



# International Microbiota Observatory

Międzynarodowa ankieta  
dot. mikrobioty

## Wyniki badań według kraju

Brazylia

Chiny

Meksyk



**– Portugalia**

Hiszpania

USA





Francja

A large, semi-transparent rectangular area on the left side of the slide contains a grayscale microscopic image of various bacterial shapes, including rods and cocci, some with flagella.

# Metody

## Metody

To międzynarodowe badanie zostało przeprowadzone w trybie online w **7 krajach** od 21 marca do 7 kwietnia 2023 r. Przeprowadzono ankietę wśród **6500 osób** w 7 krajach, wśród reprezentatywnych prób populacji w wieku 18 lat i więcej w każdym kraju:

-  Stany Zjednoczone Ameryki (n=1000)
-  Brazylia (n=1000)
-  Meksyk (n=1000)
-  Francja (n=1000)
-  Portugalia (n=500)
-  Hiszpania (n=1000)
-  Chiny (n=1000)

Zautomatyzowany wybór z panelu Ipsos zapewnił reprezentatywne próby w każdym kraju (płeć, wiek, status zatrudnienia i region kraju) na podstawie metody kwotowej.

## Uwagi



WSZYSTKIE  
KRAJE  
(n=6500)


= Średnia odpowiedzi dla wszystkich 7 krajów.

Obliczono istotne różnice względem wszystkich krajów



= Skupienie się na szczegółowych wynikach według różnych kryteriów, takich jak płeć lub wiek.

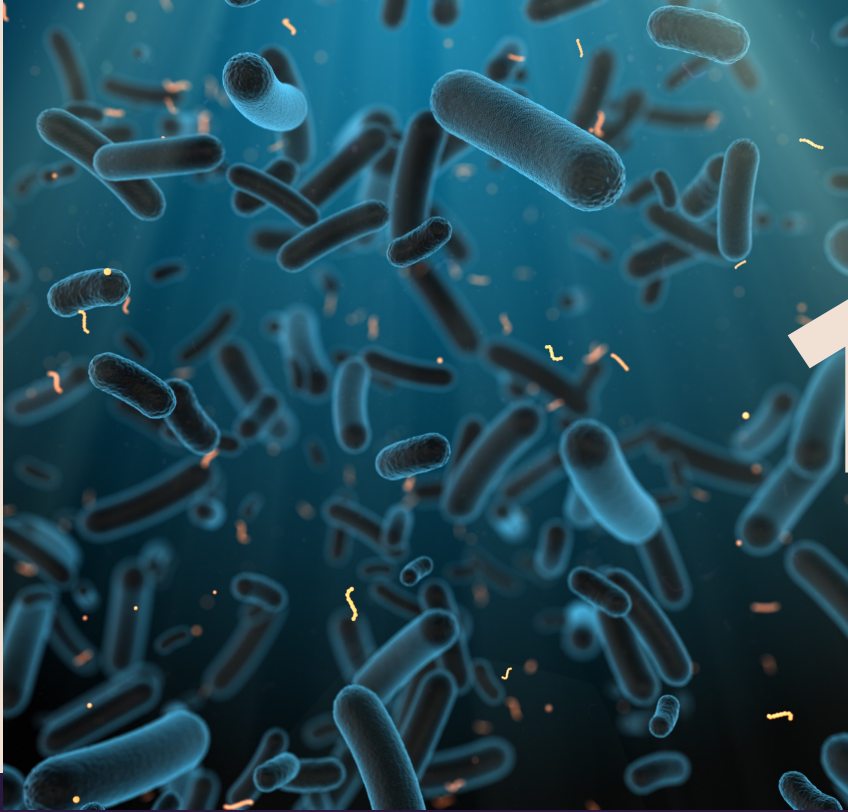
 Znaczące różnice w porównaniu ze średnią dla kraju – lepiej

 Znaczące różnice w porównaniu ze średnią dla kraju – gorzej

= Oznaczenia te pokazują wyniki, które różnią się statystycznie od (są powyżej lub poniżej) Średniej dla wszystkich respondentów.



Wszystkie wyniki przedstawiono w %.

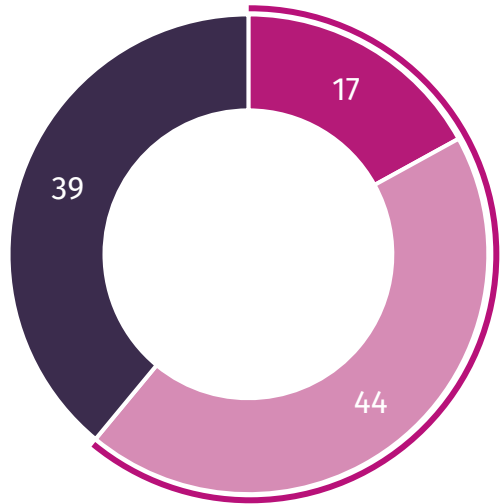


**Kwestia „słów”: bardzo słabe zrozumienie terminów używanych w rozmowach o mikrobiocie.**



# Co najmniej 6 na 10 osób słyszało już o mikrobiomie, mniej niż 2/10 wie, co to dokładnie jest.

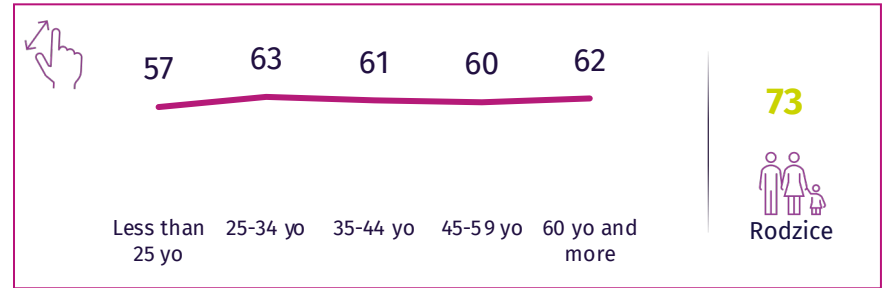
Pytanie 2. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o „mikrobiomie”?  
Podstawa: Wszyscy respondenci



- Tak, i wiem dokładnie, co to jest
- Tak, ale nie wiem dokładnie, co to jest
- Nie, nigdy o tym nie słyszałem(-am)

**61%** słyszało o terminie mikrobiom

WSZYSTKIE  
KRAJE  
**64%**



- Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – nadrzędne
- Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – drugorzędne

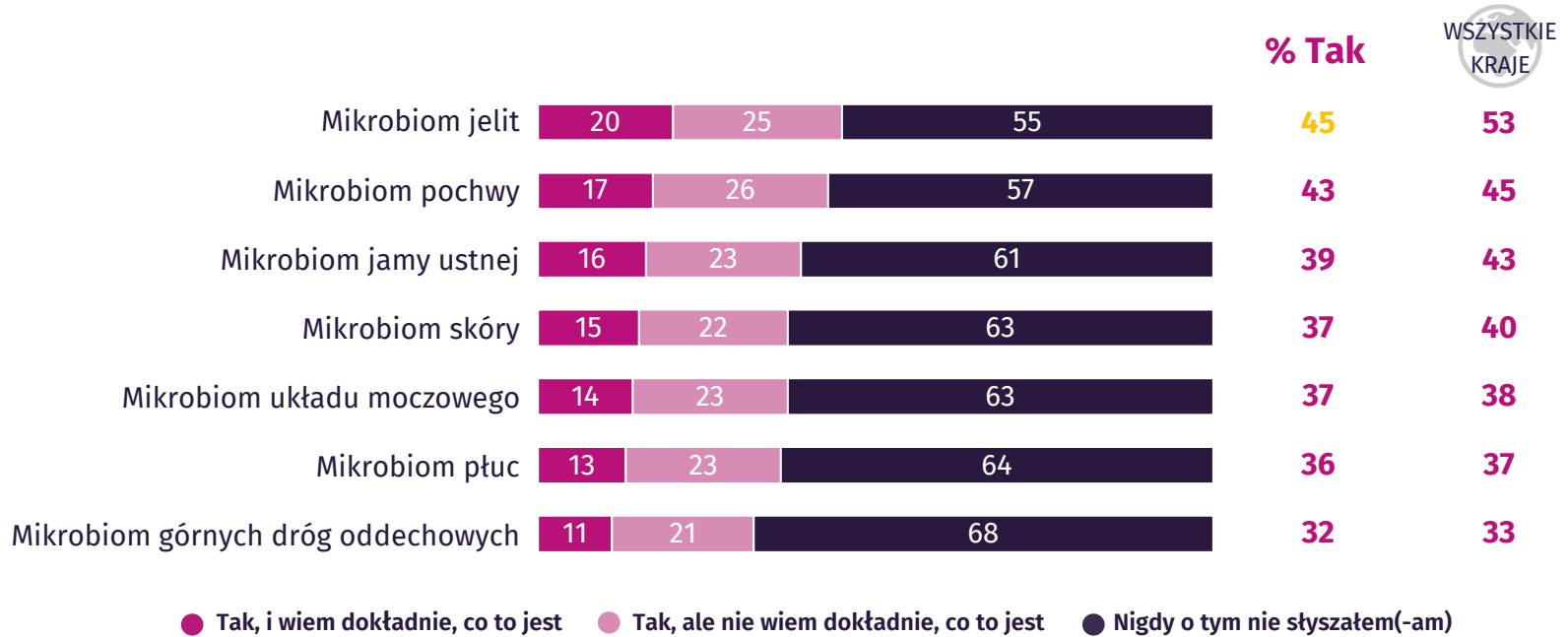




# Niewiele osób wie dokładnie o istnieniu różnych rodzajów mikrobiomu. W przeciwieństwie do innych krajów mniej niż połowa Portugalczyków wie o mikrobiomie jelitowym.



Pytanie 3. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o następujących terminach?  
Podstawa: Wszyscy respondenci



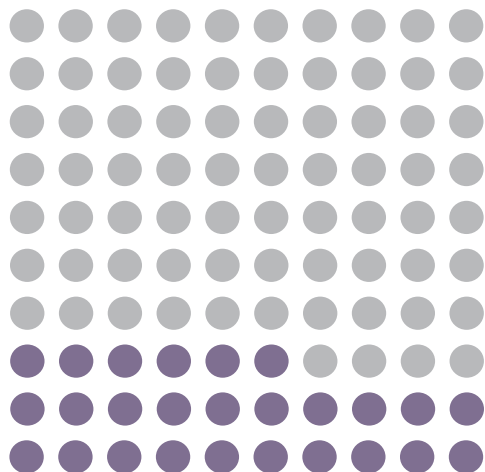




# Wiedza na temat różnorodności mikrobiomu jest podobna we wszystkich grupach wiekowych.



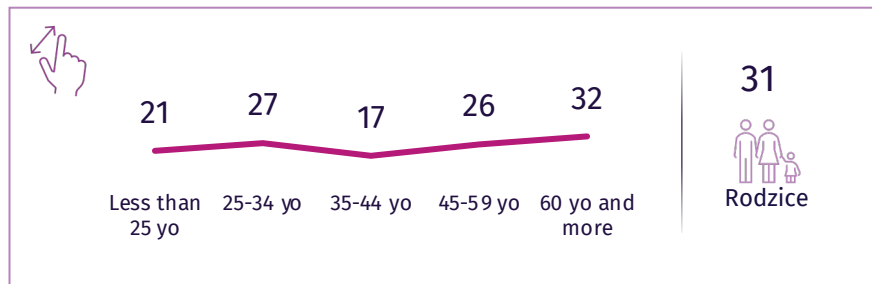
Pytanie 3. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o następujących terminach?  
Podstawa: Wszyscy respondenci



**26%** słyszało o każdym rodzaju mikrobiomu:  
mikrobiom jelit, pochwy, skóry, płuc, układu moczowego,  
jamy ustnej i górnych dróg oddechowych

WSZYSTKIE  
KRAJE

**26%**



Ale tylko **7%** zna dokładnie wszystkie rodzaje

WSZYSTKIE  
KRAJE

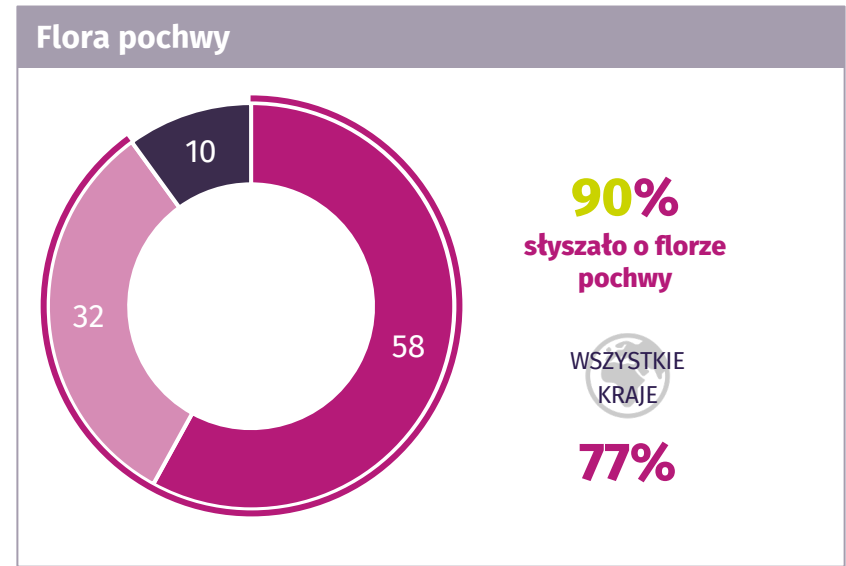
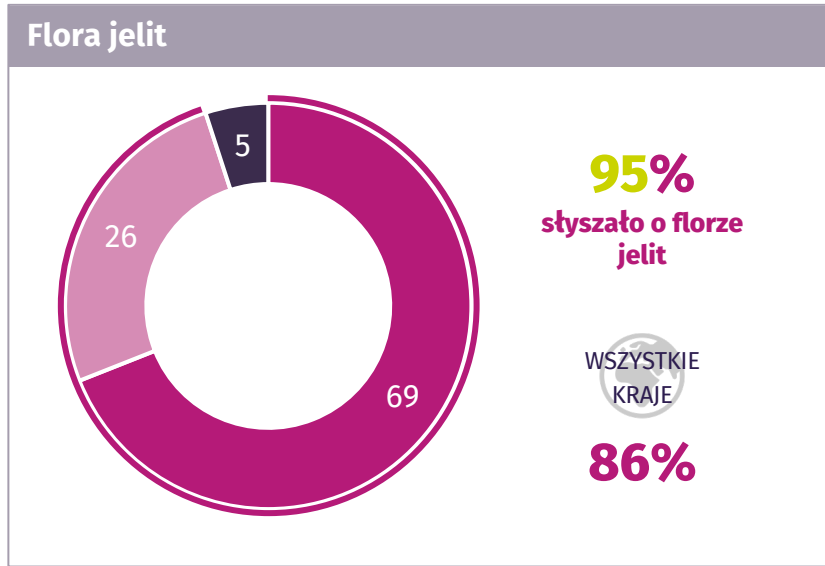
**5%**



# Portugalczyki wydają się być bardziej świadomi terminu „flora” niż „mikrobiom”, a poziom tej wiedzy jest wyższy niż w innych krajach.



