



# International Microbiota Observatory

L'Observatoire International  
des Microbiotes

Druga fala

A large, light-colored rectangular area on the left side of the slide contains a dense, overlapping pattern of stylized, greyish-white shapes that resemble various types of bacteria, including rods, cocci, and branching structures. The background of the entire slide is a dark, deep blue.

# Metody






## Metody





To międzynarodowe badanie zostało przeprowadzone online w **11 krajach** w okresie od 26 stycznia do 26 lutego 2024 r.

Przeprowadzono ankietę wśród **7500 osób** w 11 krajach, wśród reprezentatywnych prób populacji w wieku 18 lat i więcej w każdym kraju:

7 krajów zostało już objętych badaniem w 2023 r. Jeśli to możliwe, wskażemy zmiany dla **stałego zakresu**:

+ w tym roku do zakresu dodano 4 kraje:

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

-  Maroko (n = 500)
-  Polska (n = 500)
-  Finlandia (n = 500)
-  Wietnam (n = 500)

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 = 7500)



= Średnia odpowiedzi dla wszystkich 11 krajów.

= Skupienie się na szczegółowych wynikach według różnych kryteriów, takich jak płeć, wiek, obecność dzieci poniżej 3. roku życia, osób ze schorzeniami.



Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe



Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe



Znaczące zmiany od czasu pierwszej ankiety

Te kolorowe oznaczenia pokazują wyniki, które różnią się statystycznie od (są powyżej lub poniżej) średniej dla wszystkich respondentów.



Wszystkie wyniki przedstawiono w %.

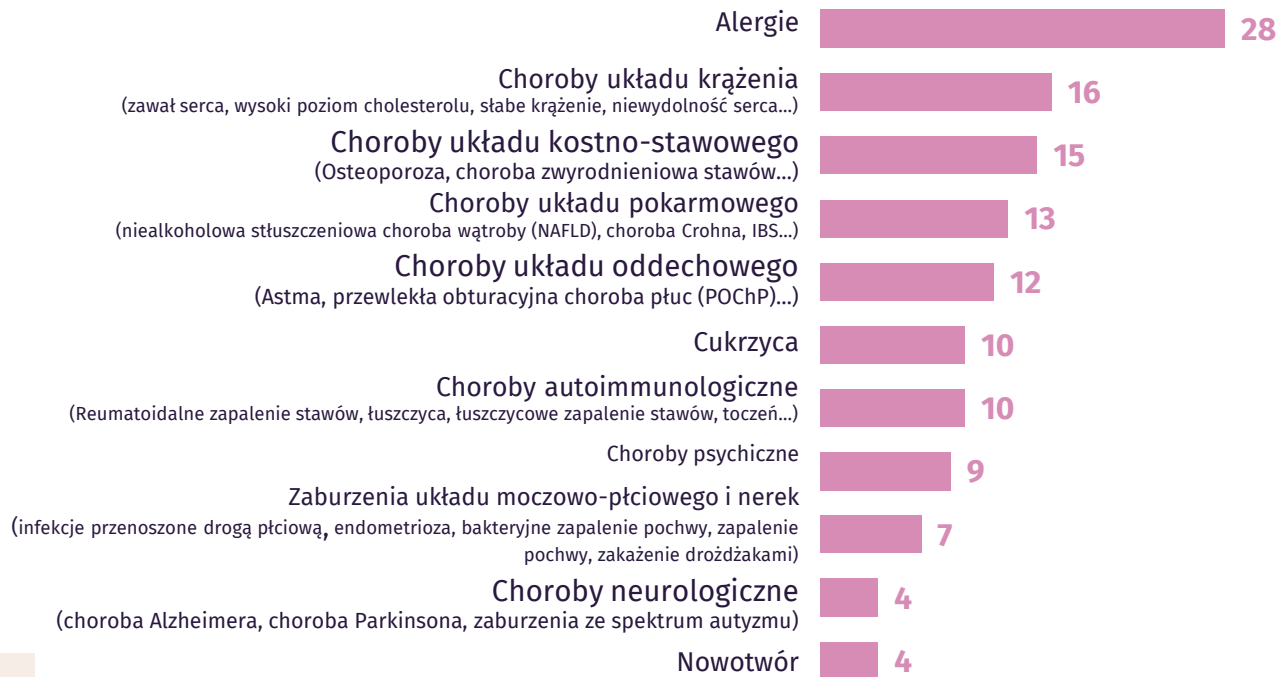
## Osoby z obecnymi schorzeniami

### Temat opisany szczegółowo w całym raporcie



RS10. Spośród poniższych problemów zdrowotnych wskaż te, na które cierpisz.

Podstawa: Wszyscy respondenci





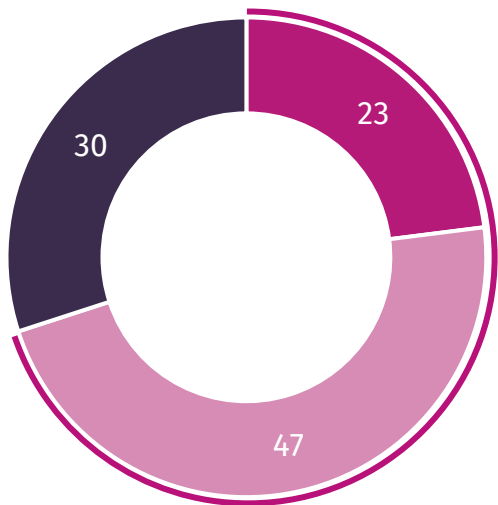
**Świadomość na temat  
mikrobiomu wzrasta, choć  
dokładna wiedza na ten  
temat pozostaje na niskim  
poziomie**

# Świadomość mikrobiomu jest w tym roku znacznie większa: ponad 2/3 słyszało już o nim, ale nadal 1 na 5 osób wie dokładnie, czym on jest.



Pytanie 2. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o „mikrobiomie”?

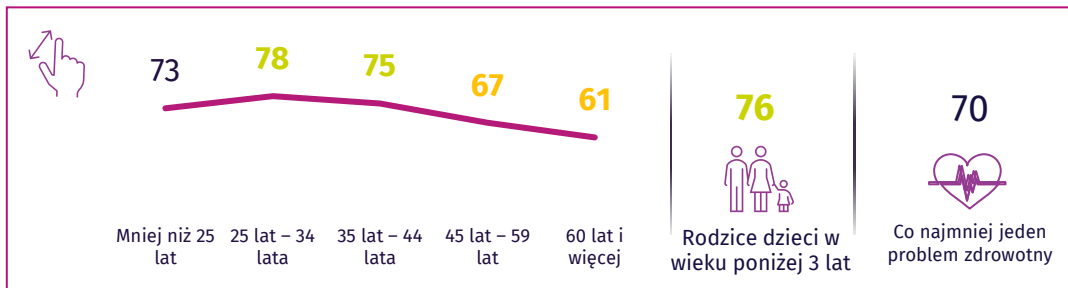
Podstawa: Wszyscy respondenci



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

## 70% słyszało o terminie „mikrobiom”

Stały zakres: **71%, +7 p.** ↗



● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

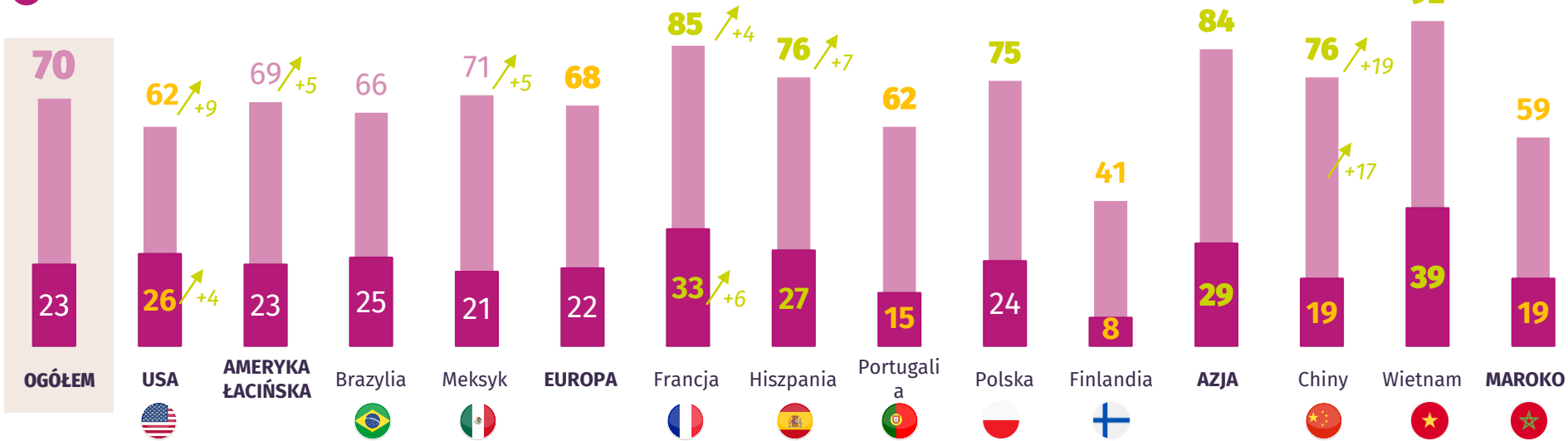
# W poszczególnych krajach świadomość mikrobiomu jest zróżnicowana. Dokładna świadomość pozostaje niska w większości krajów, ale jest wyższa w Wietnamie, Francji i Hiszpanii.

Pytanie 2. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o „mikrobiomie”?

Podstawa: Wszyscy respondenci

% tak

Tak – i wiem dokładnie, co to jest



● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

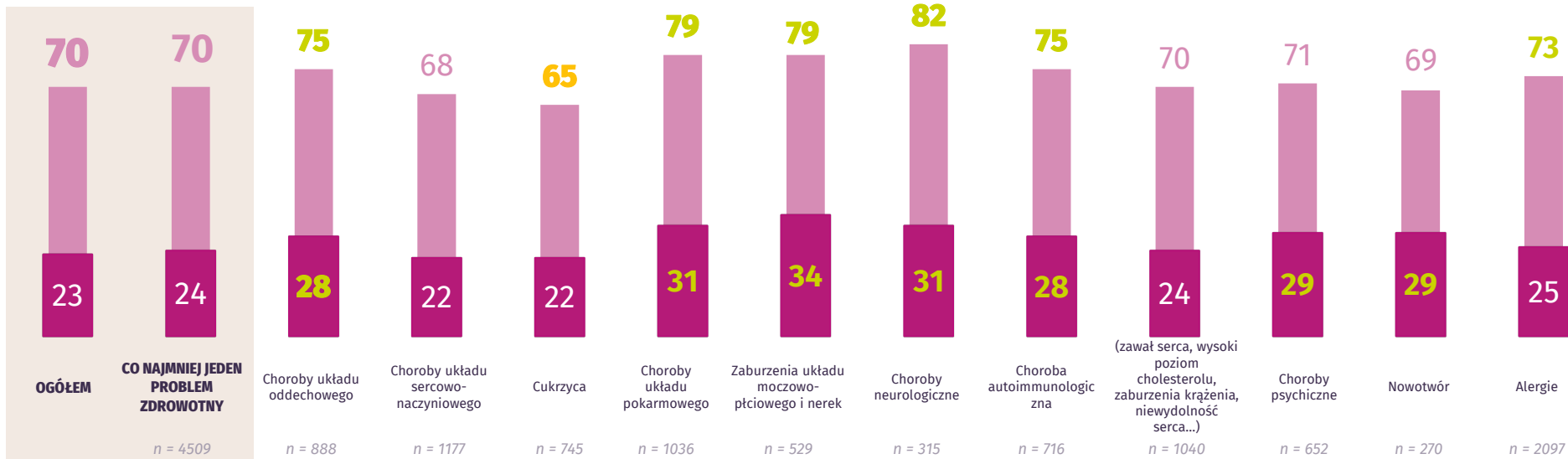


# Świadomość mikrobiomu jest dość podobna wśród osób z problemami zdrowotnymi. Ale osoby z chorobami układu pokarmowego, moczowo-płciowego i neurologicznego mają większą świadomość.

