujących tę dolegliwość. Od 2002 wzrasta odsetek cierpiących na bóle kręgosłupa.

Niestrawność, bóle żołądka

48%

W równym stopniu dotyczy kobiet i mężczyzn. **Od 2000 roku** następuje spadek wskazań w kategorii „rzadko” cierpię na tę dolegliwość, z jednoczesnym przesunięciem do kategorii „bardzo często” i „czasami”. Skłonność do odczuwania niestrawności wzrasta wraz z wiekiem.

N = 10010

Co nas boli, na co narzekamy...

Kto najczęściej skarży się ...

Bezsenna noc, zaburzenia snu

47%

Kobiety i osoby w starszym wieku. Im jesteśmy starsi tym częściej mamy problemy ze spokojnym snem. Najbardziej bezsenne lata to 2000 rok (51%), a także 2003 (52%).

Bóle zębów, dziąseł

46%

Mężczyźni nieco częściej, wraz z wiekiem mamy mniej problemów z bólem zębów i dziąseł. Najmniej osób narzekało w roku 2005 – 41% deklarowało tę dolegliwość.

Kłopoty z ciśnieniem

41%

Kobiety oraz osoby starsze – wraz z wiekiem coraz bardziej narzekamy na nieprawidłowe ciśnienie. Największy odsetek mających kłopoty z ciśnieniem – 1998 rok (47%).

N = 10010

Co nas boli, na co narzekamy...

Kto najczęściej skarży się ...

Palpitacje, kołatanie serca

36%

Kobiety i osoby w starszym wieku. Wraz z wiekiem wzrasta odsetek deklarujących problemy z sercem. W 2004 roku największy odsetek (39%) deklarował tę dolegliwość.

Stany lękowe, niepokój

35%

Kobiety i osoby starsze. Wraz z wiekiem stajemy się coraz bardziej bojaźliwi. **Od 2002 r wzrasta odsetek osób deklarujących tę dolegliwość.**

Podwyższony poziom cholesterolu

23%

Kobiety i osoby starsze - wraz z wiekiem następuje wzrost odsetka cierpiących na tę dolegliwość. W 2004 roku największy odsetek cierpiał na tę dolegliwość (26%).

N = 10010

Co nas boli, na co narzekamy...

Kto najczęściej skarży się ...

Nadwaga, otyłość

21%

Kobiety i osoby w starszym wieku.

Wraz z wiekiem wzrasta odsetek deklarujących problemy z utrzymaniem prawidłowej wagi. Od 2001 roku wzrasta odsetek deklarujących tę dolegliwość.

Podwyższony poziom
cukru we krwi

16%

Wraz z wiekiem coraz częściej deklarujemy nieprawidłowy wskaźnik poziomu cukru we krwi.

N = 10010

SPOSOBY RADZENIA SOBIE Z DOLEGLIWOŚCIAMI

- ➔ W przypadku 'dolegliwości dnia codziennego' Polacy z reguły leczą się sami.
- ➔ Wizyta u lekarza następuje zazwyczaj dopiero w przypadku zaostrzenia objawów chorobowych lub nieskuteczności samodzielnie podejmowanej terapii.

„Są osoby, które zażywają dużo leków, ale takie osoby wpadają w nałóg. U mnie nie ma tego. Ja w nagłym wypadku zawsze stosuję Amol, bo to jest po prostu ziół robione, to nie jest szkodliwe.”
[Kobieta, pracownik fizyczny]

Zwyczajowe zachowania przy złym samopoczuciu

Mężczyźni

Kobiety

Lekkie objawy chorobowe



- ➔ „Przeczekanie”, brak działań
- ➔ Odpoczynek, leżenie

Zaostrzenie objawów



➔ Zastosowanie preparatów OTC

➔ Metody naturalne – herbatki ziołowe, parafarmaceutyki, okłady

➔ Zastosowanie preparatów OTC



Silne objawy chorobowe



- ➔ Wizyta u lekarza
- ➔ Wprowadzenie Rx

SPOSOBY RADZENIA SOBIE Z DOLEGLIWOŚCIAMI

SPOSOBY TERAPII

Mężczyźni

Kobiety

Bóle głowy

- Brak działań
- Łagodne preparaty przeciwbólowe, np. Apap

- Metody naturalne – masaż skroni, nacieranie Amolem
- Preparaty przeciwbólowe, np. Apap, Nurofen, Ibuprom