Pytanie 2bis. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o tych terminach?  
Podstawa: Wszyscy respondenci



● Tak, i wiem dokładnie, co to jest    
 ● Tak, ale nie wiem dokładnie, co to jest    
 ● Nie, nigdy o tym nie słyszałem(-am)

● Znaczące różnice w porównaniu ze wszystkimi krajami – lepiej    
 ● Znaczące różnice w porównaniu ze wszystkimi krajami – gorzej

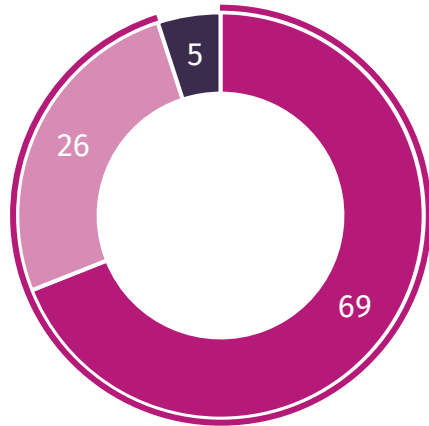


# Mężczyźni i osoby do 34. roku życia mają mniej dokładną wiedzę o florze jelitowej, ale termin ten pozostaje znany większości osób w niemal wszystkich grupach wiekowych.



Pytanie 2bis. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o tych terminach?  
Podstawa: Wszyscy respondenci

## Flora jelit

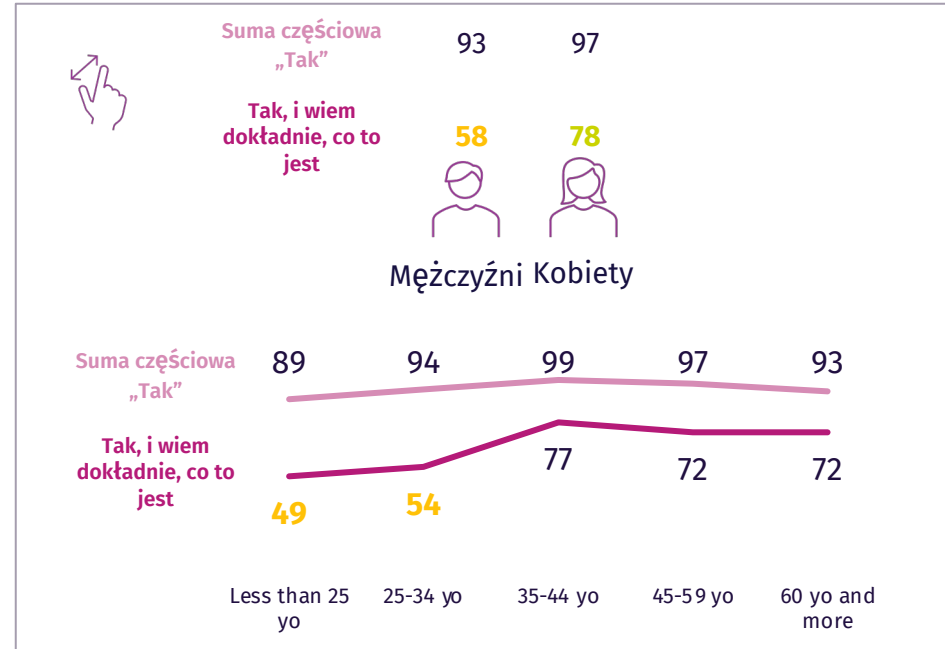


**95%**  
słyszało o florze jelit

WSZYSTKIE  
KRAJE

**86%**

- Tak, i wiem dokładnie, co to jest
- Tak, ale nie wiem dokładnie, co to jest
- Nie, nigdy o tym nie słyszałem(-am)



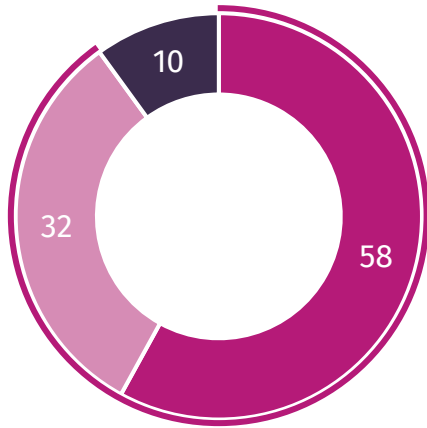


# Kobiety są również bardziej Świadome flory pochwy.



Pytanie 2bis. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o tych terminach?  
Podstawa: Wszyscy respondenci

## Flora pochwy

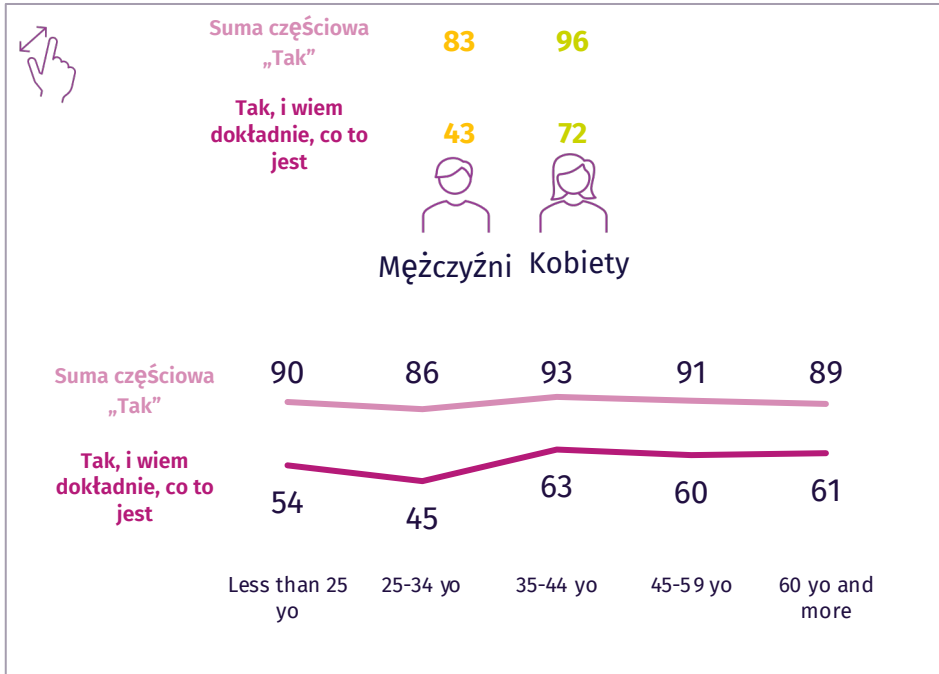


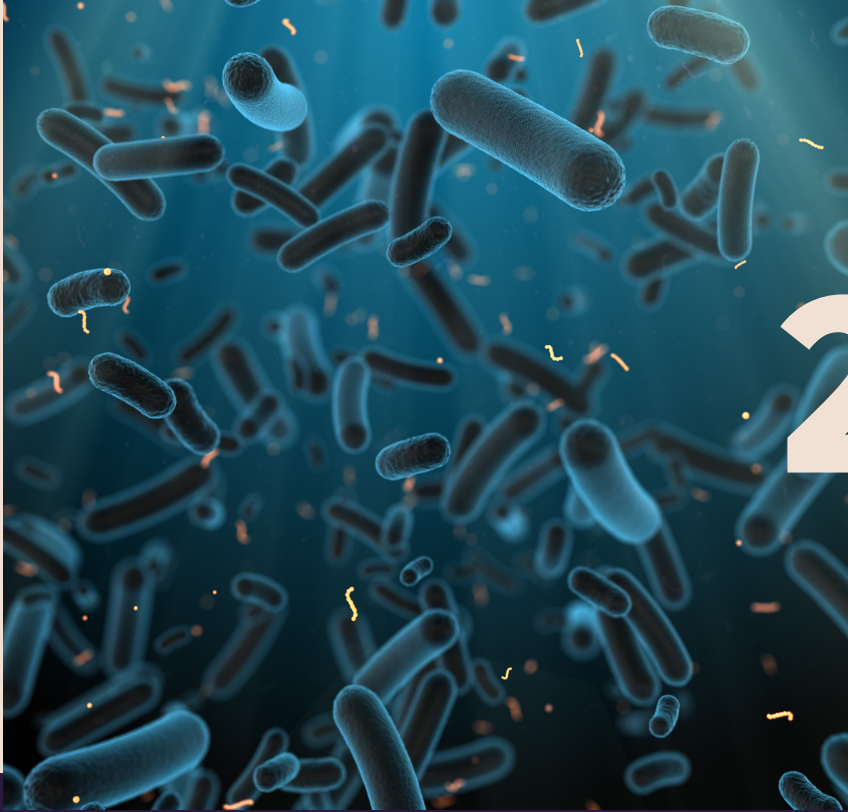
**90%**  
słyszało o florze  
pochwy

WSZYSTKIE  
KRAJE

**77%**

- Tak, i wiem dokładnie, co to jest
- Tak, ale nie wiem dokładnie, co to jest
- Nie, nigdy o tym nie słyszałem(-am)





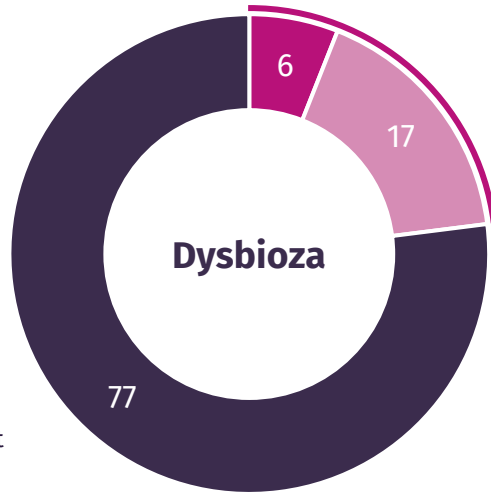
**Chociaż wiedza na temat przyczyn i konsekwencji niezrównoważonego mikrobiomu jest niewielka, większość ludzi zna kilka podstawowych informacji**



# Dysbioza nie jest powszechnie znanym określeniem dla Portugalczyków: mniej niż ¼ już o nim słyszała.



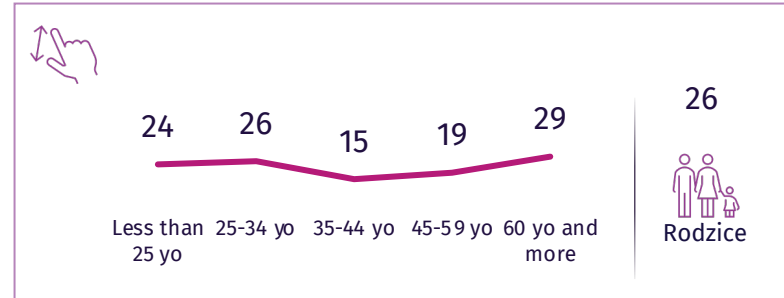
Pytanie 3. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o następujących terminach?  
Podstawa: Wszyscy respondenci



- Tak, i wiem dokładnie, co to jest
- Tak, ale nie wiem dokładnie, co to jest
- Nigdy o tym nie słyszałem(-am)

**23%** słyszało już o pojęciu „dysbioza”

WSZYSTKIE  
KRAJE  
**28%**



● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – nadrzędne

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – drugorzędne



# Wiedza na temat mikrobiomu jest umiarkowana, ale większość ludzi wie, że jego zaburzenie jest niebezpieczne dla zdrowia oraz że dieta wpływa na mikrobiom.



Pytanie 4. Dla każdego z poniższych stwierdzeń zdecyduj, czy uważasz je za PRAWDĘ czy FAŁSZ. Jeśli nie masz pewności co do swojej odpowiedzi, wybierz Nie wiem.