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

% tak

Tak – i wiem dokładnie, co to jest



● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

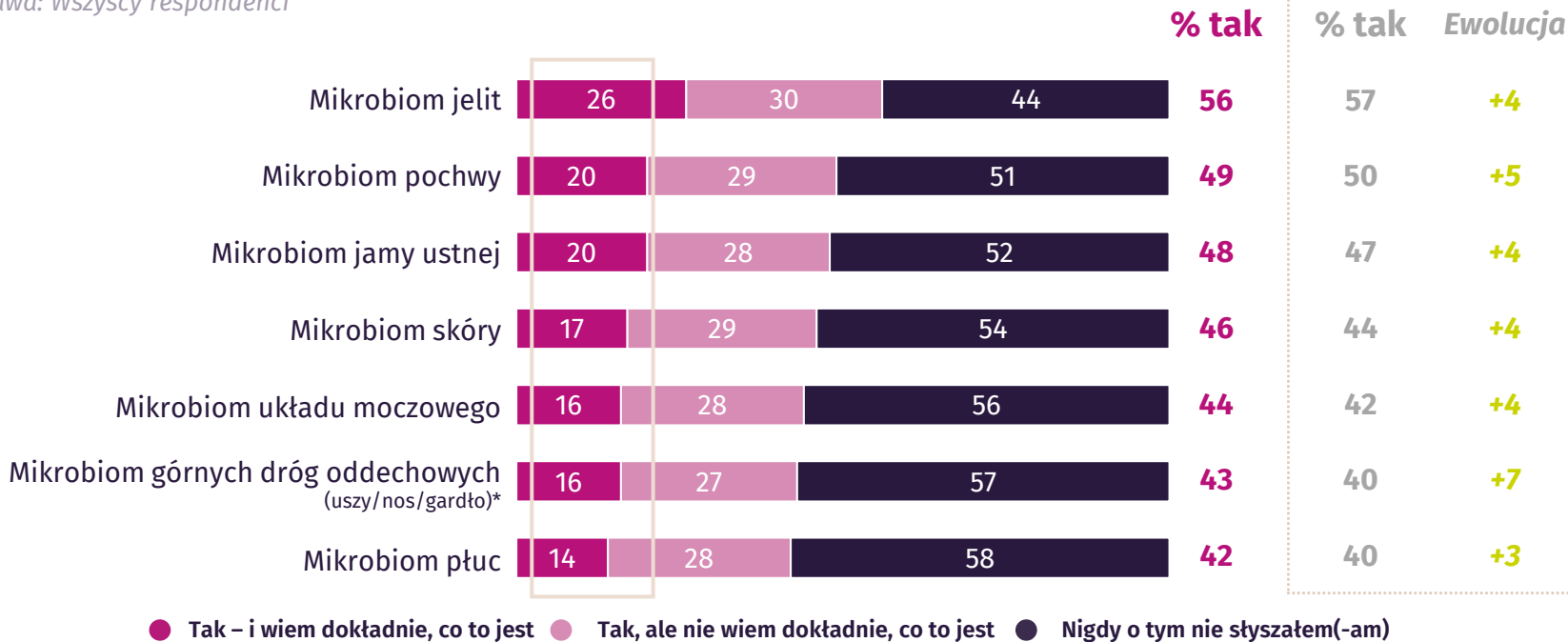
● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe



# Chociaż jest bardziej prawdopodobne, że słyszeli o każdym mikrobiomie, niewiele wie dokładnie, czym one są.



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



\* Ta pozycja jest w tym roku bardziej precyzyjna



## W ujęciu szczegółowym Azjaci lepiej znają każdy rodzaj mikrobiomu, podczas gdy Amerykanie i Europejczycy pozostają w tyle.

Pytanie 3. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o następujących terminach?

Podstawa: Wszyscy respondenci

% tak	Ogółem	USA	AMERYKA ŁACIŃSKA	Brazylia	Meksyk	EUROPA	Francja	Hiszpania	Portugalia	Polska	Finlandia	AZJA	Chiny	Wietnam	MAROKO
Mikrobiom jelit	56	49	58 ↗	54	62	51	70 ↗	61	42	45	33	76	65 ↗	87	47
Mikrobiom pochwy	49	42	52 ↗	52 ↗	52	43	58 ↗	52 ↗	38	41	28	65	53	76	46
Mikrobiom jamy ustnej	48	42	48	46	50	40	50 ↗	40	36	44	30	73	64 ↗	82	44
Mikrobiom skóry	46	43	45	44	46	38	43 ↗	39	35	43	31	69	58 ↗	80	45
Mikrobiom układu moczowego	44	41	44	41	47	38	44 ↗	41	36	43	26	62	46	78	44
Mikrobiom górnych dróg oddechowych (uszy/nos/gardło)	43	39	43 ↗	43 ↗	42 ↗	35	42 ↗	33	32	40	27	63	48	78	45
Mikrobiom płuc	42	38	44	43	44	34	38 ↗	36	33	40	26	62	50 ↗	75	42

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe



# Rodzice małych dzieci i osób w wieku 25–44 lat mają większą świadomość na temat każdego rodzaju mikrobiomu.

Pytanie 3. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o następujących terminach?

Podstawa: Wszyscy respondenci

% tak

	Ogółem	Mniej niż 25 lat <i>n</i> = 888	Od 25 do 34 lat <i>n</i> = 1409	Od 35 do 44 lat <i>n</i> = 1402	Od 45 do 59 lat <i>n</i> = 1979	60 lat i więcej <i>n</i> = 1822	Mężczyźni <i>n</i> = 3615	Kobiety <i>n</i> = 3885	Rodzice dzieci w wieku poniżej 3 lat <i>n</i> = 591
Mikrobiom jelit	<b>56</b>	56	<b>67</b>	<b>63</b>	<b>53</b>	<b>46</b>	55	57	<b>65</b>
Mikrobiom pochwy	<b>49</b>	50	<b>60</b>	<b>57</b>	<b>46</b>	<b>38</b>	<b>46</b>	<b>52</b>	<b>60</b>
Mikrobiom jamy ustnej	<b>48</b>	50	<b>60</b>	<b>55</b>	<b>44</b>	<b>37</b>	49	47	<b>60</b>
Mikrobiom skóry	<b>46</b>	<b>50</b>	<b>58</b>	<b>54</b>	<b>43</b>	<b>34</b>	47	46	<b>58</b>
Mikrobiom układu moczowego	<b>44</b>	47	<b>56</b>	<b>52</b>	<b>41</b>	<b>33</b>	43	45	<b>54</b>
Mikrobiom górnych dróg oddechowych (uszy/nos/gardło)	<b>43</b>	45	<b>56</b>	<b>51</b>	<b>39</b>	<b>31</b>	43	42	<b>58</b>
Mikrobiom płuc	<b>42</b>	44	<b>53</b>	<b>50</b>	<b>39</b>	<b>32</b>	43	42	<b>55</b>

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe



# Osoby z problemami zdrowotnymi wydają się lepiej znać każdy rodzaj mikrobiomu, szczególnie te z chorobami układu pokarmowego, moczowo-płciowego i nerwowego.

Pytanie 3. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o następujących terminach?

Podstawa: Wszyscy respondenci

% tak

	Ogółem n = 4509	CO NAJMNIEJ JEDEN PROBLEM ZDROWOTNY n = 888	Choroby układu oddechowego n = 1177	Choroby układu krążenia n = 745	Cukrzyca n = 1036	Choroby układu pokarmowego n = 529	Zaburzenia układu moczowo- płciowego i nerek n = 315	Choroby neurologiczne n = 716	Choroby autoimmunologiczne n = 1040	Choroby układu kostno- stawowego n = 652	Choroby psychiczne n = 270	Nowotwór n = 2097	Alergie n = 2097
Mikrobiom jelit	56	57	64	53	51	66	64	68	63	59	56	56	60
Mikrobiom pochwy	49	50	56	45	44	60	63	65	56	52	53	53	54
Mikrobiom jamy ustnej	48	49	57	44	45	59	60	65	55	52	49	54	53
Mikrobiom skóry	46	47	57	43	45	57	58	67	55	50	50	54	51
Mikrobiom układu moczowego	44	46	53	41	43	55	56	59	51	48	45	48	50
Mikrobiom górnych dróg oddechowych (uszy/nos/gardło)	43	44	52	40	41	54	56	59	51	45	44	49	48
Mikrobiom płuc	42	43	53	40	39	53	54	64	50	46	43	51	47

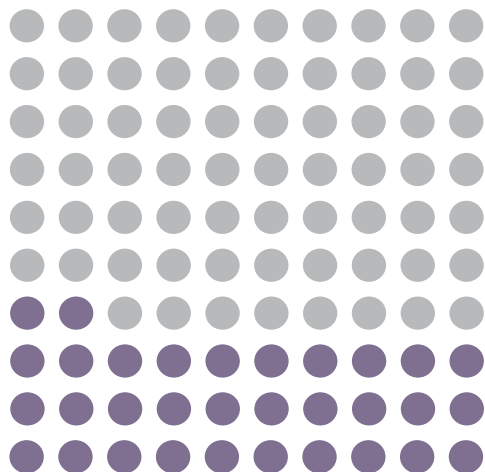
● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

# Ogólnie rzecz biorąc, prawie jedna trzecia populacji słyszała już o każdym mikrobiomie, co oznacza wzrost w porównaniu z ubiegłym rokiem.

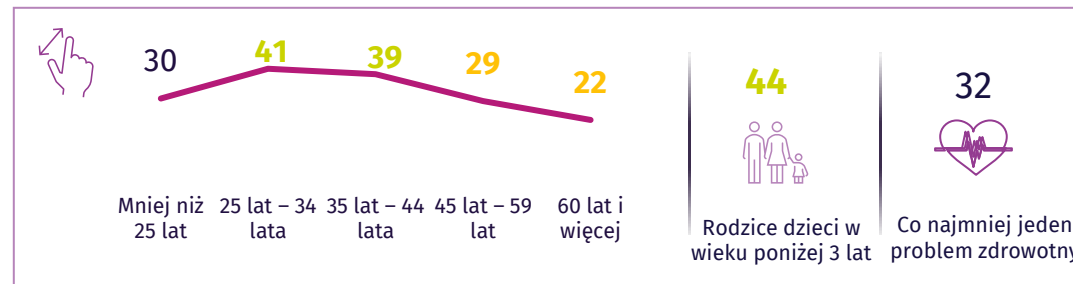
Pytanie 3. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o następujących terminach?