Bóle mięśni i stawów

- Brak działań
- NLPZ, np. Fastum, Ben Gay, Voltaren

- Metody naturalne – zimne okłady, kąpiele solne
- Maści i żele rozgrzewające i przeciwzapalne
- Preparaty przeciwbólowe, np. Apap, Nurofen, Ibuprom

Bóle kręgosłupa

„Człowiek próbuje się leczyć samemu, chyba że już bardziej się choroba posunie, wtedy trzeba iść do lekarza. W przypadku rwy kulszowej od razu proszę o serię zastrzyków, nie lubię łykać tabletek.”
[Mężczyzna, pracownik fizyczny]

SPOSOBY RADZENIA SOBIE Z DOLEGLIWOŚCIAMI

„Jeśli się przeziębnię, to staram się sam podleczyć - kupuję najczęściej Fervex w saszetkach, witaminę C. Jeśli ta kuracja nie daje żadnego skutku, to wtedy decyduję się na lekarza.” [Mężczyzna, pracownik umysłowy]

SPOSOBY TERAPII

Mężczyźni

Kobiety

Przeziębienie

Złożone preparaty przeciwgrypowe, np. Fervex, Gripex

Metody naturalne – herbatki rozgrzewające, miód/ czosnek, płukanie gardła

Polopiryna, Aspiryna

Syropy, tabletki na ból gardła

Schorzenia gastryczne

Brak działań

Metody naturalne – herbatki ziołowe, preparaty ziołowe, nalewki

Preparaty OTC, np. Espumisan, Ranigast

Co zazwyczaj robimy, gdy czujemy się źle ...

N = 10010

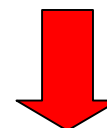
Trend w czasie

37%

Biorę lekarstwo
przepisane przez lekarza

Zarówno kobiety jak i mężczyźni.
Głównie osoby w starszym wieku.

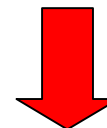
Im jesteśmy starsi, tym większa
skłonność do zażywania leków
przepisanych przez lekarza



22%

Biorę lekarstwo, które
jest od dawna w domu/
domowej apteczce

Zarówno kobiety jak i mężczyźni.
Im młodsi jesteśmy, tym chętniej
sięgamy po leki z domowej apteczki.



16%

Biorę lekarstwo
zakupione bez recepty

Zarówno kobiety jak i mężczyźni.
Od 2001 roku następuje wzrost
odsetka kobiet.
Im jesteśmy młodsi, tym większa
skłonność do stosowania leków
dostępnych bez recepty.



Co zazwyczaj robimy, gdy czujemy się źle ...

N = 10010

Trend w czasie

16%

Leczę się domowym sposobem (piję zioła, stosuję okłady itp.)