Podstawa: Wszyscy respondenci



Poprawna odpowiedź

Niepoprawne odpowiedzi /  
nie wiem



Prawda

Fałsz

Nie wiem



## Niemniej poziom wiedzy na temat mikrobiomu wydaje się być ogólnie wyższy w Portugalii niż w innych krajach.

Pytanie 4. Dla każdego z poniższych stwierdzeń zdecyduj, czy uważasz je za PRAWDĘ czy FAŁSZ. Jeśli nie masz pewności co do swojej odpowiedzi, wybierz Nie wiem. / Podstawa: Wszyscy respondenci

% poprawnych odpowiedzi	Ogółem	WSZYSTKIE KRAJE
W niektórych przypadkach <b>brak równowagi</b> mikrobiomu <b>może mieć poważne konsekwencje zdrowotne</b>	85	75
<b>Dieta ma znaczący wpływ</b> na <b>równowagę</b> mikrobiomu	83	74
Mikrobiom odgrywa <b>ważną rolę</b> w <b>mechanizmach obrony immunologicznej</b>	76	72
W zakresie <b>zdrowia pochwy</b> mikrobiom odgrywa <b>ważną rolę</b> w <b>zdrowiu kobiet</b>	73	66
<b>Antybiotyki mają wpływ</b> na nasz mikrobiom	72	66
Kiedy <b>równowaga mikrobiomu jest zaburzona</b> lub <b>nie działa on dobrze</b> , <b>niewiele można zrobić</b>	59	53
Mikrobiom umożliwia jelitom <b>dostarczanie do mózgu informacji istotnych</b> dla naszego zdrowia	56	53
Mikrobiom <b>składa się z bakterii, grzybów i wirusów</b>	53	54
Mikrobiom <b>znajduje się wyłącznie w jelitach</b>	49	45
<b>Wiele chorób</b> , takich jak choroba Parkinsona, choroba Alzheimera i autyzm, <b>może być powiązanych z mikrobiomem</b>	17	25





## Osoby powyżej 60. roku życia mają lepszą wiedzę na temat mikrobiomu.



Pytanie 4. Dla każdego z poniższych stwierdzeń zdecyduj, czy uważasz je za PRAWDĘ czy FAŁSZ. Jeśli nie masz pewności co do swojej odpowiedzi, wybierz Nie wiem.

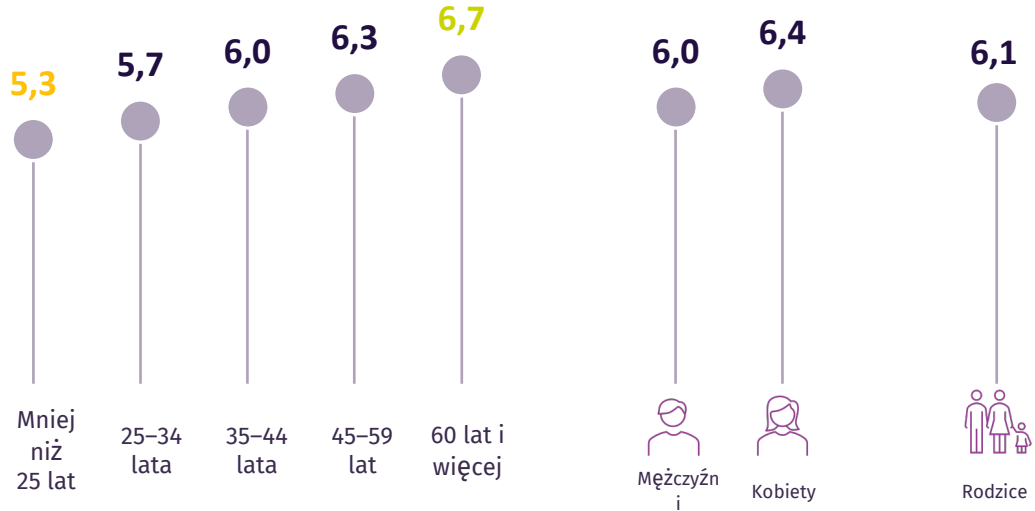
Podstawa: Wszyscy respondenci

WSZYSTKIE  
KRAJE

5,8

6,2/10

Średnia liczba  
dobrych odpowiedzi



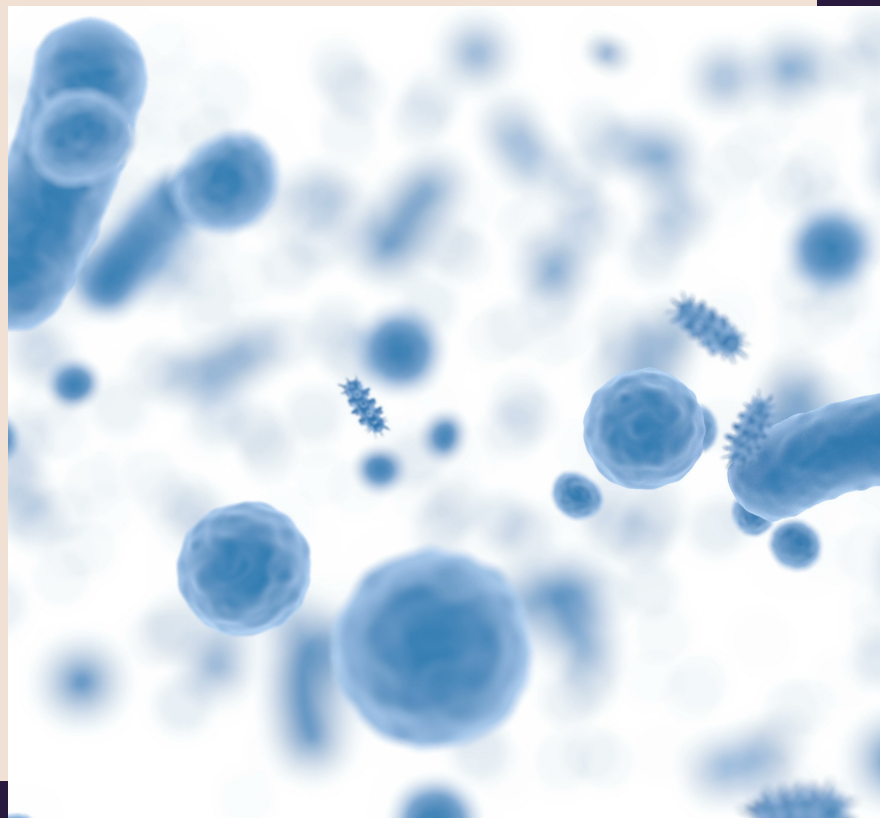
● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – lepiej

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – gorzej

Copyright Biocodex Microbiota  
Institute et Ipsos - juin 2023

International  
Microbiota  
Observatory

Ipsos



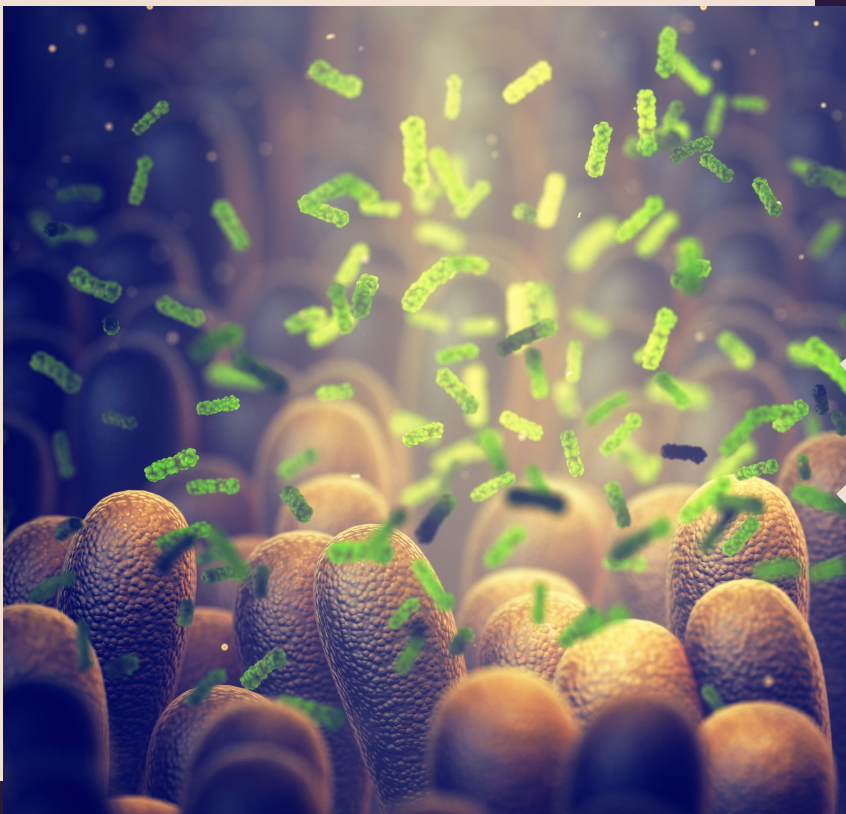
### Tekst wyświetlany respondentom:

Mikrobiom (lub flora bakteryjna) to grupa mikroorganizmów, takich jak bakterie, wirusy, grzyby i archeony, które żyją w symbiozie w naszym organizmie, głównie w naszym przewodzie pokarmowym, ale także na skórze, w płucach, uszach, jamie ustnej i pochwie.

Mikrobiom ma wiele konsekwencji dla naszego zdrowia, ponieważ spełnia podstawowe funkcje, takie jak trawienie pokarmów, synteza witamin i stymulowanie naszego układu odpornościowego.

Zrównoważony mikrobiom jest również ważny w zapobieganiu niektórym chorobom, takim jak alergie, otyłość i przewlekłe choroby zapalne jelit.

Najnowsze badania sugerują również, że mikrobiom może mieć wpływ na nasze zdrowie psychiczne i zachowanie, oddziałując na nasz nastrój, funkcje poznawcze i motywację.



3

**Znaczący brak  
Świadomości dotyczącej  
zachowań i rozwiązań,  
które należy wdrożyć w  
celu utrzymania  
zrównoważonego  
mikrobiomu**

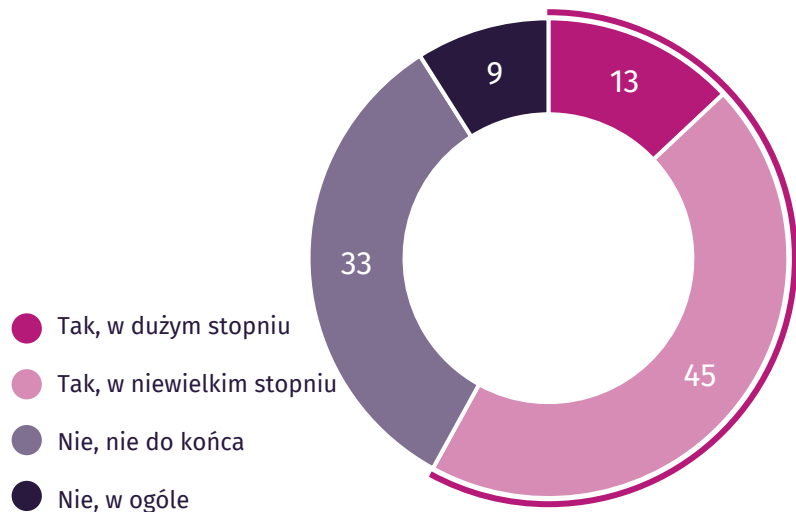


# Nieznaczna większość podjęła określone działania, aby utrzymać równowagę swojego mikrobiomu i funkcjonować tak sprawnie, jak to tylko możliwe.



Pytanie 10. Czy w codziennym życiu podjąłeś/podjęłaś określone działania, aby utrzymać równowagę swojego mikrobiomu i funkcjonować tak sprawnie, jak to tylko możliwe?

Podstawa: Wszyscy respondenci

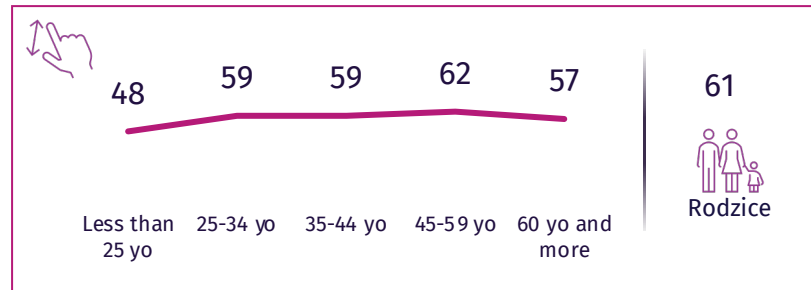


**58%** podjęło określone działania



WSZYSTKIE  
KRAJE

**57%**



● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – nadrzędne

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – drugorzędne

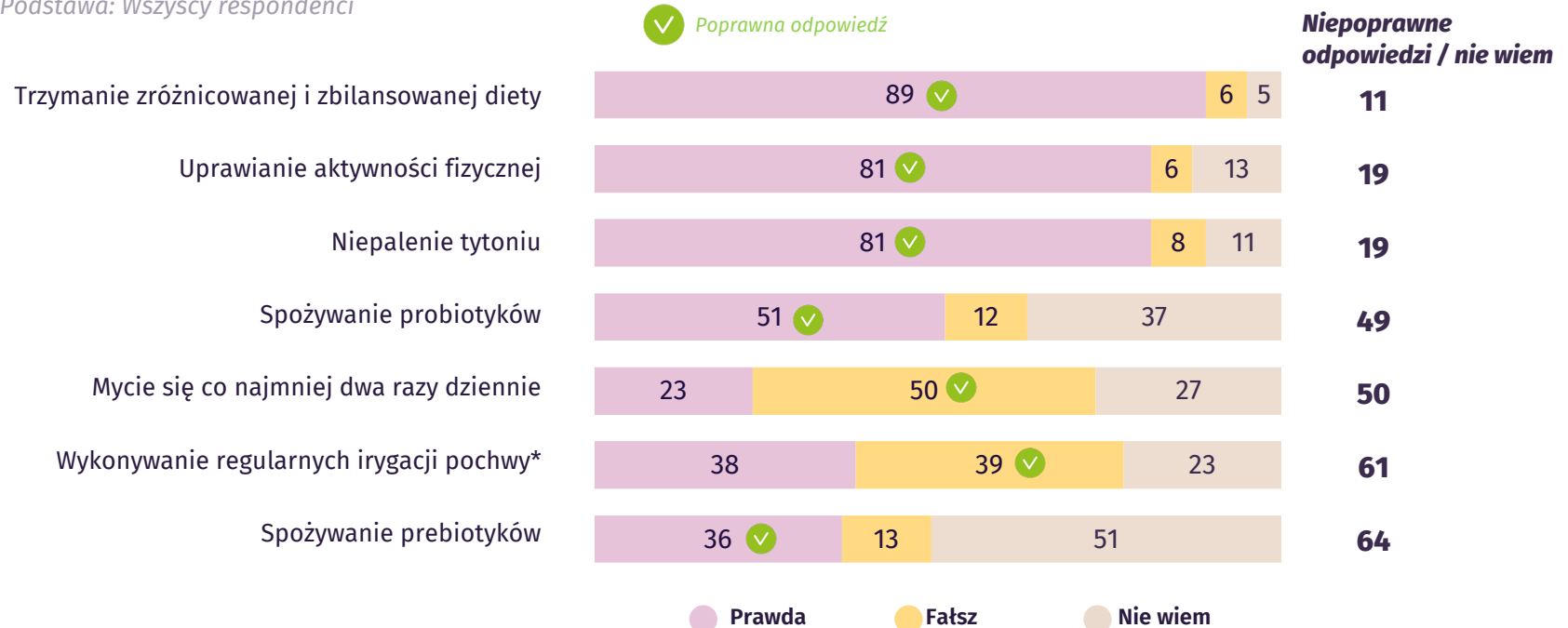


## Poza „standardowymi” zdrowymi zachowaniami te związane z higieną i prebiotykami nie są dobrze zidentyfikowane.



Pytanie 11. Na podstawie swojej obecnej wiedzy określ, które z poniższych zachowań mają pozytywny wpływ na równowagę i odpowiednie funkcjonowanie mikrobiomu?