Podstawa: Wszyscy respondenci



**32%** słyszało o każdym rodzaju mikrobiomu:  
mikrobiom jelit, pochwy, skóry, płuc, układu moczowego, jamy ustnej i górnych dróg oddechowych

Staty zakres: **29%, +3 p.** ↗



Ale tylko **8% zna** dokładnie wszystkie rodzaje

Staty zakres: **8%, +3 p.** ↗

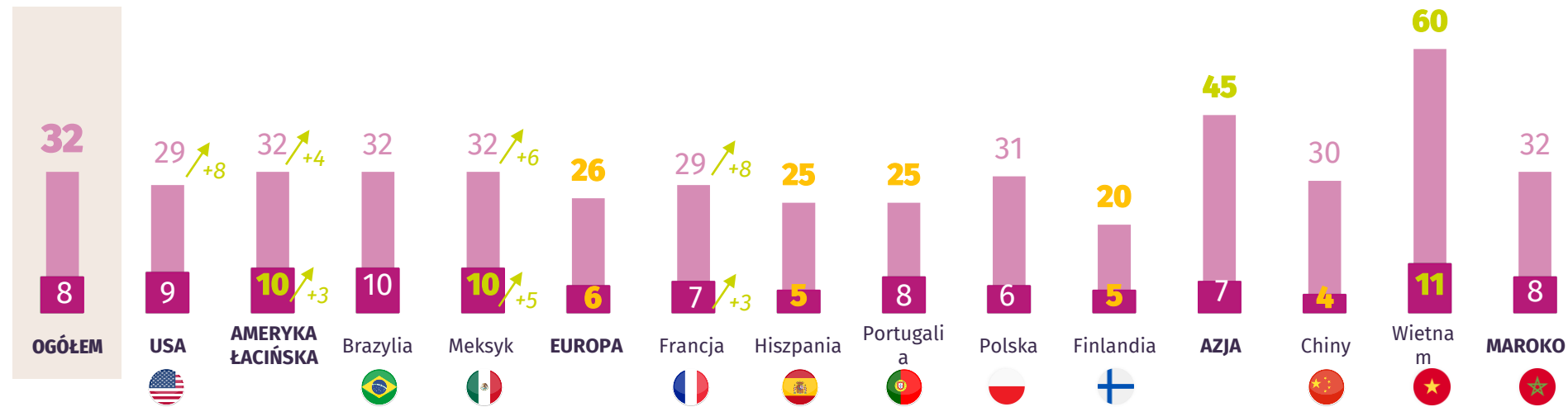
● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

# W prawie całym kraju mniejszość słyszała o wszystkich rodzajach mikrobiomu. Jedynym wyjątkiem jest Wietnam, gdzie słyszało o nich 6 na 10 osób.

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

## % słyszało o każdym rodzaju mikrobiomu % dokładnie zna wszystkie rodzaje mikrobiomu



● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

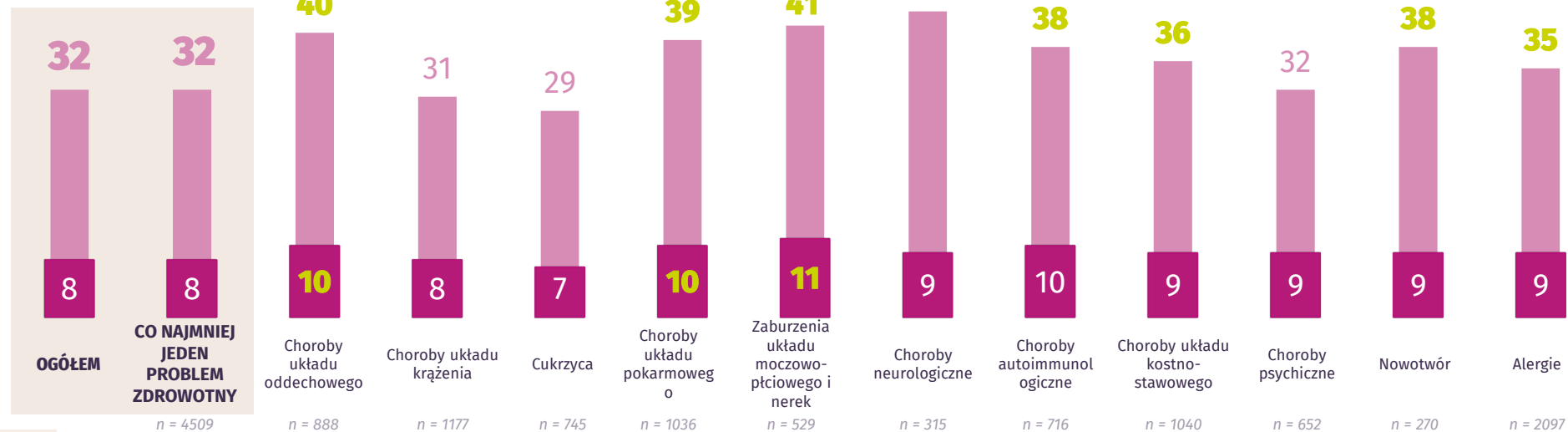


# Poziom świadomości nie jest wyższy wśród osób z problemami zdrowotnymi, ale w zależności od schorzeń świadomość jest wyższa.

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



## % słyszało o każdym rodzaju mikrobiomu % dokładnie zna wszystkie rodzaje mikrobiomu



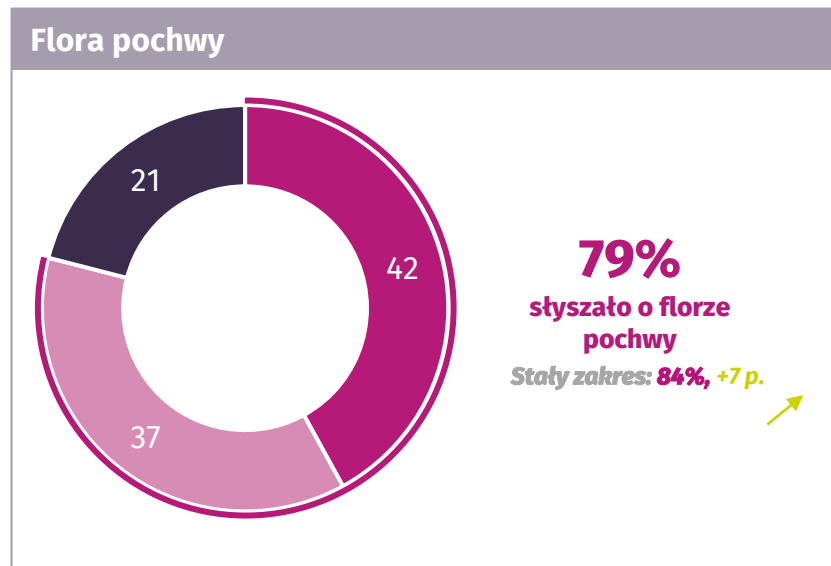
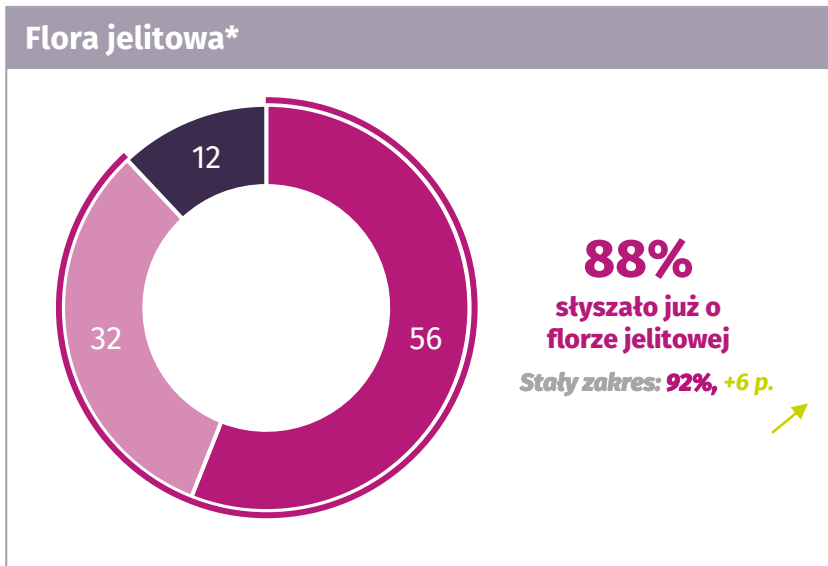
● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

# Podobnie jak w ubiegłym roku, termin „flora” jest bardziej popularny niż „mikrobiom”.



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)

\* Brzmienie tej pozycji zostało zmienione w porównaniu do zeszłego roku

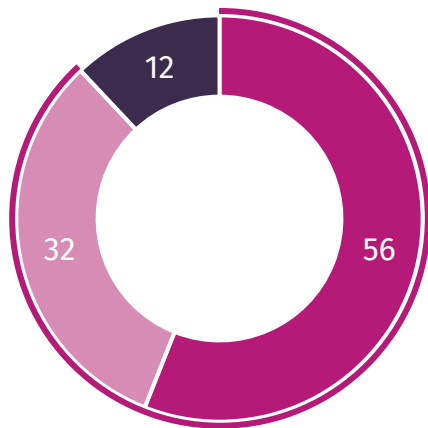


# Mężczyźni i osoby najmłodsze są mniej świadomi flory jelitowej.



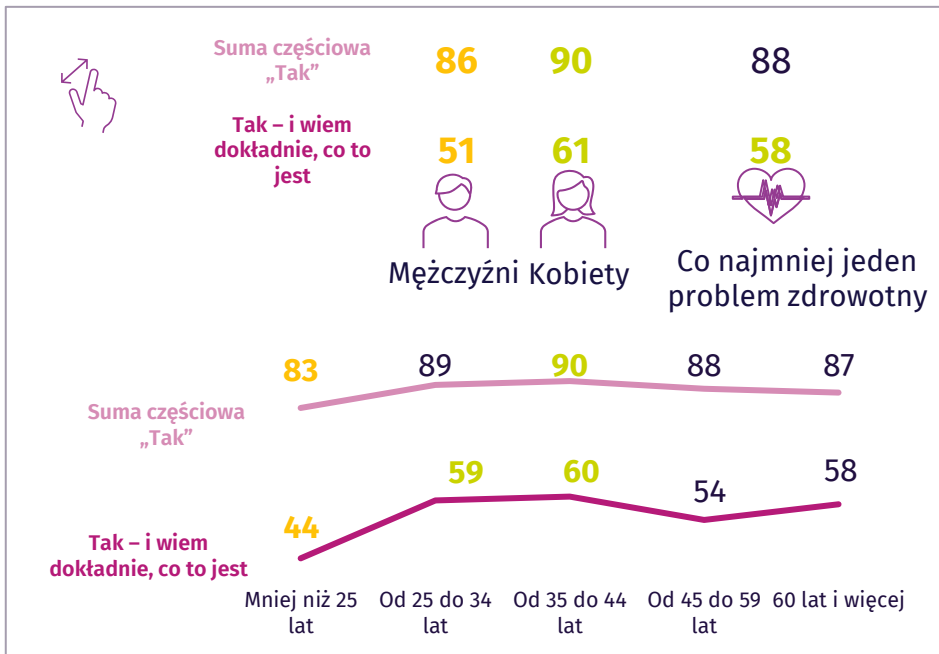
Pytanie 2bis. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o tych terminach?  
Podstawa: Wszyscy respondenci