Zarówno kobiety jak i mężczyźni.
Głównie osoby w wieku **od 30 do 49 lat.**



9%

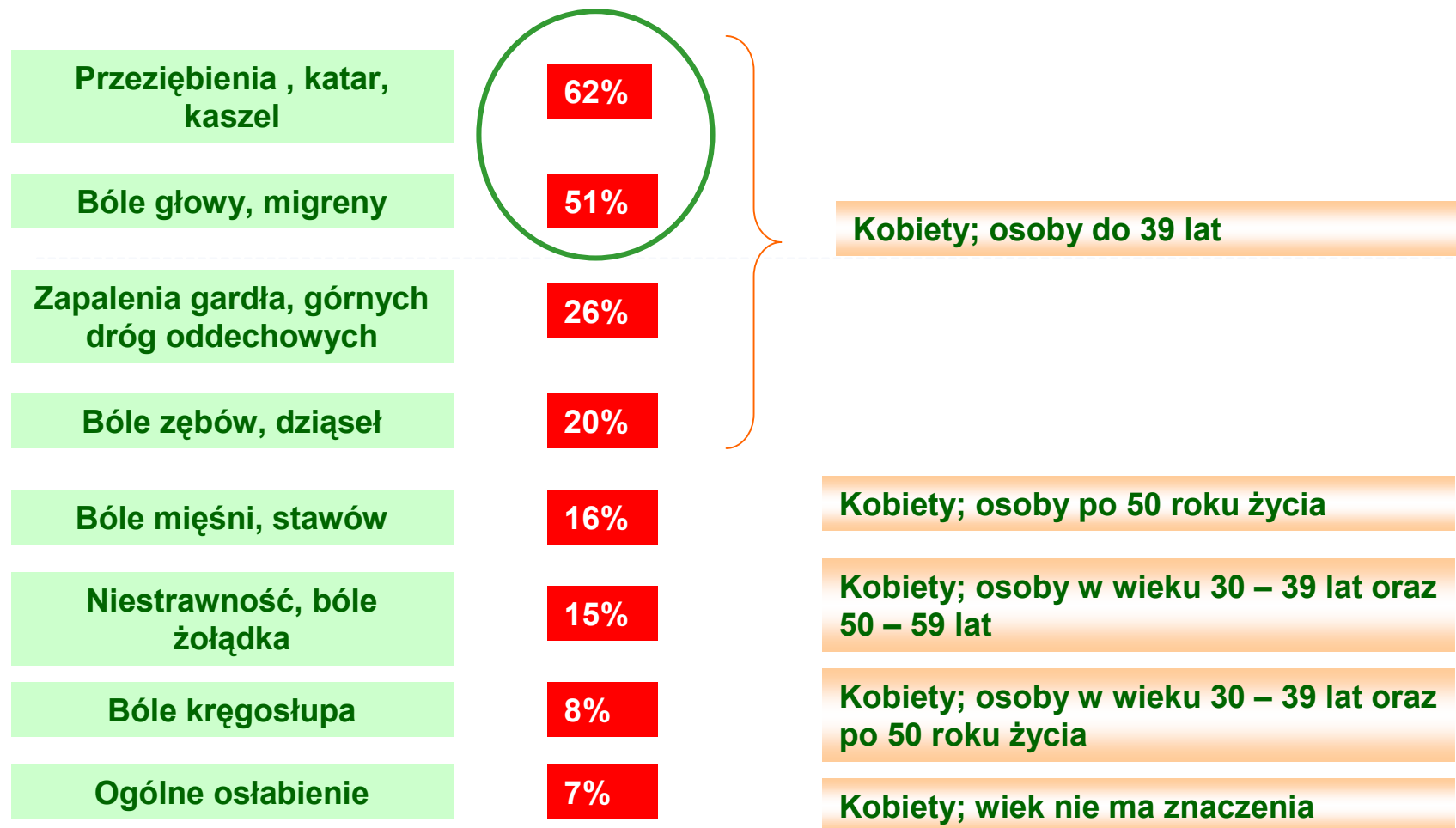
Nic nie robię - jestem przeciwnikiem stosowania leków

Nieco częściej mężczyźni.
Im jesteśmy **młodszy**, tym większa skłonność do nie brania leków.



Z powodu jakich dolegliwości najczęściej kupujemy leki dostępne bez recepty

N = 947



Co kupujemy najczęściej

Przeziębienia , katar,
kaszel [N = 589]

Gripex	26%	Rutinoscorbin	26%	Polopiryna	20%
Apap	13%	Aspiryna	11%	Fervex	8%
Scorbolamid	7%	Vit C, Coldrex, Ibuprom			6% każdy

Bóle głowy, migreny
[N = 482]

Apap	52%	Ibuprom	33%	Etopiryna	13%
Pyralgina	11%	Nurofen	8%	Panadol	4%

Zapalenie gardła, górnych
dróg oddechowych
[N = 247]

Cholinex	31%	Neoangin	16%	Chlorchinaldin	14%
Septolette	7%	Strepsils	6%	Gripex	4%

Bóle zębów, dziąseł
[N = 193]

Ibuprom	34%	Apap	33%	Pyralgina	10%
Nurofen	8%				

Co kupujemy najczęściej

Bóle mięśni, stawów
[N = 150]

Fastum 12% **Apap 11%** **Ibuprom 10%**
Voltaren 4%

**Niestrawność, bóle
żołądka**
[N = 146]

Krople żołądkowe 25% **Ranigast 17%** **Manti 9%**
Krople miętowe 7% **Rennie, No-spa 6% każdy**

Bóle kręgosłupa
[N = 74]

Naproxen 13% **Maść przeciwbólowa 10%**
Apap, Fastum 9% każdy

Ogólne osłabienie
[N = 64]

Preparaty witaminowe 25% **Rutinoscorbin 11%**
Ziola 8% **Tran 7%** **Centrum 6%**

ŚWIADOMOŚĆ ZDROWOTNA

- ❑ Z roku na rok **wzrasta świadomość i wiedza Polaków w zakresie schorzeń oraz profilaktyki zdrowotnej.**
- ❑ Wzrasta też świadomość dotycząca **znaczenia zdrowego stylu życia, aktywności fizycznej oraz odpowiednio zbilansowanej diety.**



- ❑ **Wiedza nie idzie jednak w parze z działaniem.**
- ❑ Większość Polaków przyznaje, że z powodu braku czasu i odpowiednich środków finansowych dba o stan zdrowia w mniejszym stopniu niż jest to konieczne.