Podstawa: Wszyscy respondenci



\* Pytanie zadawane kobietom (n=244)



## W porównaniu z innymi krajami Portugalczycy wydają się być mniej świadomi korzystnego wpływu probiotyków i prebiotyków na ich mikrobiom.

Pytanie 11. Na podstawie swojej obecnej wiedzy określ, które z poniższych zachowań mają pozytywny wpływ na równowagę i odpowiednie funkcjonowanie mikrobiomu? Podstawa: Wszyscy respondenci

% poprawnych odpowiedzi	Ogółem	WSZYSTKIE KRAJE
Trzymanie zróżnicowanej i zbilansowanej diety	89	84
Uprawianie aktywności fizycznej	81	76
Niepalenie tytoniu	81	72
Spożywanie probiotyków	51	62
Mycie się co najmniej dwa razy dziennie	50	35
Wykonywanie regularnych irygacji pochwy*	39	42
Spożywanie prebiotyków	36	51

\* Pytanie zadawane kobietom (n=244)

● Znaczące różnice w porównaniu ze wszystkimi krajami – lepiej

● Znaczące różnice w porównaniu ze wszystkimi krajami – gorzej



# Kobiety wydają się być bardziej świadome właściwych zachowań, które należy wdrożyć, aby zapewnić zdrowie mikrobiomu.



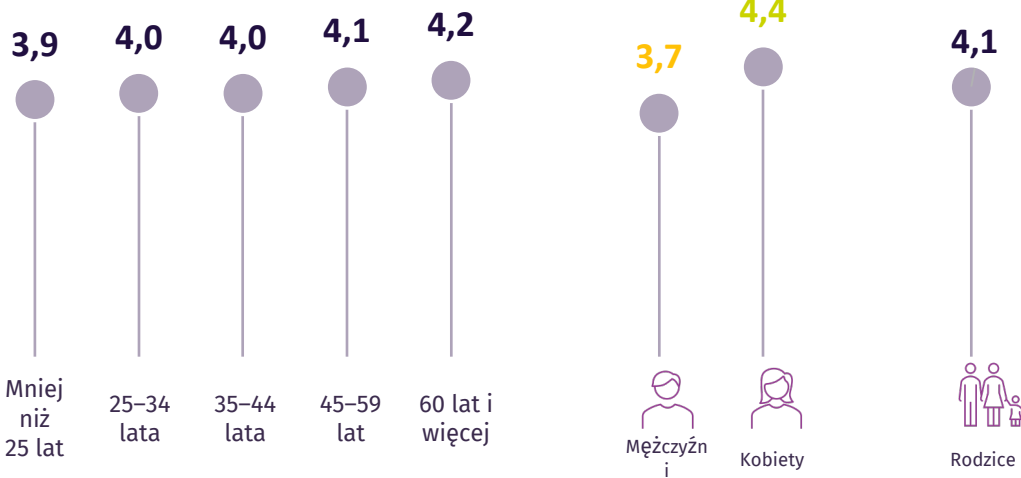
Pytanie 11. Na podstawie swojej obecnej wiedzy określ, które z poniższych zachowań mają pozytywny wpływ na równowagę i odpowiednie funkcjonowanie mikrobiomu? Podstawa: Wszyscy respondenci

WSZYSTKIE  
KRAJE

4,0

4,1/7

Średnia liczba  
dobrych odpowiedzi



- Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – nadrzędne
- Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – drugorzędne

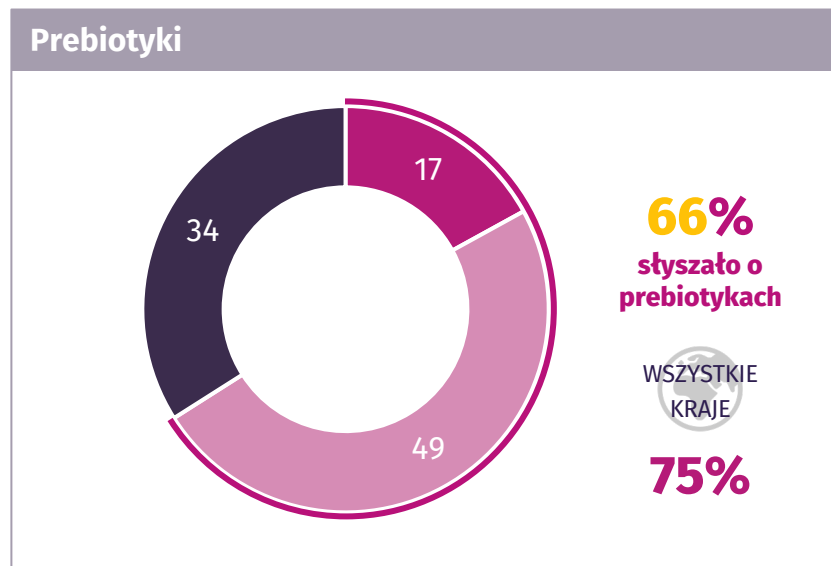
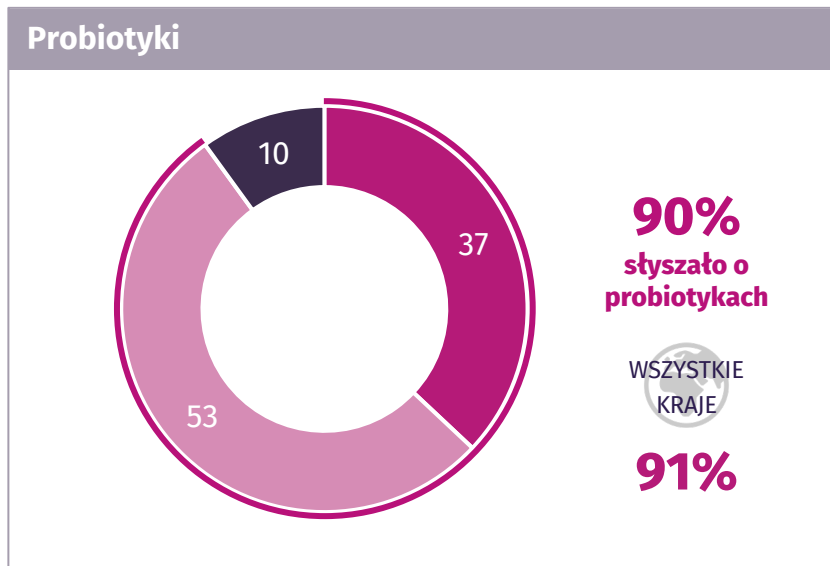


# Probiotyki wydają się być bardziej znane ludziom niż prebiotyki, ale połowa z nich nie ma pojęcia, czym one dokładnie są.



Pytanie 2bis. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o tych terminach?

Podstawa: Wszyscy respondenci



● Tak, i wiem dokładnie, co to jest    
 ● Tak, ale nie wiem dokładnie, co to jest    
 ● Nie, nigdy o tym nie słyszałem(-am)

● Znaczące różnice w porównaniu ze wszystkimi krajami – lepiej

● Znaczące różnice w porównaniu ze wszystkimi krajami – gorzej

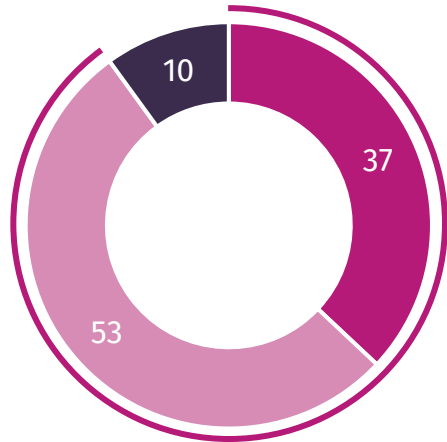




# Ponownie kobiety bardziej dokładnie wiedzą, czym są probiotyki.

 Pytanie 2bis. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o tych terminach?  
Podstawa: Wszyscy respondenci

## Probiotyki





**90%**  
słyszało o probiotykach

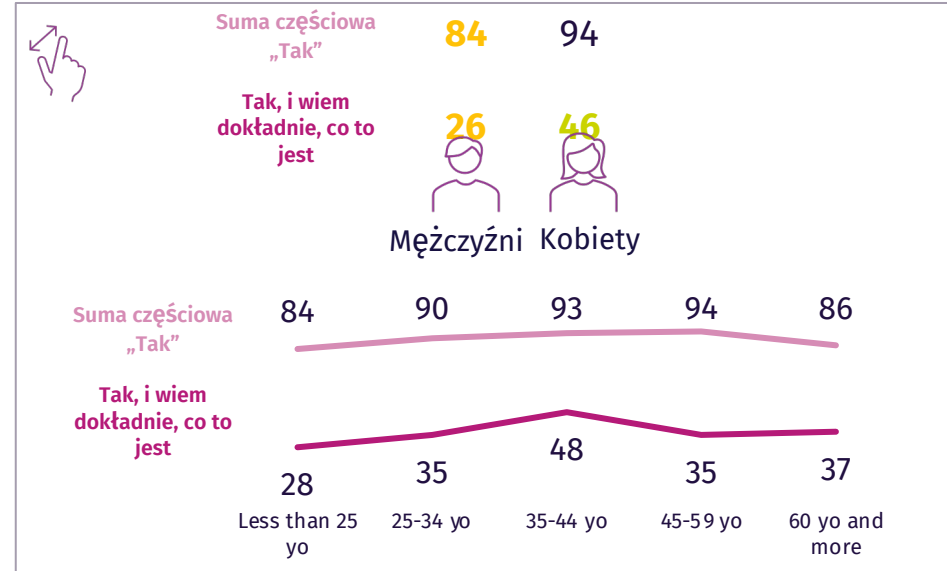
WSZYSTKIE  
KRAJE

**91%**

 Tak, i wiem dokładnie, co to jest

 Tak, ale nie wiem dokładnie, co to jest

 Nie, nigdy o tym nie słyszałem(-am)



 Znaczące różnice w porównaniu ze wszystkimi krajami – lepiej

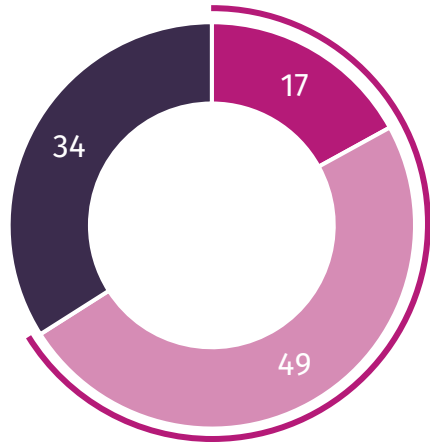
 Znaczące różnice w porównaniu ze wszystkimi krajami – gorzej



# Wiedza na temat prebiotyków pozostaje niższa niż w innych krajach i nieco się różni w zależności od wieku.

Pytanie 2bis. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o tych terminach?  
Podstawa: Wszyscy respondenci