## Flora jelitowa\*



**88%**  
słyszało już o  
florze jelitowej  
Staly zakres: 92%, +6 p.

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



\* Brzmienie tej pozycji zostało zmienione w porównaniu z zeszłym rokiem



# Amerykani, Finowie i Marokańczycy wiedzą mniej o florze jelitowej.

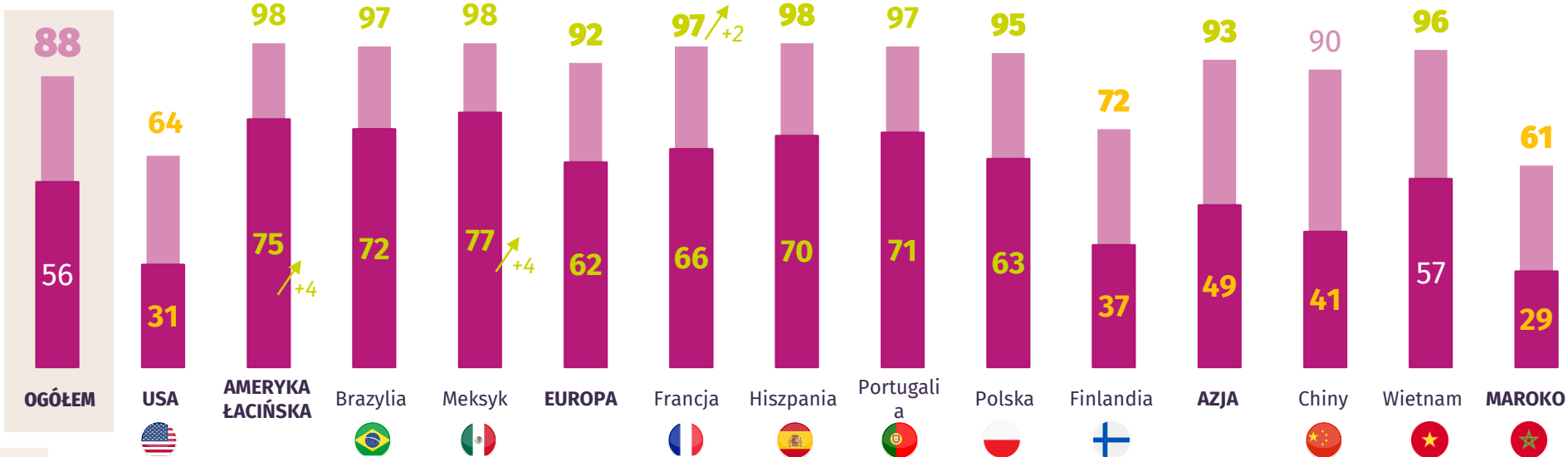
Pytanie 2bis. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o tych terminach?

Podstawa: Wszyscy respondenci

## Flora jelitowa\*

% tak

Tak – i wiem dokładnie, co to jest



● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

\* Brzmienie tej pozycji zostało zmienione w porównaniu z zeszłym rokiem



# Znajomość flory jelitowej jest dość podobna wśród osób chorych w porównaniu ze średnią.



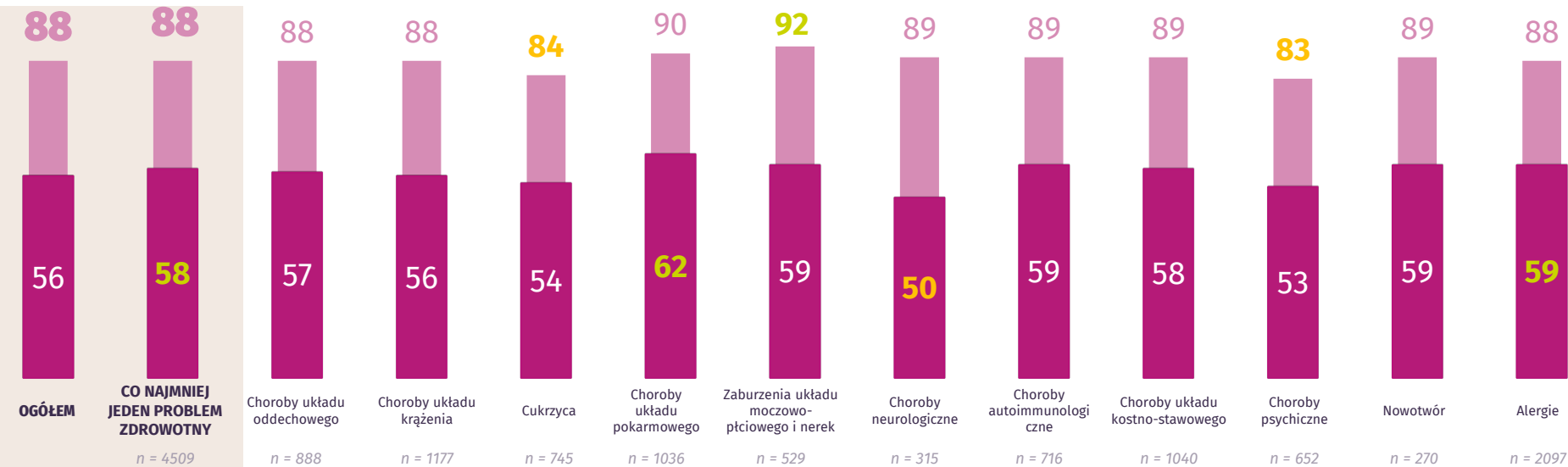
Pytanie 2bis. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o tych terminach?

Podstawa: Wszyscy respondenci

## Flora jelitowa\*

% tak

**Tak – i wiem dokładnie, co to jest**



● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

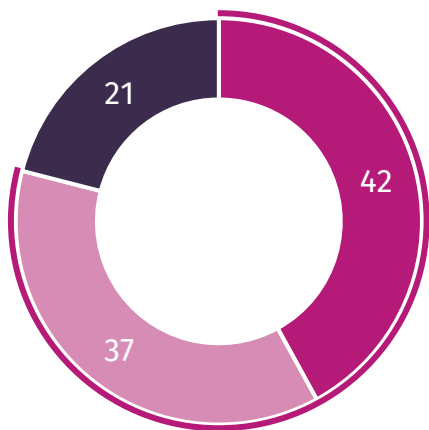
\* Brzmienie tej pozycji zostało zmienione w porównaniu z zeszłym rokiem

# Po raz kolejny mężczyźni i osoby najmłodsze wydają się mniej świadome flory pochwy.



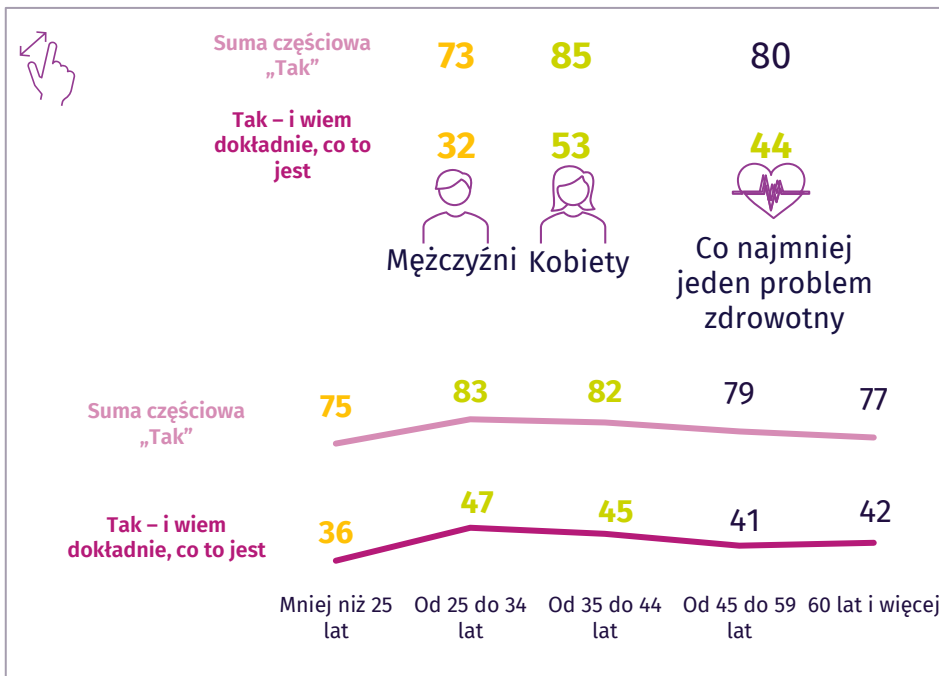
Pytanie 2bis. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o tych terminach?  
Podstawa: Wszyscy respondenci

## Flora pochwy



**79%**  
słyszało o florze  
pochwy  
Stały zakres: **84%, +7 p.**

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





# Świadomość flory pochwy jest niższa w USA, Finlandii, Chinach i Maroku.

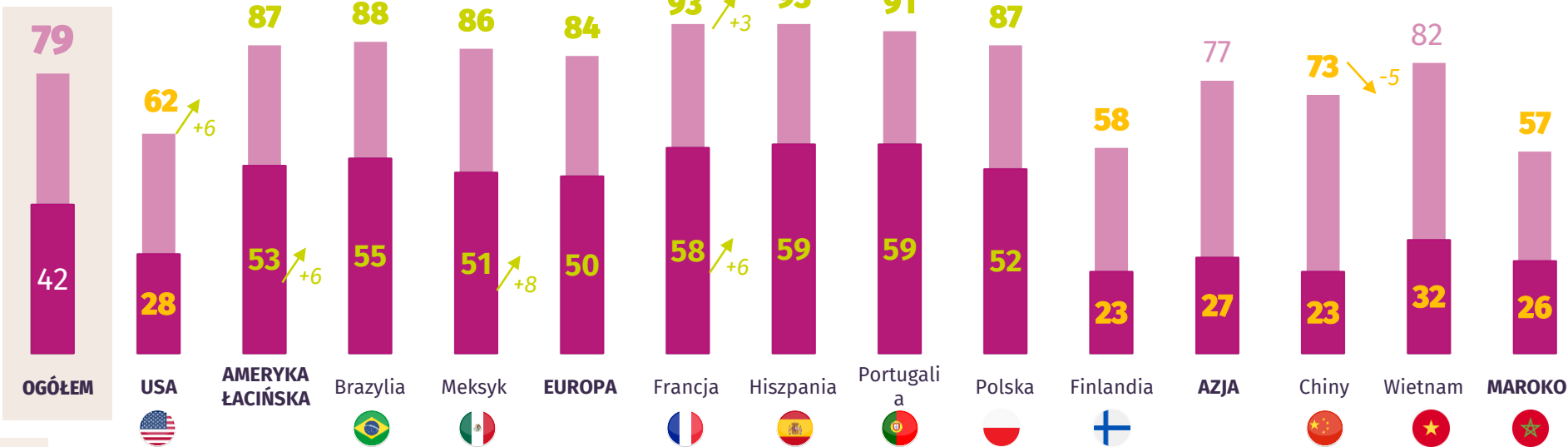
Pytanie 2bis. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o tych terminach?