„ Uważam, że powinno się bardziej zadbać o swoją kondycję, bo czasami brakuje sił, człowieka kręgosłup boli. Uważam, że to jest bardzo ważna sprawa, ale czas nie pozwala mi na to, żeby w rzeczywistości zadbać o to tak, jakbym chciał.” [Mężczyzna, pracownik umysłowy]



ŚWIADOMOŚĆ ZDROWOTNA

DBANIE O ZDROWIE

Poziom wykształcenia oraz poziom zamożności mają decydujący wpływ na zachowania prozdrowotne

Wyższe wykształcenie/ wyższe dochody

- ❑ Aktywność fizyczna – spacer, jazda na rowerze, basen;
- ❑ Zbilansowana dieta;
- ❑ Poszukiwanie informacji o zdrowiu poprzez prasę, Internet, fora dyskusyjne;
- ❑ Stosowanie preparatów witaminowych i wzmacniających odporność;
- ❑ Wykonywanie badań okresowych.

„ Co jakiś czas staram się iść do lekarza i poprosić go o skierowanie na jakieś podstawowe badania . Robię to sam, z własnej inicjatywy, w ten sposób staram się dbać o zdrowie. Wiadomo, że człowiek jest coraz starszy i coraz więcej rzeczy mu dolega.”

[Mężczyzna, pracownik umysłowy]

Niższe wykształcenie/ niższe dochody

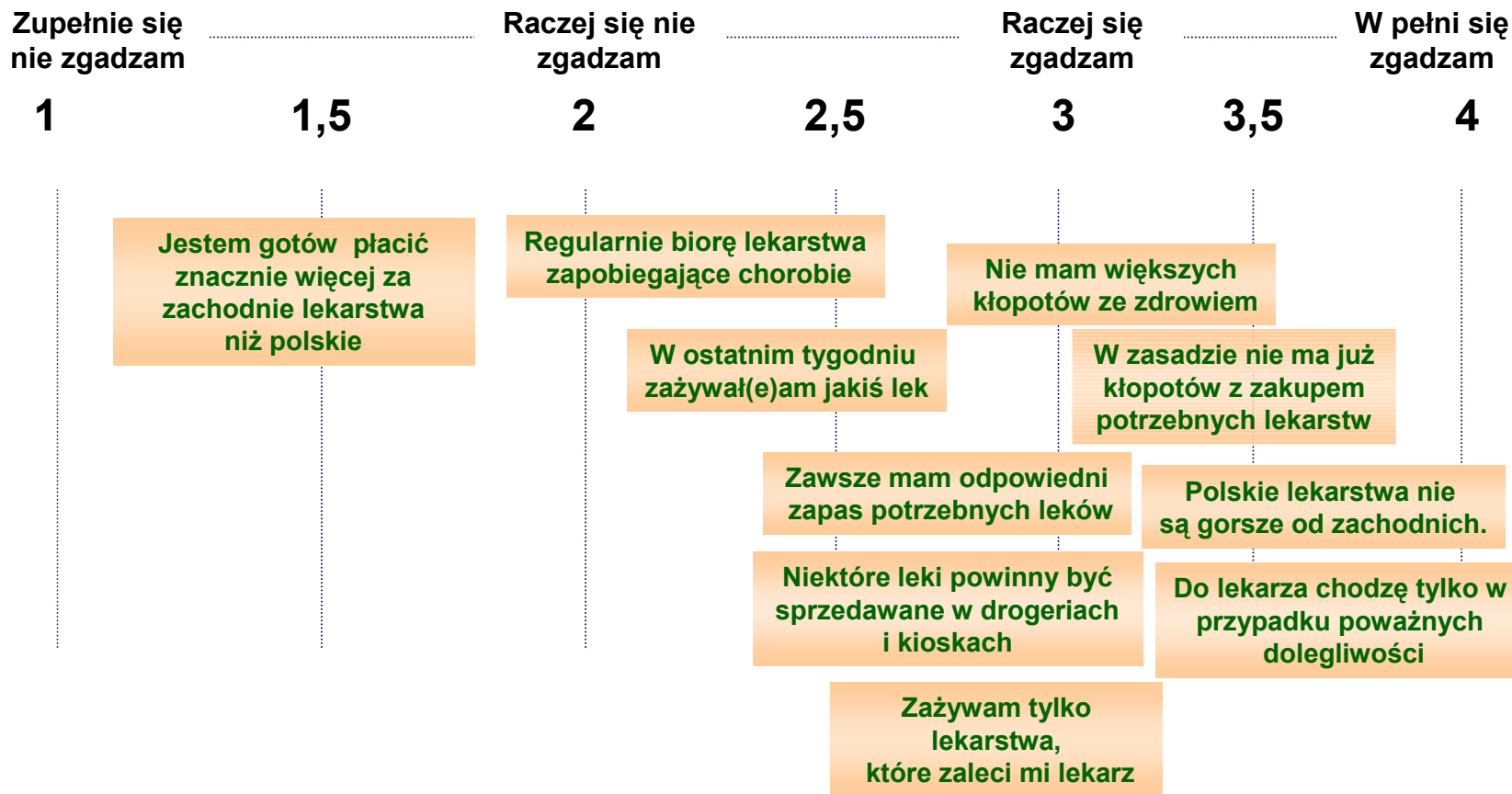
- ❑ Umiarkowana aktywność fizyczna na świeżym powietrzu – spacer, działka.