## Prebiotyki



**66%**  
słyszało o prebiotykach

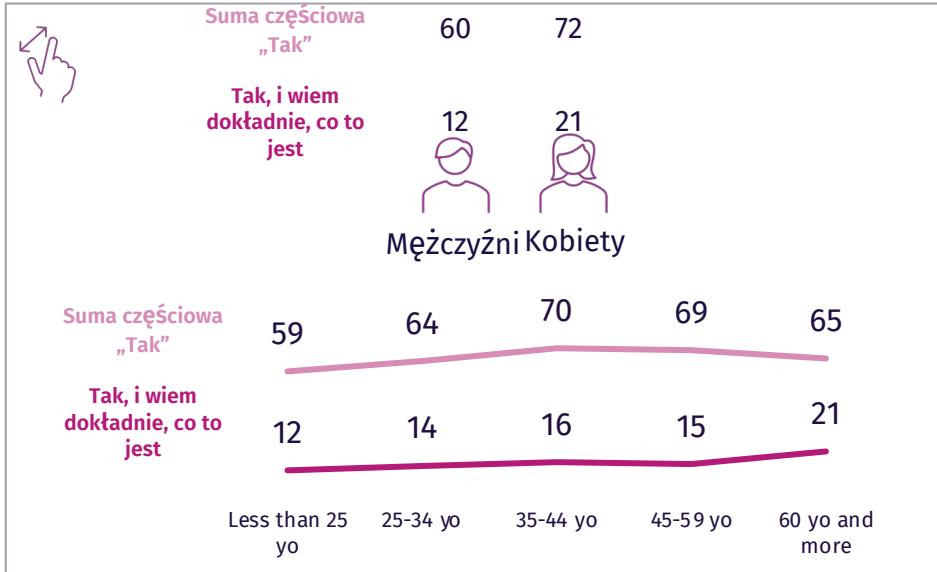


**75%**

Tak, i wiem dokładnie, co to jest

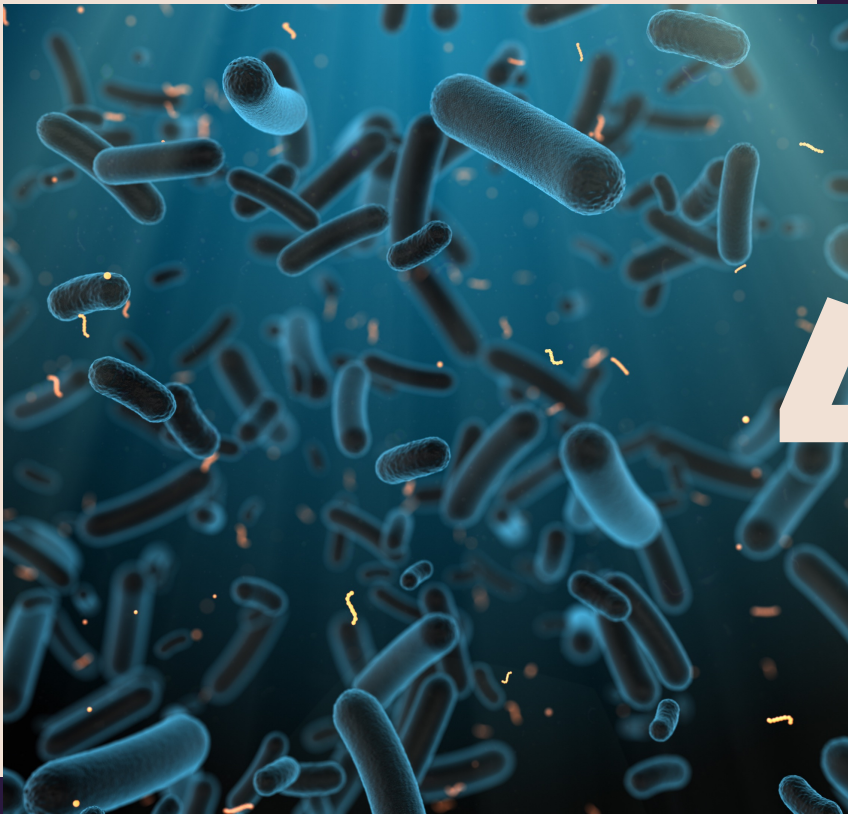
Tak, ale nie wiem dokładnie, co to jest

Nie, nigdy o tym nie słyszałem(-am)



Znaczące różnice w porównaniu ze wszystkimi krajami – lepiej

Znaczące różnice w porównaniu ze wszystkimi krajami – gorzej



**Wiele osób zgłasza doświadczenie problemów zdrowotnych, które mogą być związane z zaburzeniem równowagi mikrobioty**

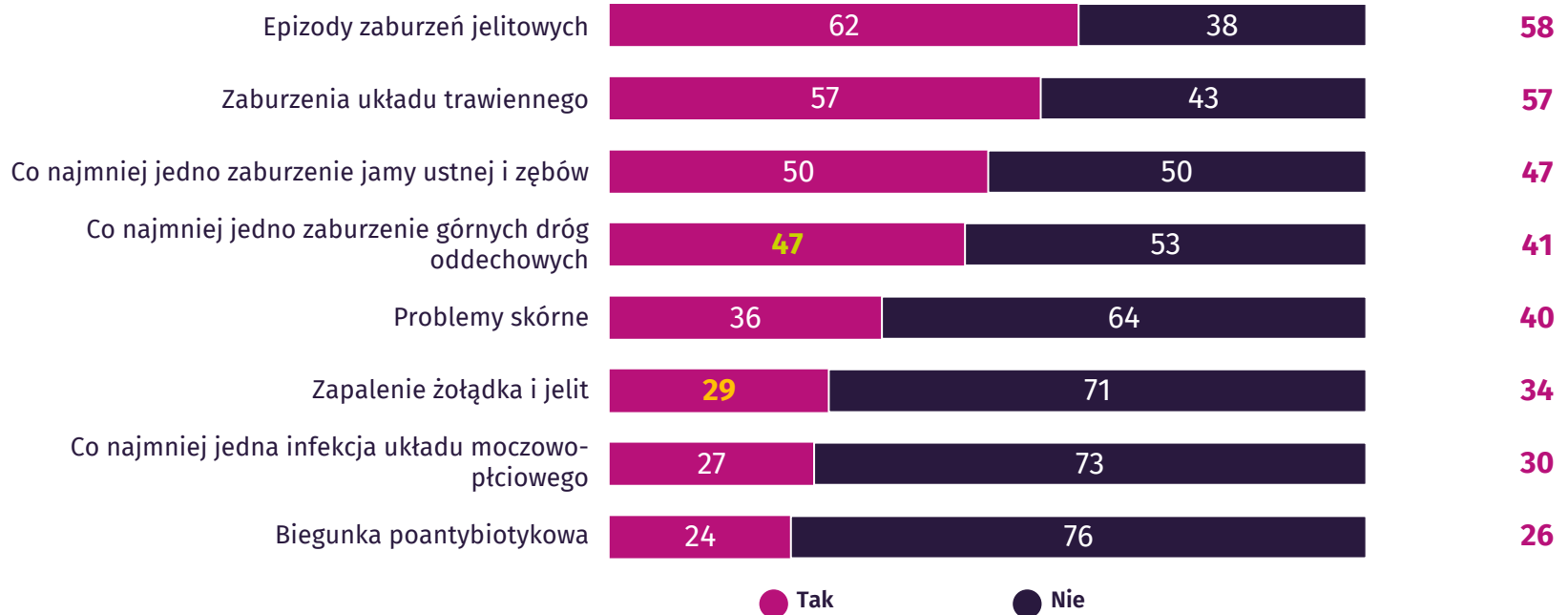


# W ciągu ostatnich 5 lat więcej niż 1 na 2 osoby miała epizody zaburzeń jelitowych lub zaburzeń układu pokarmowego.



Pytanie 11a. Czy w ciągu ostatnich 5 lat kiedykolwiek doświadczyłeś(-aś) poniższych problemów?  
Podstawa: Wszyscy respondenci

WSZYSTKIE  
KRAJE



● Znaczące różnice w porównaniu ze wszystkimi krajami – lepiej

● Znaczące różnice w porównaniu ze wszystkimi krajami – gorzej

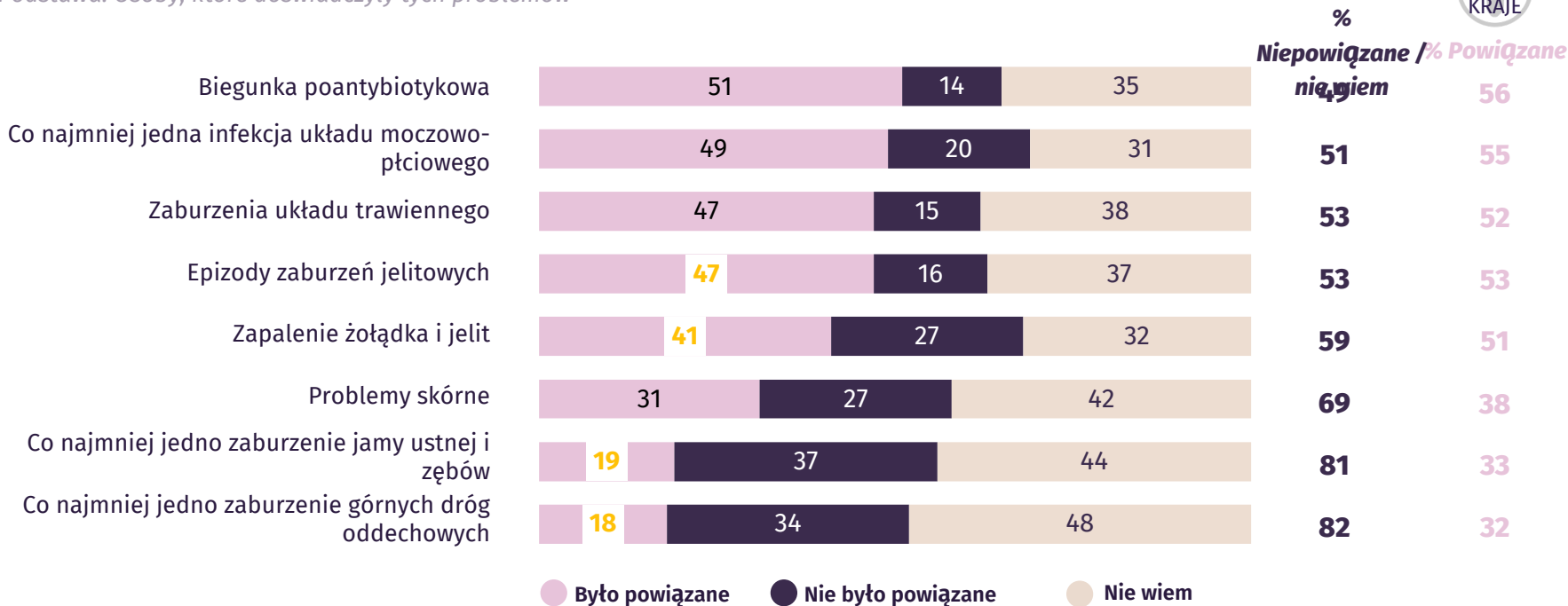


# Ogólnie Portugalczycy wydają się w mniejszym stopniu łączyć swoje problemy zdrowotne z mikrobiomem.



Pytanie 11b. Czy myślisz, że te problemy są powiązane z mikrobiomem?

Podstawa: Osoby, które doświadczyły tych problemów



● Znaczące różnice w porównaniu ze wszystkimi krajami – lepiej

● Znaczące różnice w porównaniu ze wszystkimi krajami – gorzej



**Pracownicy służby  
zdrowia odgrywają  
niezbędną rolę w uczeniu  
pacjentów stania się  
bardziej odpowiedzialnymi  
za zdrowie własnej  
mikrobioty**



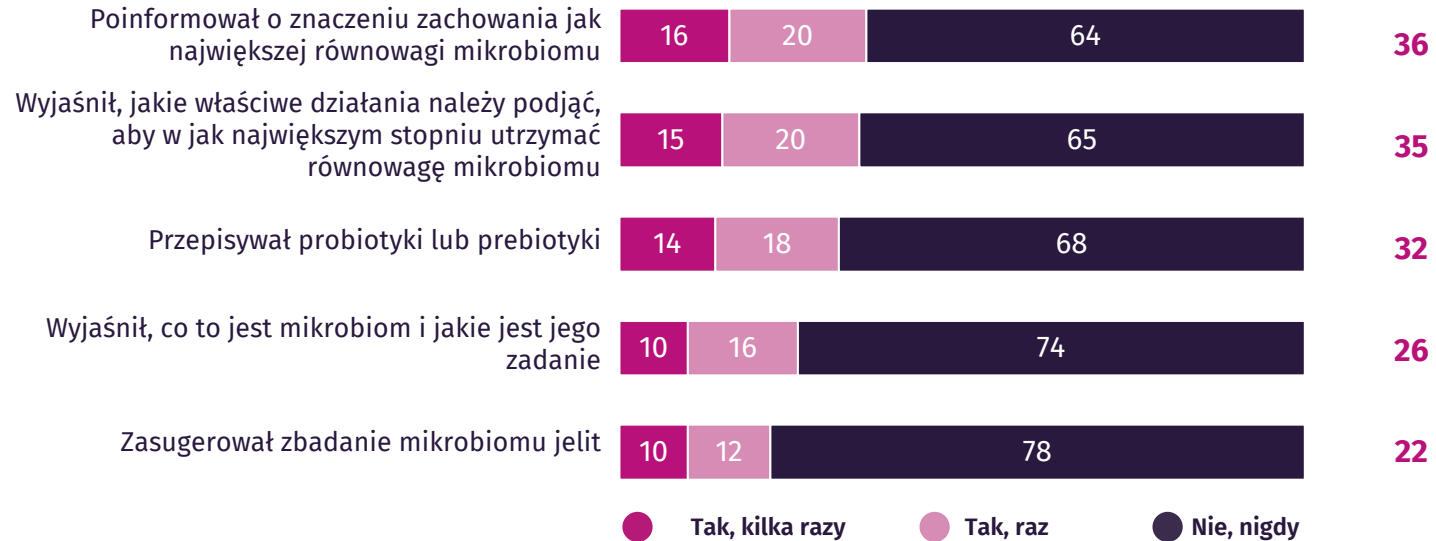
# Jeśli chodzi o mikrobiom, tylko niewielka część personelu medycznego podejmuje działania wobec swoich pacjentów.



Pytanie 5. Czy którykolwiek z pracowników służby zdrowia, z którymi miałeś(-aś) do czynienia, kiedykolwiek wykonał którąkolwiek z poniższych czynności?

Podstawa: Wszyscy respondenci

Tylko **13%** otrzymało **TE WSZYSTKIE INFORMACJE**, co najmniej raz  
**2%** otrzymało te wszystkie informacje kilka razy **% Tak**





## Portugalczyki otrzymują mniej, w porównaniu z innymi krajami, informacji i porad na temat mikrobiomu od personelu medycznego.

Pytanie 5. Czy którykolwiek z pracowników służby zdrowia, z którymi miałeś(-aś) do czynienia, kiedykolwiek wykonał którąkolwiek z poniższych czynności?

Podstawa: Wszyscy respondenci

**% Tak**

	Ogółem	WSZYSTKIE KRAJE
<b>% Otrzymał WSZYSTKIE TE INFORMACJE co najmniej raz</b>	<b>13</b>	19
<b>% Otrzymał WSZYSTKIE TE INFORMACJE kilka razy</b>	<b>2</b>	4
Poinformował o znaczeniu zachowania jak największej równowagi mikrobiomu	<b>36</b>	42
Wyjaśnił, jakie właściwe działania należy podjąć, aby w jak największym stopniu utrzymać równowagę mikrobiomu	<b>35</b>	44
Przepisywał probiotyki lub prebiotyki	<b>32</b>	46
Wyjaśnił, co to jest mikrobiom i jakie jest jego zadanie	<b>26</b>	37
Zasugerował zbadanie mikrobiomu jelit	<b>22</b>	30





# Wydaje się, że personel medyczny przepisuje więcej probiotyków i prebiotyków rodzicom i osobom w wieku 25–34 lata. Z drugiej strony receptę otrzymała mniej niż 1 na 4 osoby powyżej 60. roku życia.