Podstawa: Wszyscy respondenci

## Flora pochwy

% Tak

**Tak – i wiem dokładnie, co to jest**



● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe



# Osoby cierpiące na problemy zdrowotne wydają się mieć dokładniejszą wiedzę na temat flory pochwy.

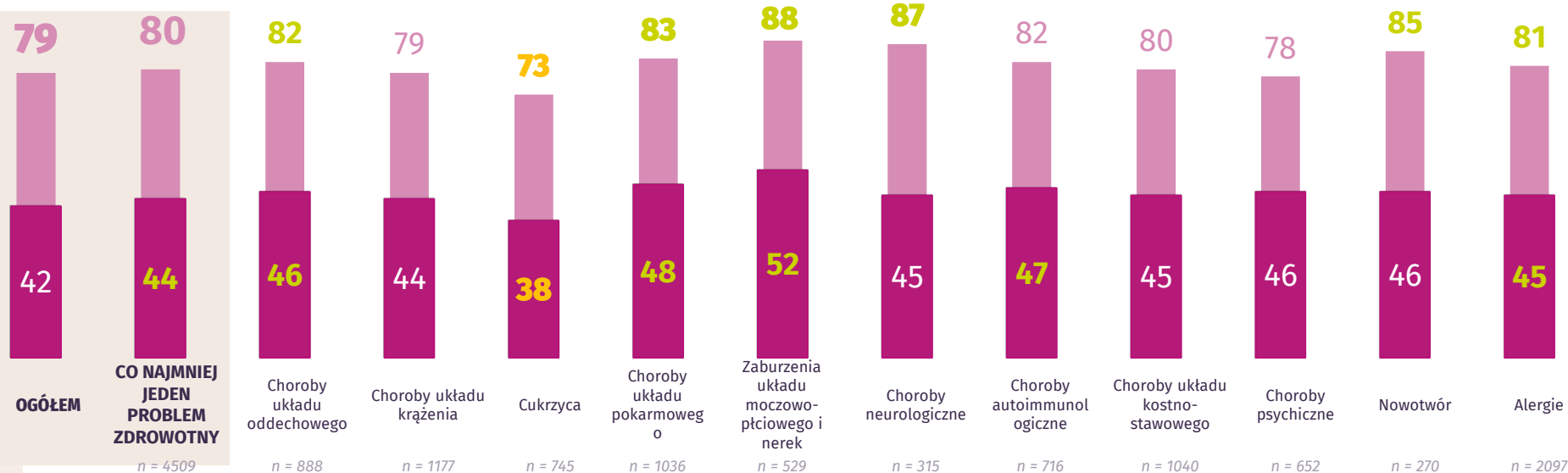
Pytanie 2bis. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o tych terminach?

Podstawa: Wszyscy respondenci

## Flora pochwy

% Tak

Tak – i wiem dokładnie, co to jest



● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

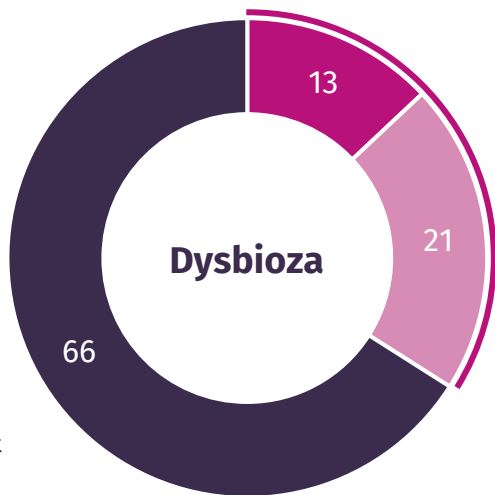


**Wiedza na temat roli i funkcji mikrobiomu jest coraz większa, choć wciąż pozostaje wiele do zrobienia.**

# „Dysbioza” nie jest popularnym terminem wśród ludzi, pomimo poprawy od zeszłego roku.



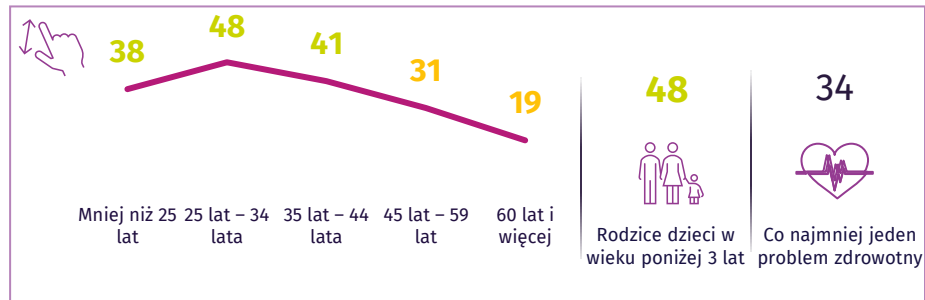
Pytanie 3. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o następujących terminach?  
Podstawa: Wszyscy respondenci



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

**34%** słyszało już o pojęciu „dysbioza”

Staly zakres: 31%, +3 p. ↗



● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe





# Świadomość dysbiozy jest niska we wszystkich krajach, z wyjątkiem Azji, gdzie termin ten jest znacznie lepiej znany.

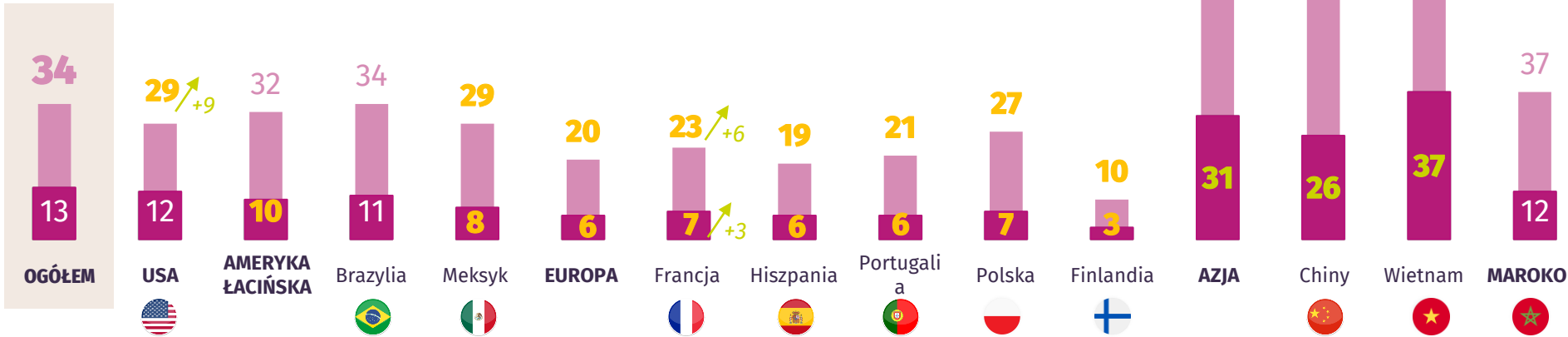
Pytanie 3. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o następujących terminach?

Podstawa: Wszyscy respondenci

## Świadomość dotycząca dysbiozy

% tak

Tak – i wiem dokładnie, co to jest





# Świadomość dysbiozy jest dość podobna wśród osób z problemami zdrowotnymi, przy czym występują pewne wyjątki wśród osób z chorobami układu pokarmowego, moczowo-płciowego i nerwowego, które mają większą świadomość.

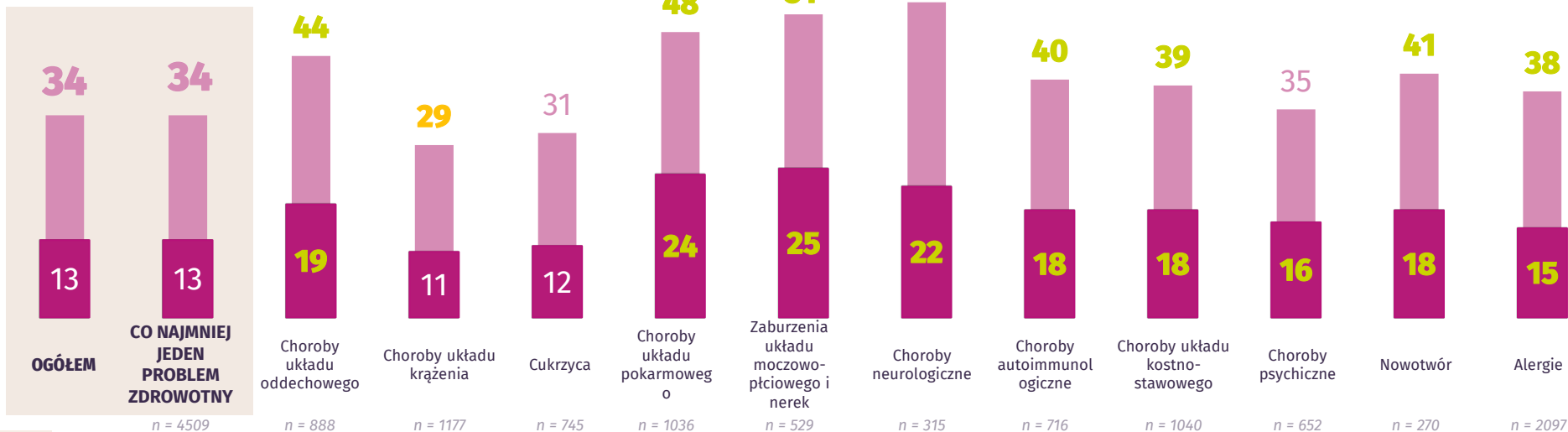
Pytanie 3. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o następujących terminach?

Podstawa: Wszyscy respondenci

## Świadomość dotycząca dysbiozy

% tak

**Tak – i wiem dokładnie, co to jest**



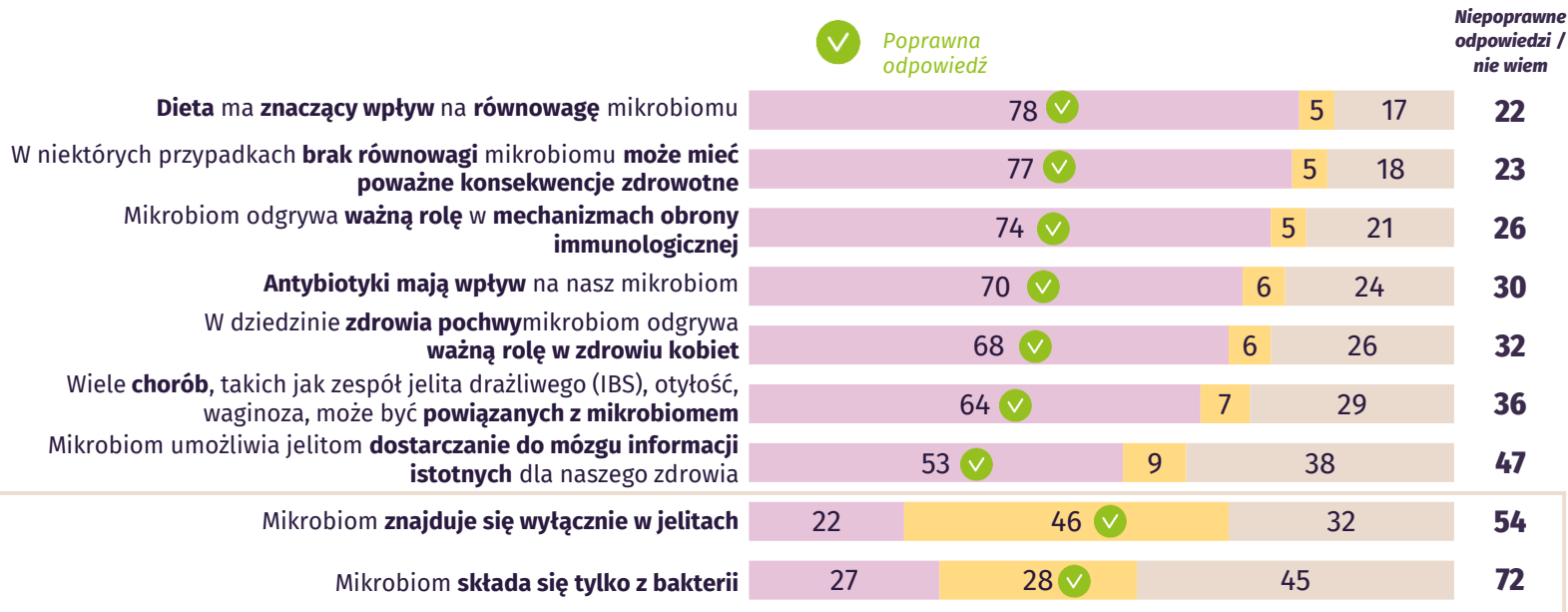
● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

# Wiedza ludzi na temat mikrobiomu wykazuje pewne postępy, ale pozostaje ograniczona, zwłaszcza jeśli chodzi o jego różnorodność i skład.