„ Dla siebie nie mam dużo tego czasu. Chciałabym mieć więcej czasu na spacer, odpoczynek. Dobrze dla zdrowia byłoby więcej powietrzem pooddychać, mieć więcej tlenu w organizmie.”

[Kobieta, pracownik fizyczny]



Jakie są nasze opinie na temat zdrowia i przyjmowania leków



MIEJSCE ZAKUPU PREPARATÓW OTC



APTEKA

To wciąż główne miejsce zakupu preparatów OTC.



□ Apteka:

- wywołuje **jednoznaczne asocjacje z miejscem zakupu leków**;
- miejsce **godne zaufania**:
 - **kompetentny farmaceuta** służący fachową poradą;
 - **zaufany farmaceuta** – zna rodzinę i jej potrzeby;
- **szeroki asortyment** preparatów;
- **właściwy sposób przechowywania leków**.

„Większe zaufanie mam do aptek, są tam ludzie, którzy skończyli studia, są farmaceutami, można się ich dopytać, poradzić. Uważam, że to apteki są od tego, żeby leki sprzedawać.”

[Kobieta, pracownik umysłowy]

MIEJSCE ZAKUPU PREPARATÓW OTC



SKLEP

Miejsce wybierane stosunkowo rzadziej.

Głównie przez osoby młodsze, dysponujące mniejszą ilością wolnego czasu oraz ceniące wygodę.

- O wyborze sklepu jako miejsca zakupu preparatów OTC decydują:
 - bliskie położenie;
 - dłuższe godziny otwarcia;
 - brak kolejek;
 - możliwość zakupu preparatów przy okazji zakupu innych produktów „do domu”;
 - oszczędność czasu.

Rozwój rynku OTC

Przekonanie, że leki są łatwo dostępne

A do lekarza chodzimy tylko w przypadku poważnych dolegliwości

Wzrostowa tendencja zakupu leków dostępnych bez recepty oraz samodzielnego leczenia domowymi sposobami

Wysoki odsetek wskazań leków na przeziębienie, różnego rodzaju bóle, nadpobudliwość, ogólne osłabienie

Wzrostowa tendencja odczuwania dolegliwości takich jak: zapalenie gardła, bóle kręgosłupa, niestrawność i bóle żołądka, bezsenność i zaburzenia snu, stany lękowe i niepokój, nadwaga i otyłość, podwyższony poziom cholesterolu

**Wzmocnienie pozycji i dalszy rozwój kategorii:
przeciwbólowej, przeciwprzeziębieniowej, wzmacniającej odporność
oraz przeciwdepresyjnej i uspokajającej, wspomagającej odchudzanie,
regulującej poziom cholesterolu**

- to główne kierunki rozwoju rynku OTC