Pytanie 5. Czy którykolwiek z pracowników służby zdrowia, z którymi miałeś(-aś) do czynienia, kiedykolwiek wykonał którąkolwiek z poniższych czynności? Podstawa: Wszyscy respondenci

% Tak	Podstawa									
	Ogółem n=500	Mniej niż 25 lat n=47	25–34 lata n=69	35–44 lata n=88	45–59 lat n=133	60 lat i więcej n=163	Mężczyźni n=256	Kobiety n=244	Rodzice n=170	
Poinformował o znaczeniu zachowania jak największej równowagi mikrobiomu	36	40	39	36	43	29	36	37	40	
Wyjaśnił, jakie właściwe działania należy podjąć, aby w jak największym stopniu utrzymać równowagę mikrobiomu	35	41	40	38	36	29	37	33	41	
Przepisywał probiotyki lub prebiotyki	32	46	50	31	31	23	32	33	41	
Wyjaśnił, co to jest mikrobiom i jakie jest jego zadanie	26	27	36	25	27	23	29	24	29	
Zasugerował zbadanie mikrobiomu jelit	22	16	27	18	22	26	27	18	24	

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – nadrzędne

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – drugorzędne



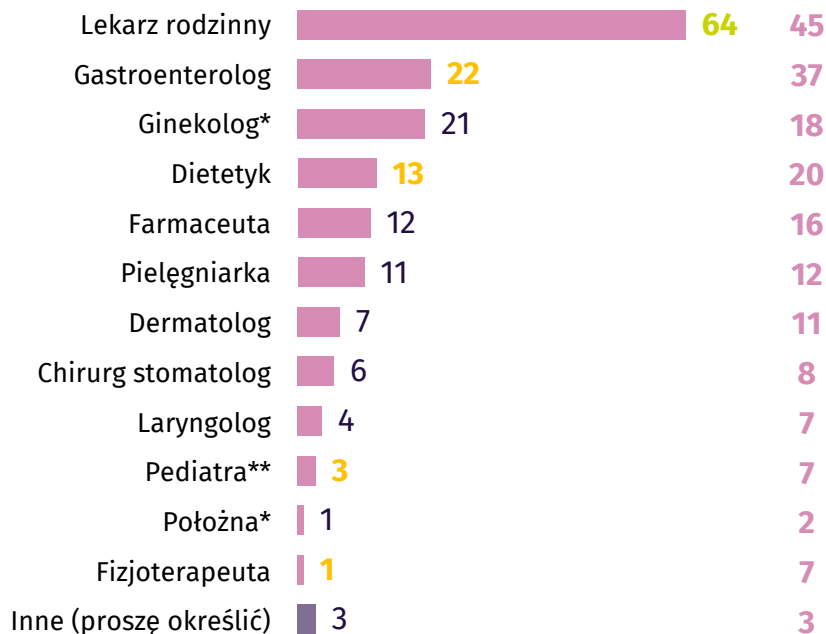
# Lekarze rodzinni są głównymi przedstawicielami personelu medycznego, którzy dostarczali informacji na temat mikrobiomu. Gastroenterolodzy zajmują drugie miejsce, ale w mniejszym stopniu.



Pytanie 6. Jacy pracownicy służby zdrowia udzielili Ci tych wyjaśnień?

Podstawa: Osoby, które otrzymały wyjaśnienia od pracowników służby zdrowia (n=260)

WSZYSTKIE  
KRAJE



\* Pozycja wyświetlana kobietom

\*\* Pozycja wyświetlana rodzicom

● Znaczące różnice w porównaniu ze wszystkimi krajami – lepiej

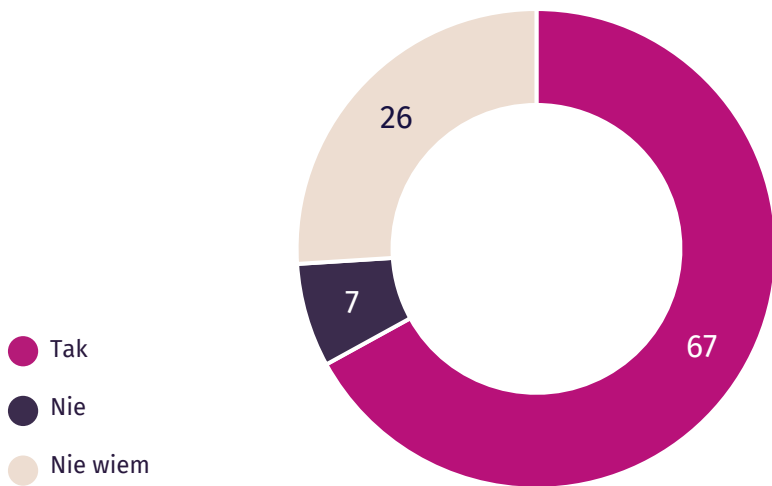
● Znaczące różnice w porównaniu ze wszystkimi krajami – gorzej



## 2/3 osób chciałoby poddać badaniu swój mikrobiom jelitowy. Osoby poniżej 25. roku życia wydają się być tym najmniej zainteresowane.



Pytanie 5bis. Czy myślisz, że w Twoim przypadku przydatne byłoby zbadanie mikrobiomu jelit?  
Podstawa: Wszyscy respondenci

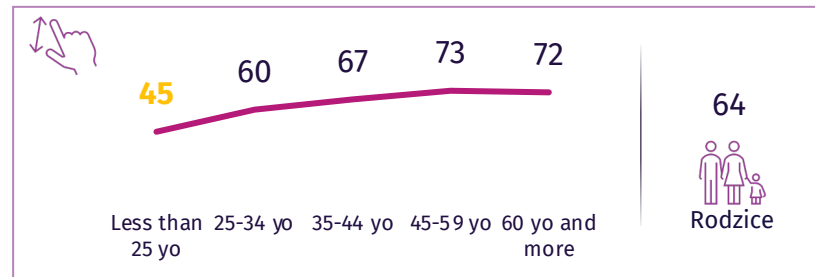


- Tak
- Nie
- Nie wiem

**67%** myśli, że zbadanie mikrobiomu jelit byłoby przydatne

WSZYSTKIE KRAJE

**63%**



● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – nadrzędne

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – drugorzędne



# W trakcie leczenia antybiotykami niewielka liczba osób otrzymała porady i informacje, zwłaszcza o negatywnych następstwach stosowania antybiotyków dla równowagi mikrobiomu.



Pytanie 7. Czy podczas ostatniego przepisywania antybiotyków lekarz wykonał następujące czynności?  
Podstawa: Wszyscy respondenci

Tylko **18%** otrzymało **WSZYSTKIE TE INFORMACJE** od pracowników służby zdrowia

WSZYSTKIE  
KRAJE  
**% Tak**

Poinformował o wszelkich zaburzeniach trawienia związanych z przyjmowaniem antybiotyków



**41**

Udzielił porady dotyczącej ograniczenia negatywnego wpływu przyjmowania antybiotyków na mikrobiom w możliwie największym stopniu



**34**

Poinformował, że przyjmowanie antybiotyków może mieć negatywny wpływ na równowagę mikrobiomu



**33**

**Tak**      **Nie**      **Nie dotyczy**



# Osoby w wieku 25–34 lata deklarują, że otrzymały więcej porad na temat ograniczania niekorzystnych skutków przyjmowania antybiotyków.



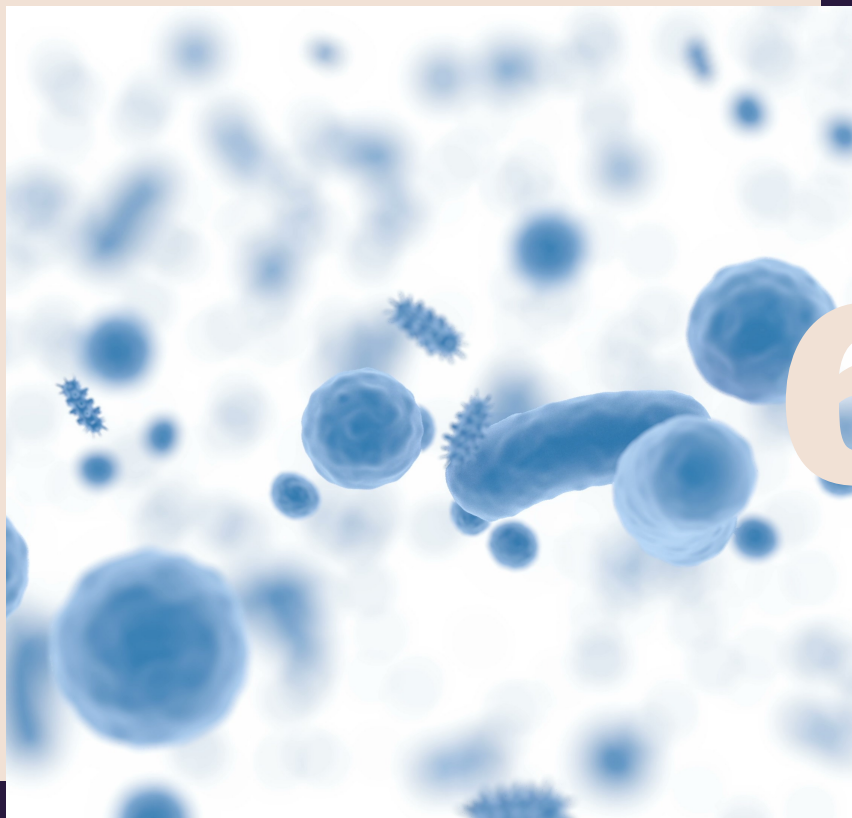
Pytanie 7. Czy podczas ostatniego przepisywania antybiotyków lekarz wykonał następujące czynności? / Podstawa: Wszyscy respondenci

**% Tak**

	Ogółem	Mniej niż 25 lat	25–34 lata	35–44 lata	45–59 lat	60 lat i więcej	Rodzice
	podstawa n=500	n=47	n=69	n=88	n=133	n=163	n=170
<b>% OTRZYMAŁO WSZYSTKIE TE INFORMACJE OD PRACOWNIKÓW SŁUŻBY ZDROWIA</b>	<b>18</b>	<b>8</b>	<b>21</b>	<b>20</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>16</b>
Poinformował o wszelkich zaburzeniach trawienia związanych z przyjmowaniem antybiotyków	41	46	42	42	42	39	38
Udzielił porady dotyczącej ograniczenia negatywnego wpływu przyjmowania antybiotyków na mikrobiom w możliwie największym stopniu	30	20	43	29	29	29	30
Poinformował, że przyjmowanie antybiotyków może mieć negatywny wpływ na równowagę mikrobiomu	27	17	33	32	24	28	25

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – nadrzędne

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – drugorzędne



## Koncentracja na mikrobiomie sromu i pochwy

*W następnym pytaniu omówimy mikrobiom sromu i pochwy, znany również jako flora pochwy lub mikrobiom pochwy.*

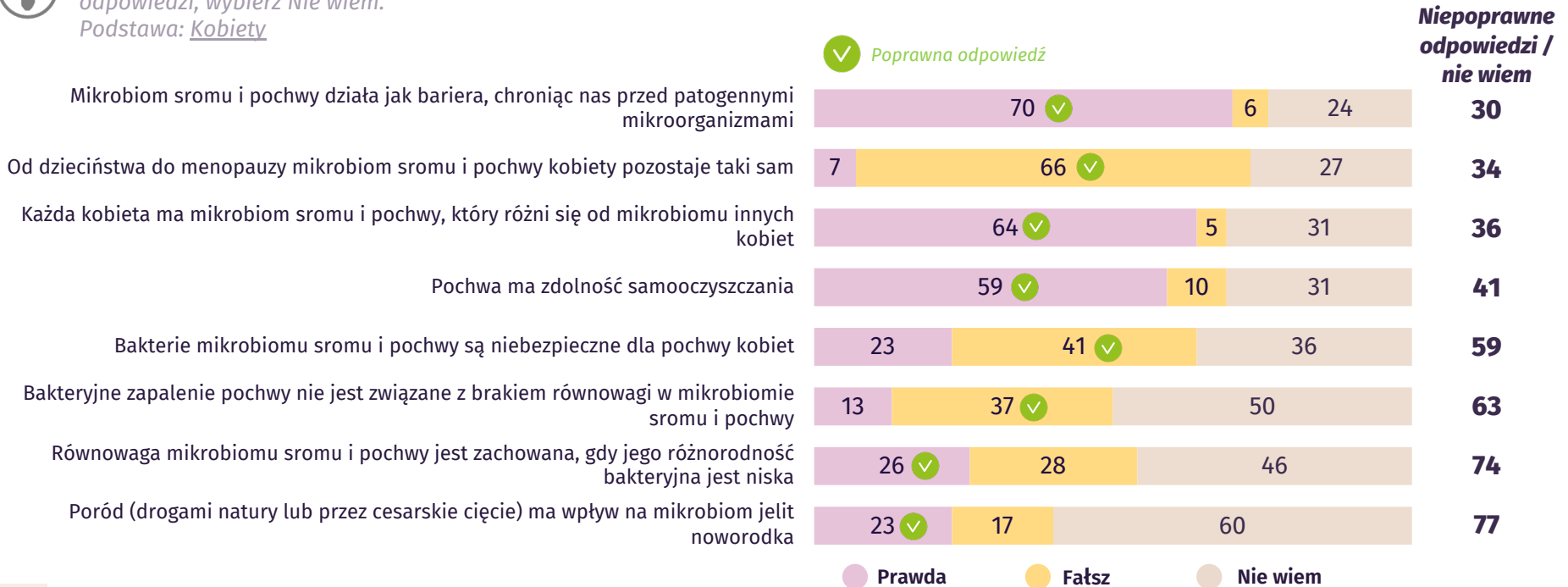


## W kontekście mikrobiomu sromu i pochwy wiedza wydaje się być ograniczona.



Pytanie 13. Dla każdego z poniższych stwierdzeń zdecyduj, czy uważasz je za PRAWDĘ czy FAŁSZ. Jeśli nie masz pewności co do swojej odpowiedzi, wybierz Nie wiem.