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



Stały zakres	
% poprawnych odpowiedzi	Ewolucja
76	+2
77	+2
73	+1
67	+1
68	+2
<b>Nowa pozycja</b>	
53	=
46	+1
<b>Nowa pozycja</b>	

● Prawda     
 ● Fałsz     
 ● Nie wiem

Definicja wyświetlana respondentom przed tym pytaniem: W przeszłości najczęściej używanym terminem była „flora” lub „mikroflora”, obecnie nazwa została zmieniona na „mikrobiom”.

## Wiedza na temat mikrobiomu jest wszędzie bardzo umiarkowana, zwłaszcza w USA, Francji i Maroku.

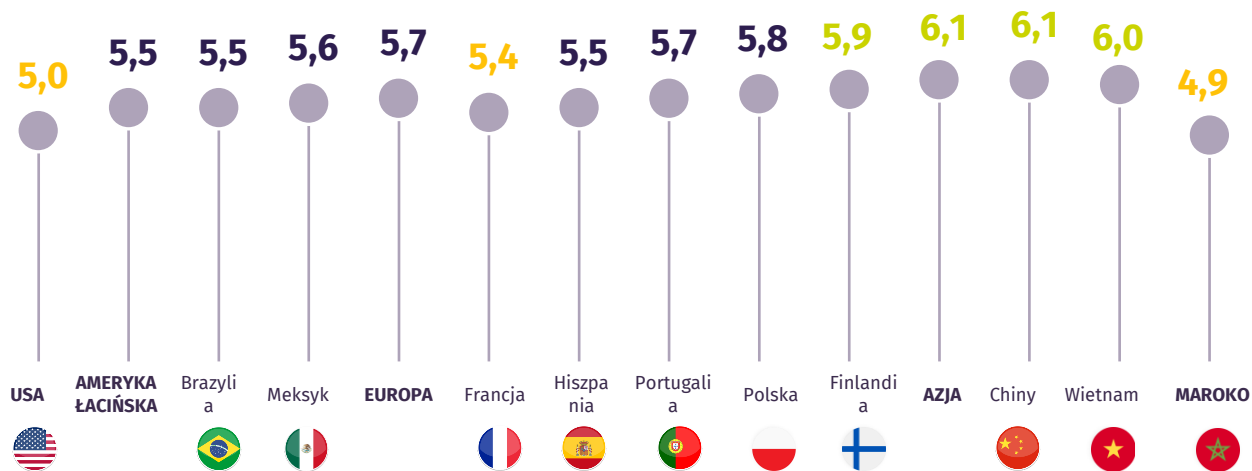


Pytanie 4. Dla każdego z poniższych stwierdzeń zdecyduj, czy uważasz je za PRAWDĘ czy FAŁSZ. Jeśli nie masz pewności co do swojej odpowiedzi, wybierz Nie wiem.

Podstawa: Wszyscy respondenci



Średnia liczba  
dobrych odpowiedzi



- Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe
- Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

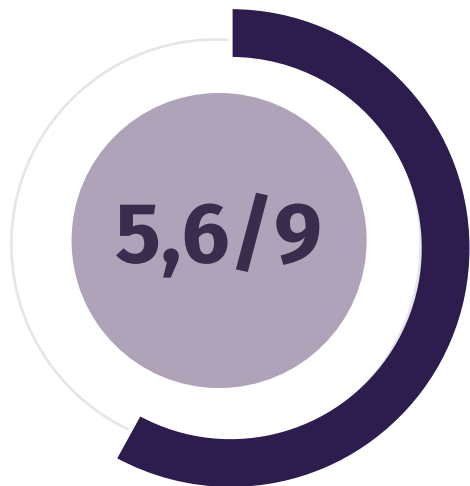


## Osoby najmłodsze i mężczyźni mają bardziej ograniczoną wiedzę.

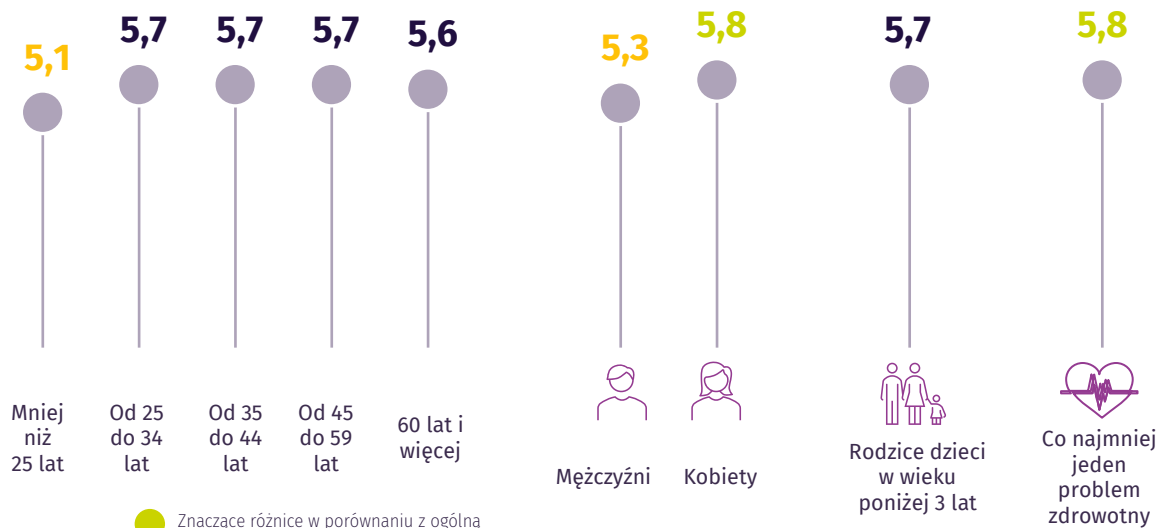


Pytanie 4. Dla każdego z poniższych stwierdzeń zdecyduj, czy uważasz je za PRAWDĘ czy FAŁSZ. Jeśli nie masz pewności co do swojej odpowiedzi, wybierz Nie wiem.

Podstawa: Wszyscy respondenci



Średnia liczba  
dobrych odpowiedzi



● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

# Wiedza na temat mikrobiomu jest zróżnicowana w zależności od kraju: wyższa w Azji, a niższa w USA, Francji i Maroku.

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	USA	AMERYKA ŁĄCZIŃSKA	Brazylia	Meksyk	EUROPA	Francja	Hiszpania	Portugalia	Polska	Finlandia	AZJA	Chiny	Wietnam	MAROKO
Dieta ma znaczący wpływ na równowagę mikrobiomu	78	67	79 ↗	75	82	80	77	78	82	82	83	78	74	83	73
W niektórych przypadkach brak równowagi mikrobiomu może mieć poważne konsekwencje zdrowotne	77	67	79	79	79	78	76	77	81	76	80	80	77 ↗	82	76
Mikrobiom odgrywa ważną rolę w mechanizmach obrony immunologicznej	74	65	76	73	78	75	72	75	76	76	76	77	74 ↗	80	62
Antybiotyki mają wpływ na nasz mikrobiom	70	64	64	68	60	73	65	69	73	80	77	72	70 ↗	75	66
W zakresie zdrowia pochwy mikrobiom odgrywa ważną rolę w zdrowiu kobiet	68	61	69	68	70	69	65	67	69	75	68	72	73 ↗	71	61
Wiele chorób, takich jak zespół jelita drażliwego (IBS), otyłość, waginoza, może być powiązanych z mikrobiomem	64	59	68	64	73	65	55	63	63	70	72	71	71	70	49
Mikrobiom umożliwia jelitom dostarczenie do mózgu informacji istotnych dla naszego zdrowia	53	49	54	58	50	51	55	47	53	47	55	63	62	63	45
Mikrobiom znajduje się wyłącznie w jelitach	46	34 ↗	38	35	41	48	48	51	47	50	47	58	62 ↗	55	33
Mikrobiom składa się wyłącznie z bakterii	28	29	28	29	27	26	24	24	26	24	35	37	50	23	25





# Wiedza na temat mikrobiomu jest większa wśród osób z problemami zdrowotnymi.

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

	CO NAJMNIEJ JEDEN PROBLEM ZDROWOTNY		Choroby układu oddechowego n = 888	Choroby układu krążenia n = 1177	Cukrzyca n = 745	Choroby układu pokarmowego n = 1036	Zaburzenia układu moczowo-płciowego i nerek n = 529	Choroby neurologiczne n = 315	Choroby autoimmunologiczne n = 716	Choroby układu kostno-stawowego n = 1040	Choroby psychiczne n = 652	Nowotwory n = 270	Alergie n = 2097
	Ogółem n = 4509												
Dieta ma znaczący wpływ na równowagę mikrobiomu	78	79	78	82	78	83	79	69	82	82	77	78	80
W niektórych przypadkach brak równowagi mikrobiomu może mieć poważne konsekwencje zdrowotne	77	80	79	80	77	84	78	77	85	83	79	76	82
Mikrobiom odgrywa ważną rolę w mechanizmach obrony immunologicznej	74	76	77	78	71	80	79	71	79	79	73	75	77
Antybiotyki mają wpływ na nasz mikrobiom	70	72	73	74	71	76	74	69	77	74	73	73	73
W zakresie zdrowia pochwy mikrobiom odgrywa ważną rolę w zdrowiu kobiet	68	70	72	71	66	75	76	73	73	73	72	72	72
Wiele chorób, takich jak zespół jelita drażliwego (IBS), otyłość, waginoza, może być powiązanych z mikrobiomem	64	67	67	68	64	75	69	67	73	71	68	66	68
Mikrobiom umożliwia jelitom dostarczanie do mózgu informacji istotnych dla naszego zdrowia	53	55	59	55	53	64	62	58	62	60	58	56	56
Mikrobiom znajduje się wyłącznie w jelitach	46	48	47	46	39	49	47	46	47	48	48	43	47
Mikrobiom składa się wyłącznie z bakterii	28	29	30	28	26	32	30	34	26	27	33	24	32

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe



3

**Aby utrzymać  
zrównoważony  
mikrobiom, ludzie  
prawdopodobnie  
zmienią swoje  
zachowania.**

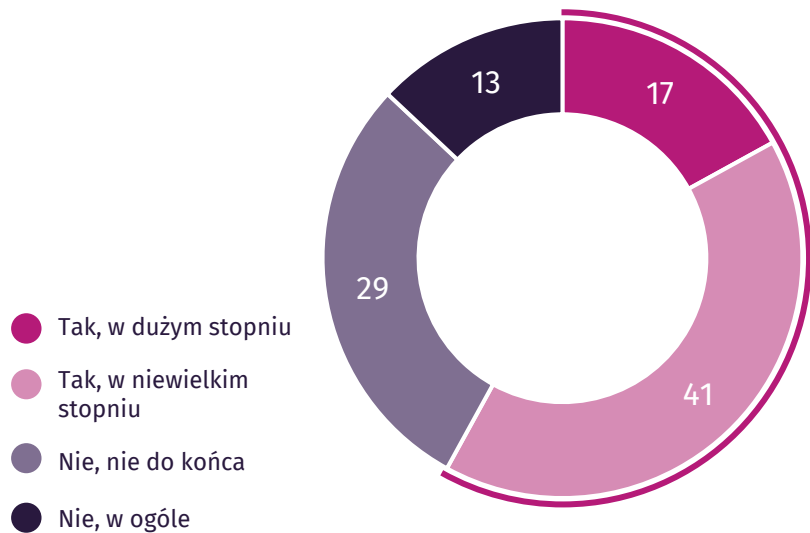


## Ponad połowa zmieniła swoje zachowania zmierzające do zapewnienia równowagi mikrobiomu i jego jak najbardziej stabilnego działania.

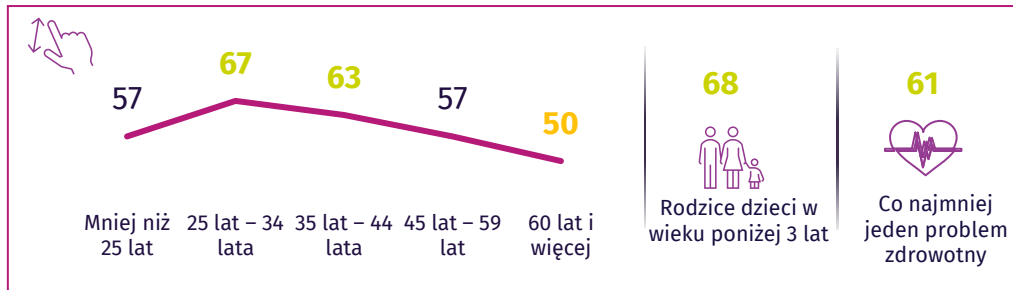


Pytanie 10. Czy w codziennym życiu zmienisz(-aś) swoje zachowania, aby utrzymać mikrobiom w równowadze i funkcjonować tak sprawnie, jak to tylko możliwe?

Podstawa: Wszyscy respondenci



**58%** zmieniło swoje zachowanie



● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe  
● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

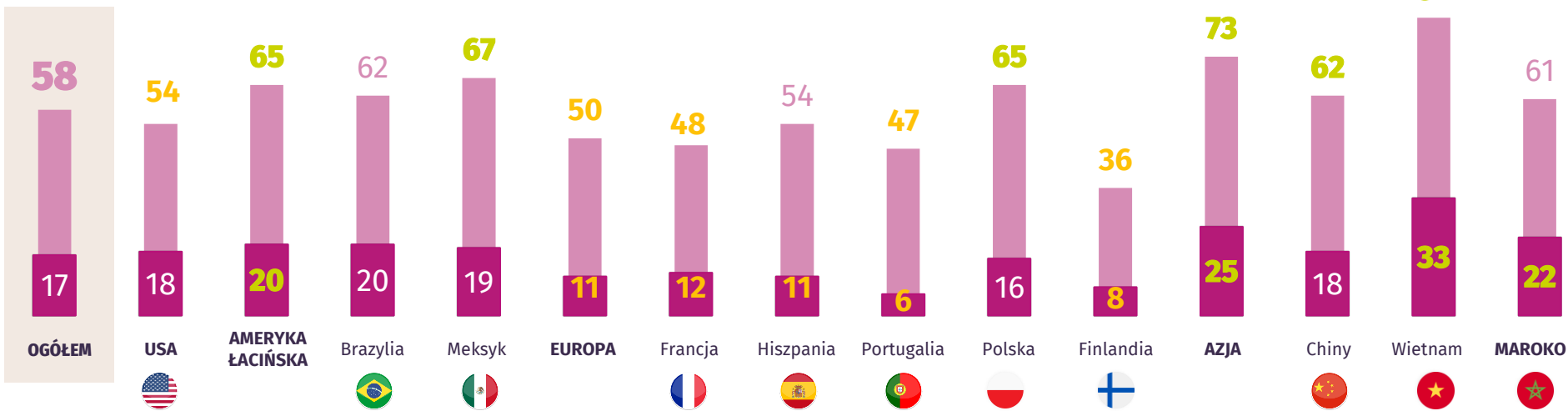
# Meksykanie, Polacy i Azjaci częściej zmieniali swoje zachowania, aby utrzymać równowagę mikrobiomu i jego sprawne funkcjonowanie.

Pytanie 10. Czy w codziennym życiu zmieniłeś(-aś) swoje zachowania, aby utrzymać mikrobiom w równowadze i funkcjonować tak sprawnie, jak to tylko możliwe?

Podstawa: Wszyscy respondenci

% tak

Tak, w dużym stopniu



# Osoby z problemami zdrowotnymi są również bardziej skłonne do zmiany swoich zachowań

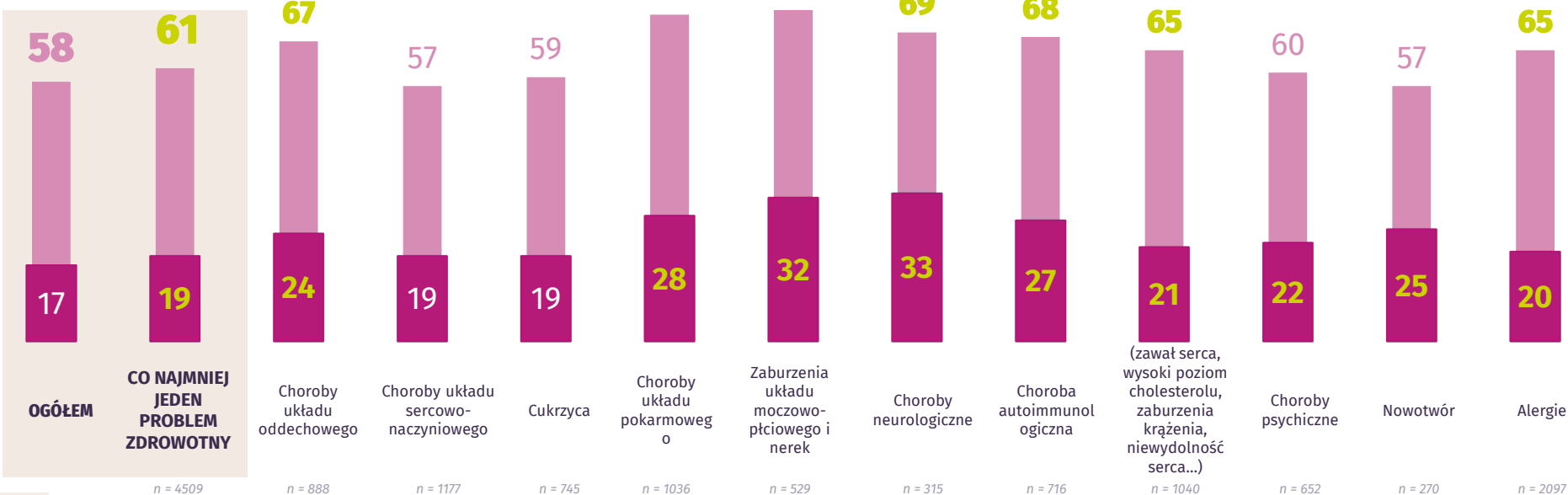


Pytanie 10. Czy w codziennym życiu zmienięś(-aś) swoje zachowania, aby utrzymać mikrobiom w równowadze i funkcjonować tak sprawnie, jak to tylko możliwe?

Podstawa: Wszyscy respondenci

% tak

Tak, w dużym stopniu



● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

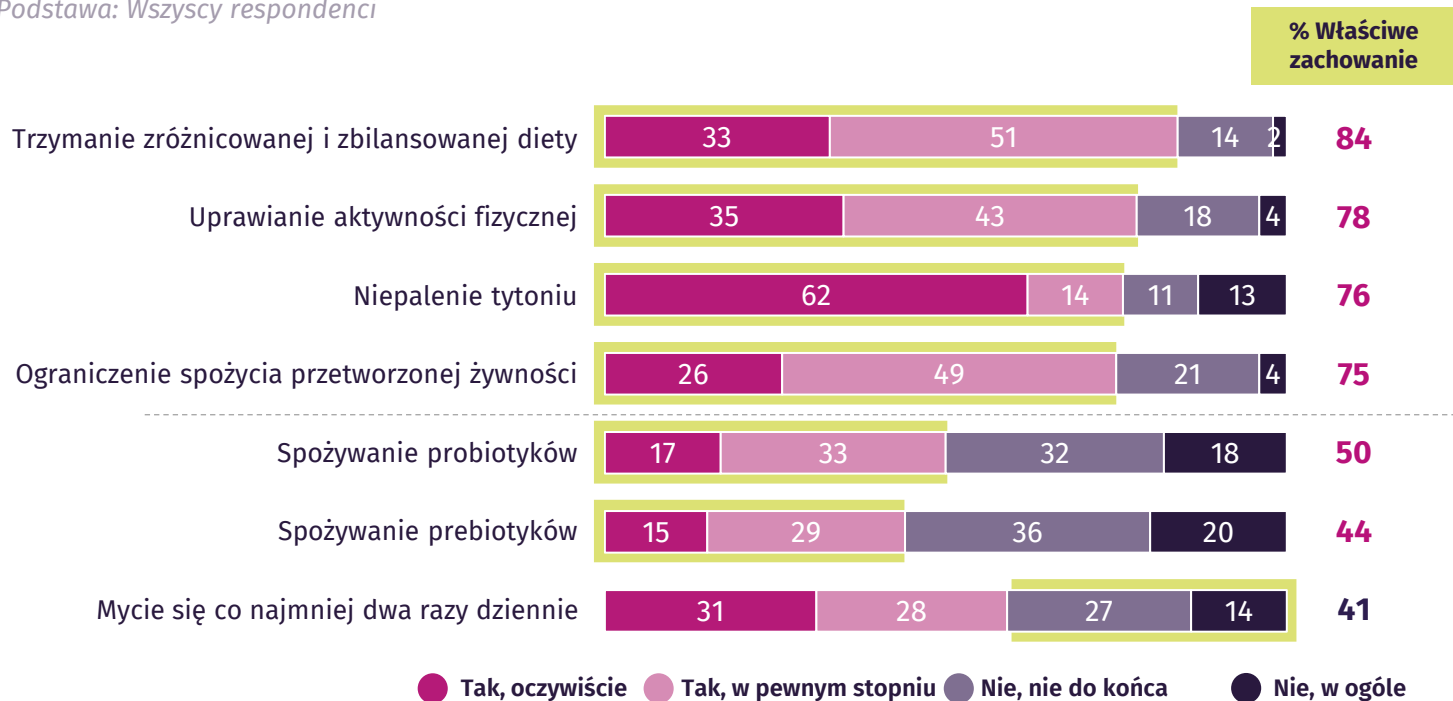
● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

## „Standardowe” zdrowe zachowania są w większości przyjmowane przez ludzi. Jednak zachowania związane z probiotykami, prebiotykami i higieną nie są odpowiednio przyjęte.