Podstawa: Kobiety





# Portugalki bardziej niż kobiety w innych krajach są świadome tego, że mikrobiom sromu i pochwy ulega ewolucji przez całe życie oraz że pochwa oczyszcza się sama.

Pytanie 13. Dla każdego z poniższych stwierdzeń zdecyduj, czy uważasz je za PRAWDĘ czy FAŁSZ. Jeśli nie masz pewności co do swojej odpowiedzi, wybierz Nie wiem.

Podstawa: Kobiety

% poprawnych odpowiedzi

	Ogółem	WSZYSTKIE KRAJE
Mikrobiom sromu i pochwy działa jak bariera, chroniąc nas przed patogennymi mikroorganizmami	<b>70</b>	67
Od dzieciństwa do menopauzy mikrobiom sromu i pochwy kobiety pozostaje taki sam	<b>66</b>	52
Każda kobieta ma mikrobiom sromu i pochwy, który różni się od mikrobiomu innych kobiet	<b>64</b>	60
Pochwa ma zdolność samooczyszczania	<b>59</b>	52
Bakterie mikrobiomu sromu i pochwy są niebezpieczne dla pochwy kobiet	<b>41</b>	37
Bakteryjne zapalenie pochwy nie jest związane z brakiem równowagi w mikrobiomie sromu i pochwy	<b>37</b>	35
Równowaga mikrobiomu sromu i pochwy jest zachowana, gdy jego różnorodność bakteryjna jest niska	<b>26</b>	27
Poród (drogami natury lub przez cesarskie cięcie) ma wpływ na mikrobiom jelit noworodka	<b>23</b>	30





## Poziom wiedzy na temat mikrobiomu sromu i pochwy pozostaje niski, ale jest wyższy niż w innych krajach.



Pytanie 13. Dla każdego z poniższych stwierdzeń zdecyduj, czy uważasz je za PRAWDĘ czy FAŁSZ. Jeśli nie masz pewności co do swojej odpowiedzi, wybierz Nie wiem.

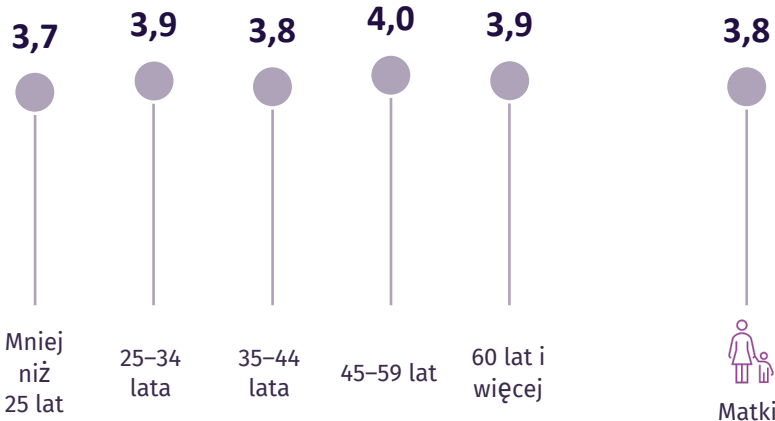
Podstawa: Kobiety

WSZYSTKIE  
KRAJE

3,6

3,9/8

Średnia liczba  
dobrych odpowiedzi



- Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – nadrzędne
- Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – drugorzędne

Copyright Biocodex Microbiota  
Institute et Ipsos - juin 2023





## Nie obserwuje się różnic w znajomości mikrobiomu sromu i pochwy w zależności od wieku kobiet.

Pytanie 13. Dla każdego z poniższych stwierdzeń zdecyduj, czy uważasz je za PRAWDĘ czy FAŁSZ. Jeśli nie masz pewności co do swojej odpowiedzi, wybierz Nie wiem.

Podstawa: Kobiety

% poprawnych odpowiedzi	Ogółem	Mniej niż 25 lat	25–34 lata	35–44 lata	45–59 lat	60 lat i więcej
	podstawa n=244	n=28	n=26	n=48	n=60	n=82
	<b>70</b>	53	67	67	69	80
	<b>66</b>	55	53	68	72	66
	<b>64</b>	62	67	70	58	67
	<b>59</b>	70	65	51	64	56
	<b>41</b>	38	43	42	44	37
	<b>37</b>	32	32	33	48	35
	<b>26</b>	31	25	23	24	29
	<b>23</b>	23	37	26	20	19

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – nadrzędne

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – drugorzędne

Copyright Biocodex Microbiota Institute et Ipsos - juin 2023





## Bardzo niewiele kobiet otrzymało jakiejkolwiek informacje lub porady od pracowników służby zdrowia na temat mikrobiomu.



Pytanie 14. Czy pracownik służby zdrowia zajmujący się Twoim zdrowiem ginekologicznym rozmawiał z Tobą o następujących kwestiach?  
Podstawa: Kobiety

**15%** otrzymało **TE WSZYSTKIE INFORMACJE**, co najmniej raz  
**4%** otrzymało te wszystkie informacje kilka razy

**% Tak**





## Portugalki rzadziej niż inne kobiety otrzymują informacje i porady od personelu medycznego.

Pytanie 14. Czy pracownik służby zdrowia zajmujący się Twoim zdrowiem ginekologicznym rozmawiał z Tobą o następujących kwestiach?  
Podstawa: Kobiety

**% Tak**

	Ogółem	WSZYSTKIE KRAJE
<b>% otrzymało TE WSZYSTKIE INFORMACJE, co najmniej raz</b>	<b>15</b>	22
Wyjaśnił, jakie odpowiednie działania należy podjąć, aby w jak największym stopniu utrzymać równowagę mikrobiomu sromu i pochwy	<b>42</b>	42
Poinformował o znaczeniu zachowania jak największej równowagi mikrobiomu sromu i pochwy	<b>37</b>	40
Wyjaśnił, co to jest mikrobiom sromu i pochwy oraz jakie jest jego zadanie	<b>28</b>	35
Zasugerował zbadanie mikrobiomu sromu i pochwy	<b>23</b>	31



## Ponownie nie obserwuje się różnic w zależności od wieku kobiet.



Pytanie 14. Czy pracownik służby zdrowia zajmujący się Twoim zdrowiem ginekologicznym rozmawiał z Tobą o następujących kwestiach?  
Podstawa: Kobiety

% Tak	podstawa					
	Ogółem n=244	Mniej niż 25 lat n=28	25–34 lata n=26	35–44 lata n=48	45–59 lat n=60	60 lat i więcej n=82
<b>% otrzymało WSZYSTKIE INFORMACJE, co najmniej raz</b>	<b>15</b>	<b>20</b>	<b>19</b>	<b>12</b>	<b>14</b>	<b>14</b>
Wyjaśnił, jakie odpowiednie działania należy podjąć, aby w jak największym stopniu utrzymać równowagę mikrobiomu sromu i pochwy	<b>42</b>	43	47	36	41	43
Poinformował o znaczeniu zachowania jak największej równowagi mikrobiomu sromu i pochwy	<b>37</b>	52	46	36	28	36
Wyjaśnił, co to jest mikrobiom sromu i pochwy oraz jakie jest jego zadanie	<b>28</b>	28	30	23	29	29
Zasugerował zbadanie mikrobiomu sromu i pochwy	<b>23</b>	23	29	24	23	20

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – nadrzędne

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – drugorzędne

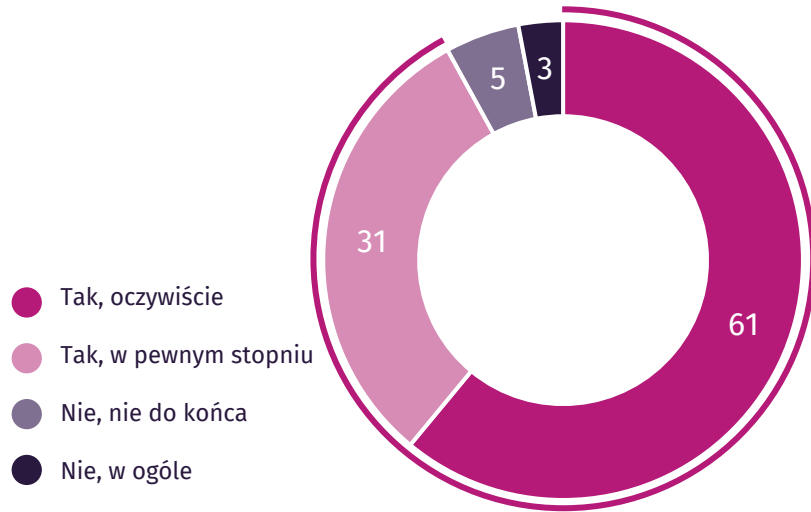


# Ponad 9 kobiet na 10 chciałyby uzyskać więcej informacji na temat znaczenia mikrobiomu sromu i pochwy oraz jego wpływu na zdrowie.



Pytanie 15. Czy chciałybyś, aby pracownik służby zdrowia kontrolujący Twoje zdrowie ginekologiczne powiedział Ci więcej o znaczeniu mikrobiomu sromu i pochwy i jego wpływie na Twoje zdrowie?

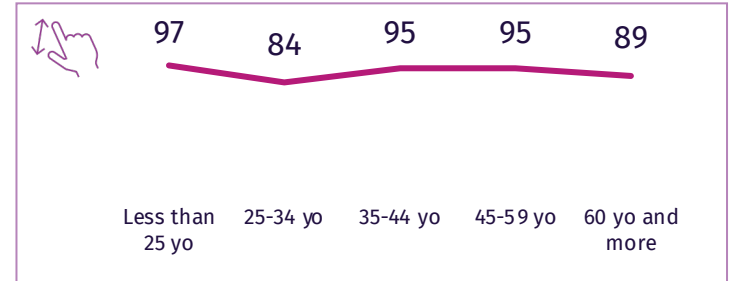
Podstawa: Kobiety



**92%** chciałyby uzyskać więcej informacji na temat znaczenia mikrobiomu sromu i pochwy oraz jego wpływu na zdrowie

WSZYSTKIE  
KRAJE

**86%**



● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – nadrzędne

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – drugorzędne

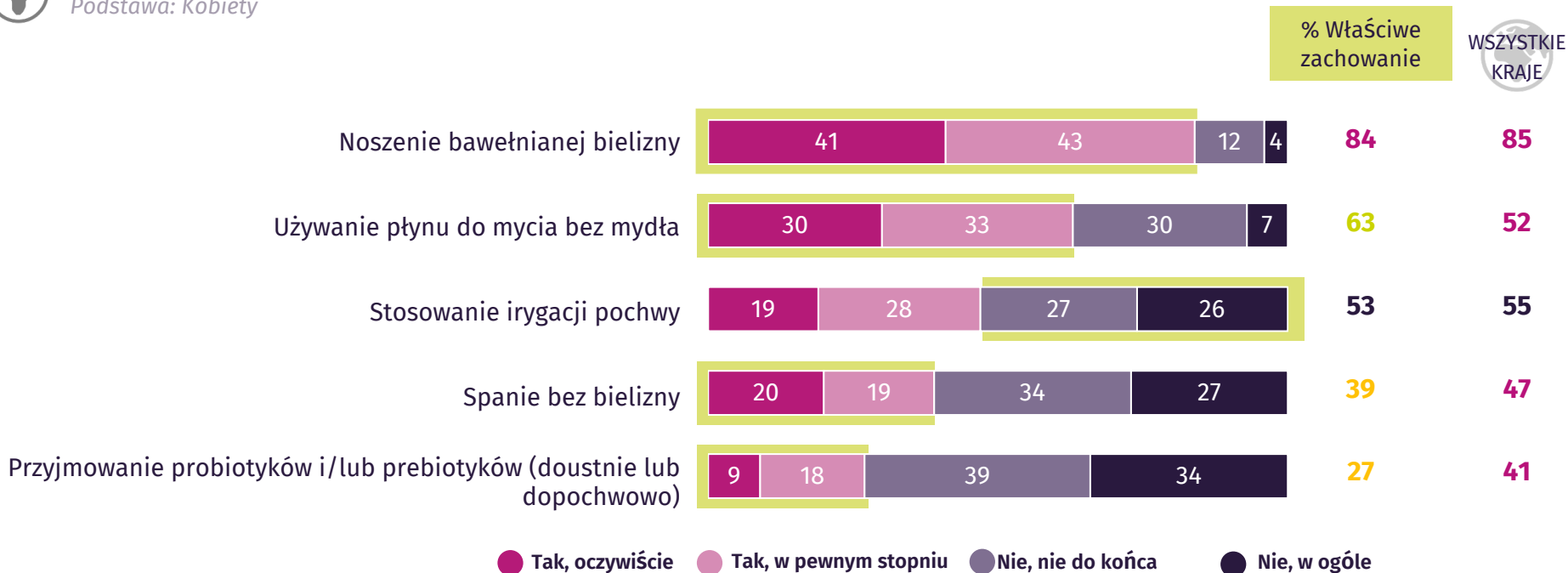


# W ujęciu szczegółowym umiarkowany odsetek kobiet podejmuje określone działania w celu ochrony zdrowia mikrobiomu sromu i pochwy, Tylko 1/4 stosuje probiotyki i/lub prebiotyki.



Pytanie 16. Czy w swoim codziennym życiu regularnie podejmujesz następujące działania?

Podstawa: Kobiety



● Znaczące różnice w porównaniu ze wszystkimi krajami – lepiej

● Znaczące różnice w porównaniu ze wszystkimi krajami – gorzej



## Kobiety w wieku 35–44 lata są mniej skłonne do praktykowania zachowań właściwych w kontekście mikrobiomu sromu i pochwy.



Pytanie 16. Czy w swoim codziennym życiu regularnie podejmujesz następujące działania?

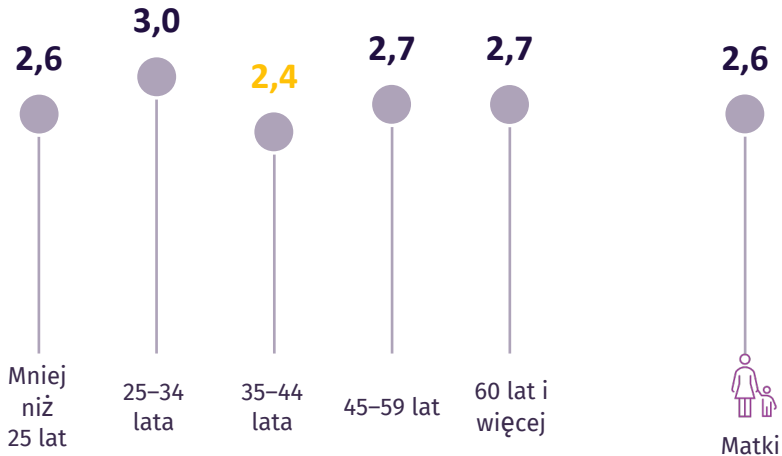
Podstawa: Kobiety

WSZYSTKIE  
KRAJE

2,8

2,7/5

Średnia liczba praktykowanych zachowań



● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – nadrzędne

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – drugorzędne

Copyright Biocodex Microbiota  
Institute et Ipsos - juin 2023

International  
Microbiota  
Observatory

Ipsos





## Kobiety w wieku 35–44 lata rzadziej śpią bez bielizny i stosują mniej probiotyków i/lub prebiotyków.

Pytanie 16. Czy w swoim codziennym życiu regularnie podejmujesz następujące działania?

Podstawa: Kobiety



% Właściwe zachowanie	Ogółem	Mniej niż 25 lat	25–34 lata	35–44 lata	45–59 lat	60 lat i więcej
	podstawa n=244	n=28	n=26	n=48	n=60	n=82
Noszenie bawełnianej bielizny	84	78	90	88	83	81
Używanie płynu do mycia bez mydła	63	70	64	63	66	59
Stosowanie irygacji pochwy	53	34	44	58	61	52
Spane bez bielizny	39	59	54	20	32	44
Przyjmowanie probiotyków i/lub prebiotyków (doustnie lub dopochwowo)	27	15	45	12	24	36

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – nadrzędne

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – drugorzędne

Copyright Biocodex Microbiota Institute et Ipsos - juin 2023

International Microbiota Observatory

Ipsos

A large, light gray rectangular area on the left side of the slide, containing a dense, abstract pattern of white, branching, and interconnected shapes that resemble a complex network or a stylized representation of a microbiome.

# Główne wyniki



# Wnioski z wyników Portugalii



Świadomość dotycząca mikrobiomu i jego różnorodności	
Wie dokładnie, co to jest „mikrobiom”	17%
Suma częściowa „Osoby świadome”	61%
Suma częściowa Osoby świadome istnienia mikrobiomu jelit	45%
Suma częściowa Osoby świadome istnienia wszystkich rodzajów mikrobiomu	26%

Poziom wiedzy na temat mikrobioty	
Średnia arytmetyczna poprawnych odpowiedzi	6,2/10

Poziom wiedzy na temat rozwiązań, które mogą utrzymać równowagę mikrobioty	
Wie dokładnie, czym są probiotyki	37%
Wie dokładnie, czym są prebiotyki	17%

Podjęcie i identyfikacja właściwych działań w celu utrzymania równowagi mikrobioty	
Podjęto określone działania	58%
Liczba zidentyfikowanych zachowań mających na celu utrzymanie mikrobioty	4,1/7

Zakres informacji przekazywanych przez pracowników służby zdrowia	
Otrzymało co najmniej jedną informację co najmniej raz	51%

## Najważniejsze wnioski

Sformułowanie „mikrobiom” nie jest dobrze znane w Portugalii, termin „flora” jest zdecydowanie najpopularniejszym słowem, szczególnie w kontekście jelit.

Z drugiej strony, po przeczytaniu definicji wyjaśniającej, że flora jest słowem używanym w przeszłości w odniesieniu do mikrobiomu, wykazują się większą wiedzą w porównaniu z innymi krajami. W większym stopniu znają rolę i konsekwencje zaburzenia równowagi mikrobioty.

Mają również lepszą wiedzę na temat tego, że można podjąć pewne działania w celu utrzymania równowagi mikrobioty, jednak nie są tak dobrzy w identyfikowaniu zachowań, które pomagają mikrobiomowi.

Co więcej rozwiązania takie jak probiotyki czy prebiotyki nie wydają się być zbyt powszechnie stosowane przez Portugalczyków: większość z nich słyszała o nich, ale tylko mniejszość wie dokładnie, czym są i co z tego wynika.

Niemniej ten brak świadomości jest również związany z niewielką ilością informacji, które otrzymali od pracowników służby zdrowia: tylko połowa otrzymała te informacje od swojego lekarza.

A large, light-colored rectangular area on the left side of the slide contains a dense, overlapping pattern of various bacterial and fungal shapes, including rods, cocci, and branching structures, rendered in a light gray or off-white color against a white background. This pattern is set against a dark blue background that covers the rest of the slide.

# ZAŁĄCZNIKI

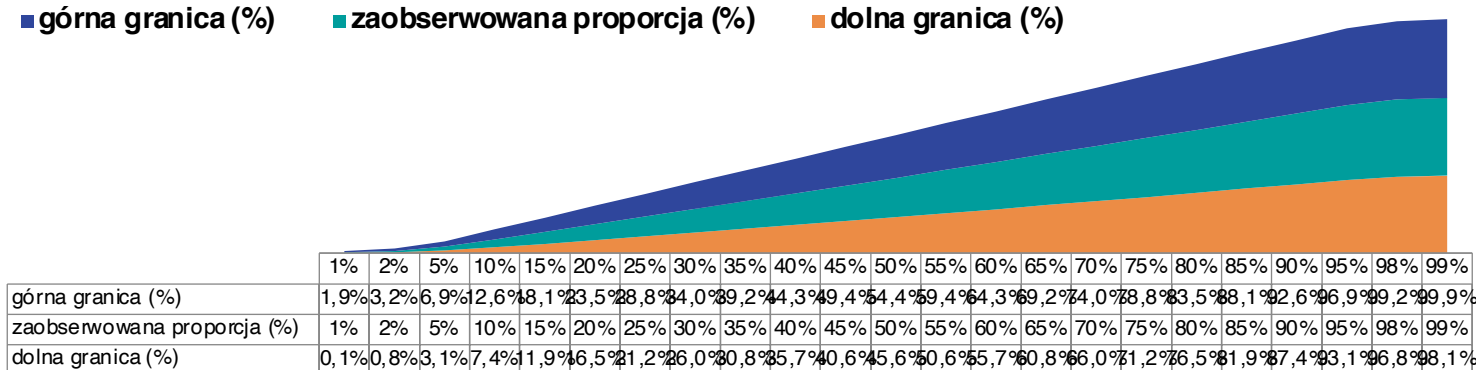
# WIARYGODNOŚĆ WYNIKÓW

## Arkusze obliczeniowy

### W przypadku tego badania:

- Przedział ufności: **95%**
- Rozmiar próby: **1000**

### Zaobserwowane proporcje mieszczą się w przedziale:



# OGÓLNY ZARYS BADANIA

## Badanie CAWI – panel online



### PRÓBA

- **Grupa docelowa:** Mężczyźni/kobiety w wieku 18 lat i więcej w każdym kraju
- **Wybór respondentów:** wybór uczestników z zastosowaniem kwot
- **Reprezentatywność próby:** kryteria i źródła: płeć, wiek, status aktywny/nieaktywny, regiony



### ZBIERANIE DANYCH

- **Termin prowadzenia badań:** 21 marca – 10 kwietnia 2023 r.
- **Osiągnięta próba:** 6500 ankiet (100 dla każdego kraju z wyjątkiem Portugalii n=500)
- **Zbieranie danych:** tryb online
- **Program lojalnościowy z systemem nagród punktowych dla panelistów**
- **Metody kontroli jakości odpowiedzi:** monitorowanie zachowań uczestników (identyfikacja odpowiedzi, które zostały udzielone zbyt szybko lub niedbale, np. zaznaczone w linii prostej lub zygzakowatej)
- **Sprawdzanie adresów IP i spójności danych demograficznych.**



### PRZETWARZANIE DANYCH

- Próba ważona
- Zastosowana metoda: metoda ważenia wieńcowego
- Kryteria ważenia: kryteria i źródła: płeć, wiek, status aktywny/nieaktywny, regiony

## MATERIAŁ BADAWCZY KWESTIONARIUSZ



Questionnaire

# WIARYGODNOŚĆ WYNIKÓW: SAMODZIELNE WYPEŁNIANIE ANKIET IIS ONLINE

Aby zapewnić ogólną wiarygodność badania, należy wziąć pod uwagę wszystkie możliwe elementy błędu. Dlatego też Ipsos wprowadza ścisłe kontrole i procedury na każdym etapie procesu badania.

## PRZED ZEBRANIEM DANYCH

- **Próba:** struktura i reprezentatywność
- **Kwestionariusz:** kwestionariusz został zredagowany zgodnie z 12 obowiązkowymi standardami. Został sprawdzony i zatwierdzony na wyższym szczeblu, a następnie wysłany do klienta w celu ostatecznej walidacji. Program (lub skrypt kwestionariusza) **został przetestowany przez co najmniej 2 osoby i zatwierdzony.**
- **Zbieranie danych:** ankierzy są szkoleni w zakresie technik ankietowania poprzez specjalny moduł szkoleniowy przed wzięciem udziału w badaniu. Ponadto otrzymują materiały szkoleniowe lub uczestniczą w szczegółowym szkoleniu wdrażającym na początku każdego badania.

## W TRAKCIE ZBIERANIA DANYCH

- **Metoda doboru próby:** Ipsos narzuca bardzo rygorystyczne zasady operacyjne dla swoich procedur doboru, aby zmaksymalizować losowy charakter doboru próby: losowy wybór z list telefonicznych, metoda kwotowa itp.

- **Monitorowanie badania:** zbieranie danych jest monitorowane i sprawdzane (wyłączenie łącze, walidacja adresu IP, wnikliwość monitorowania zachowań panelistów, długość badania, spójność odpowiedzi, wskaźnik uczestnictwa, liczba przypomnień itp.)

## PO ZEBRANIU DANYCH

- Wyniki zostały przeanalizowane zgodnie z metodami analizy statystycznej (przedział ufności a wielkość próby, testy istotności). Pierwsze wyniki były systematycznie porównywane z surowymi wynikami z etapu zbierania danych. Sprawdzona została również spójność wyników (w szczególności wyniki zaobserwowane w porównaniu ze źródłami porównawczymi będącymi w naszym posiadaniu).
- W przypadkach, w których stosowane jest ważenie próby (metoda kalibracji zintegrowanej), zostało to sprawdzone przez zespoły ds. przetwarzania (DP), a następnie zatwierdzone przez zespoły ds. badań.

# OGÓLNY ZARYS BADANIA

## Organizacja (badanie CAWI – panel online)



### DZIAŁANIA PROWADZONE LUB Koordynowane przez zespoły IPSOS we Francji

- Projekt i metodologia
- Walidacja skryptów
- Koordynacja i walidacja tłumaczenia
- Koordynacja zbierania danych
- Przetwarzanie danych
- Walidacja analiz statystycznych
- Tworzenie sprawozdania z badania
- Projekt prezentacji wyników
- Prezentacja ustna Analizy



### DZIAŁANIA PROWADZONE PRZEZ Lokalne zespoły ekspertów IPSOS

- Tłumaczenie
- Tworzenie skryptów
- Dobór próby (panel IIS)
- Wysyłanie wiadomości e-mail
- Zbieranie danych
- Mapowanie danych



# O IPSOS

Ipsos jest trzecią co do wielkości firmą badawczą na świecie, obecna na 90 rynkach i zatrudniająca ponad 18 000 osób.

Nasi specjaliści ds. badań, analitycy i naukowcy stworzyli unikatowe, wielospecjalistyczne możliwości, które zapewniają całościowy ogląd działań, opinii i motywacji obywateli, konsumentów, pacjentów, klientów lub pracowników. Naszych 75 rozwiązań biznesowych bazuje na danych pierwotnych pochodzących z ankiet, monitoringu mediów społecznościowych oraz technik jakościowych i obserwacyjnych.

„Game changers” – nasze hasło przewodnie – mówi o ambicji wspierania 5000 klientów w łatwiejszym poruszaniu się po dynamicznie zmieniającym się świecie.

Firma Ipsos, założona we Francji w 1975 roku, jest notowana na giełdzie Euronext Paris od 1 lipca 1999 roku. Spółka jest częścią indeksu SBF 120 i Mid-60 i kwalifikuje się do systemu odroczonego rozliczeń (SRD).

Kod ISIN FR0000073298, Reuters ISOS.PA, Bloomberg  
IPS:FP  
[www.ipsos.com](http://www.ipsos.com)

# GAME CHANGERS

W świecie ciągłej zmiany, w którym obecnie żyjemy, szczególnie ważna jest wiarygodna informacja umożliwiająca spokojne podejmowanie decyzji.

W Ipsos wierzymy, że nasi klienci potrzebują kogoś więcej niż dostawcy danych. Jesteśmy przekonani, że chcą pracować z partnerem zdobywającym dokładne i istotne informacje, które można przełożyć na efektywne działanie.

Dlatego nasi eksperci z pasją i ciekawością nie tylko dostarczają wyniki swoich badań, ale przede wszystkim przekuwają je na głębokie zrozumienie społeczeństw, rynków i ludzi.

W naszej pracy wykorzystujemy najnowsze zdobycze nauki, technologii i badawczego know-how, stosując zasadę bezpieczeństwa (SECURITY), prostoty (SIMPLICITY), szybkości (SPEED) i istotności (SUBSTANCE).

Dzięki temu nasi klienci mogą działać szybciej, efektywniej i śmiało.

Sukces bazuje tu na prostej zasadzie:

**działasz bardziej efektywnie, jeśli masz pełną wiedzę.**