Pytanie 11. Czy w swoim codziennym życiu regularnie podejmujesz następujące działania?

Podstawa: Wszyscy respondenci

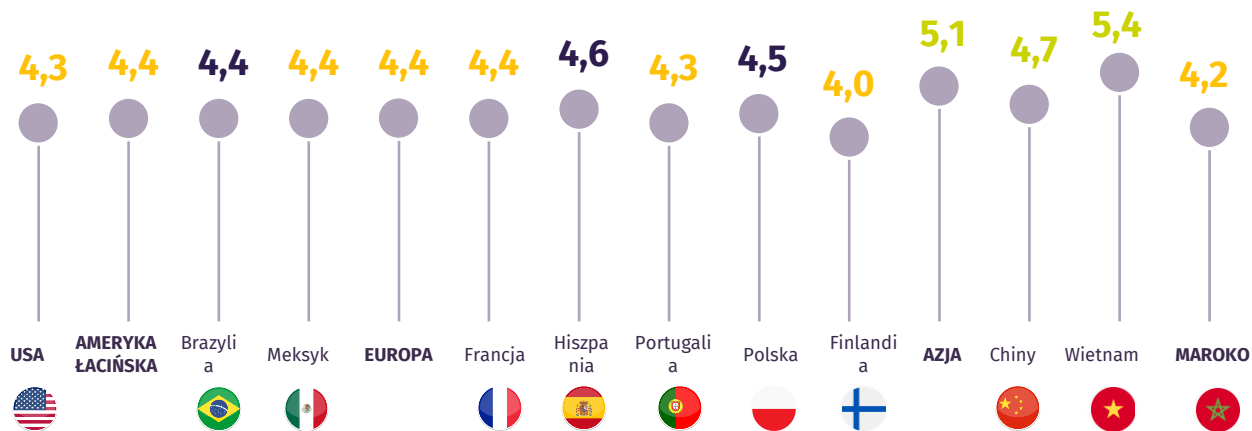


## Respondenci z Azji są bardziej skłonni do przyjęcia odpowiednich zachowań dla swojego mikrobiomu niż osoby w innych krajach.

Pytanie 11. Czy w swoim codziennym życiu regularnie podejmujesz następujące działania?  
Podstawa: Wszyscy respondenci



Średnia liczba właściwych zachowań



- Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe
- Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe



## Amerykanie, Latynosi, Polacy i Azjaci są bardziej skłonni do wielokrotnego mycia rąk w ciągu dnia.

Pytanie 11. Czy w swoim codziennym życiu regularnie podejmujesz następujące działania?

Podstawa: Wszyscy respondenci

% właściwych zachowań	Ogółem	USA	AMERYKA ŁĄCZIŃSKA	Brazylia	Meksyk	EUROPA	Francja	Hiszpania	Portugalia	Polska	Finlandia	AZJA	Chiny	Wietnam	MAROKO
Trzymanie zróżnicowanej i zbilansowanej diety	<b>84</b>	<b>80</b>	<b>81</b>	83	<b>79</b>	85	<b>87</b>	<b>88</b>	82	81	87	86	85	87	84
Uprawianie aktywności fizycznej	<b>78</b>	<b>81</b>	78	<b>73</b>	<b>83</b>	<b>75</b>	<b>70</b>	78	<b>69</b>	77	79	<b>84</b>	78	<b>90</b>	76
Niepalenie tytoniu	<b>76</b>	<b>73</b>	<b>79</b>	<b>81</b>	78	<b>73</b>	77	75	73	<b>70</b>	<b>69</b>	<b>81</b>	76	<b>85</b>	<b>81</b>
Ograniczenie spożycia przetworzonej żywności	<b>75</b>	<b>70</b>	<b>78</b>	77	<b>79</b>	<b>73</b>	<b>78</b>	76	75	79	<b>60</b>	77	<b>68</b>	<b>85</b>	<b>81</b>
Spożywanie probiotyków	<b>50</b>	<b>54</b>	<b>61</b>	<b>56</b>	<b>66</b>	<b>40</b>	<b>33</b>	<b>44</b>	<b>36</b>	<b>60</b>	<b>25</b>	<b>74</b>	<b>68</b>	<b>79</b>	<b>30</b>
Spożywanie prebiotyków	<b>44</b>	45	<b>53</b>	<b>50</b>	<b>56</b>	<b>31</b>	<b>25</b>	<b>35</b>	<b>24</b>	<b>51</b>	<b>19</b>	<b>74</b>	<b>62</b>	<b>87</b>	<b>27</b>
Mycie się co najmniej dwa razy dziennie	<b>41*</b>	<b>26</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	<b>4</b>	<b>59</b>	<b>74</b>	<b>68</b>	<b>69</b>	<b>30</b>	<b>57</b>	<b>30</b>	<b>36</b>	<b>23</b>	<b>46</b>

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

\* Uwaga dla czytelnika: 41% respondentów nie myje się dwa razy dziennie lub częściej, co jest odpowiednim zachowaniem dla ich mikrobiomu.

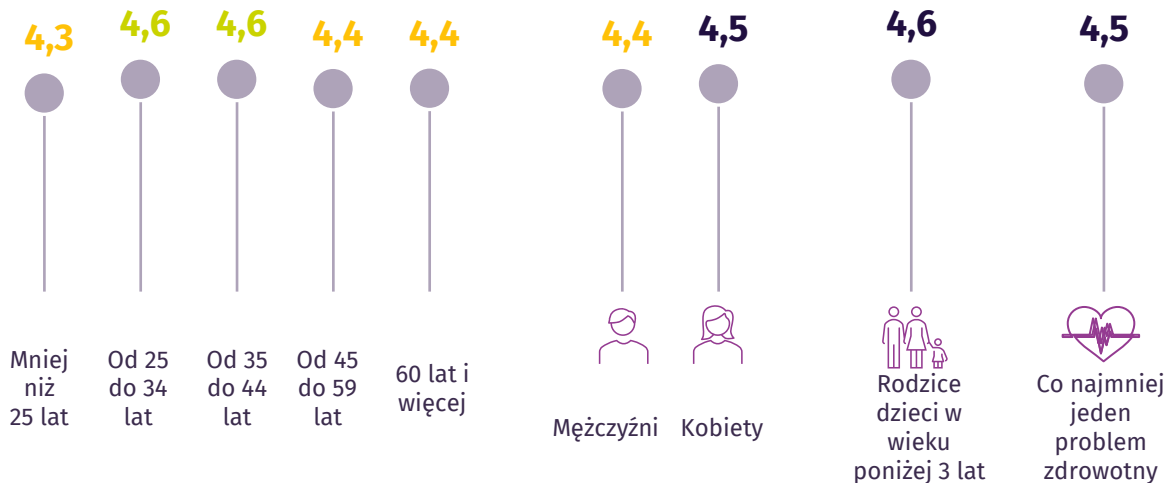
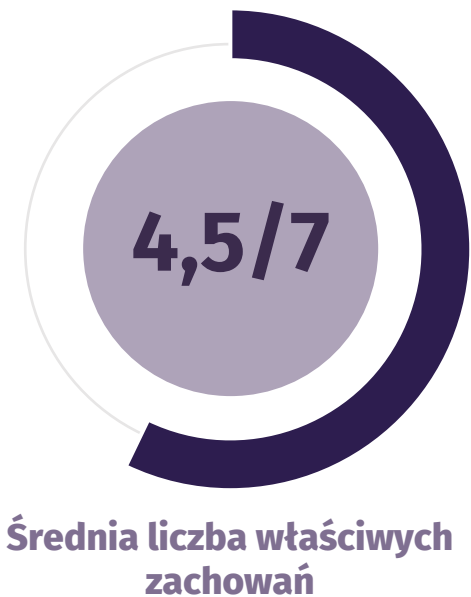


## Osoby w wieku 25–44 lata przyjęły więcej pozytywnych zachowań dla swojego mikrobiomu niż średnia.



Pytanie 11. Czy w swoim codziennym życiu regularnie podejmujesz następujące działania?

Podstawa: Wszyscy respondenci



- Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe
- Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe



# Osoby z problemami zdrowotnymi częściej przyjmują probiotyki i prebiotyki, ale także częściej deklarują mycie się kilka razy dziennie.

Pytanie 11. Czy w swoim codziennym życiu regularnie podejmujesz następujące działania?

Podstawa: Wszyscy respondenci

## % właściwych zachowań

	CO NAJMNIEJ JEDEN PROBLEM ZDROWOTNY		Choroby układu oddechowego n = 888	Choroby układu krążenia n = 1177	Cukrzyca n = 745	Choroby układu pokarmowego n = 1036	Zaburzenia układu moczowo-płciowego i nerek n = 529	Choroby neurologiczne n = 315	Choroby autoimmunologiczne n = 716	Choroby układu kostno-stawowego n = 1040	Choroby psychiczne n = 652	Nowotwory n = 270	Alergie n = 2097
	Ogółem n = 4509												
Trzymanie zróżnicowanej i zbilansowanej diety	<b>84</b>	<b>84</b>	86	86	85	86	86	<b>77</b>	<b>88</b>	86	<b>79</b>	83	85
Uprawianie aktywności fizycznej	<b>78</b>	<b>77</b>	78	<b>75</b>	<b>73</b>	78	79	74	78	78	<b>69</b>	75	<b>81</b>
Niepalenie tytoniu	<b>76</b>	<b>77</b>	76	76	78	<b>80</b>	76	74	<b>81</b>	<b>82</b>	73	75	78
Ograniczenie spożycia przetworzonej żywności	<b>75</b>	<b>76</b>	78	74	77	<b>80</b>	78	70	<b>79</b>	<b>79</b>	<b>70</b>	73	77
Spożywanie probiotyków	<b>50</b>	<b>52</b>	<b>58</b>	48	51	<b>67</b>	<b>65</b>	<b>62</b>	<b>58</b>	<b>58</b>	50	52	<b>55</b>
Spożywanie prebiotyków	<b>44</b>	<b>46</b>	<b>54</b>	43	42	<b>60</b>	<b>61</b>	<b>58</b>	<b>53</b>	<b>52</b>	43	45	<b>49</b>
Mycie się co najmniej dwa razy dziennie	<b>41</b>	<b>39</b>	<b>36</b>	41	39*	<b>33</b>	<b>33</b>	<b>34</b>	38	<b>36</b>	<b>46</b>	37	<b>35</b>

\* Uwaga dla czytelnika: Wśród osób z cukrzycą 39% nie myje się dwa razy dziennie lub częściej, co jest zachowaniem odpowiednim dla ich mikrobiomu.

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

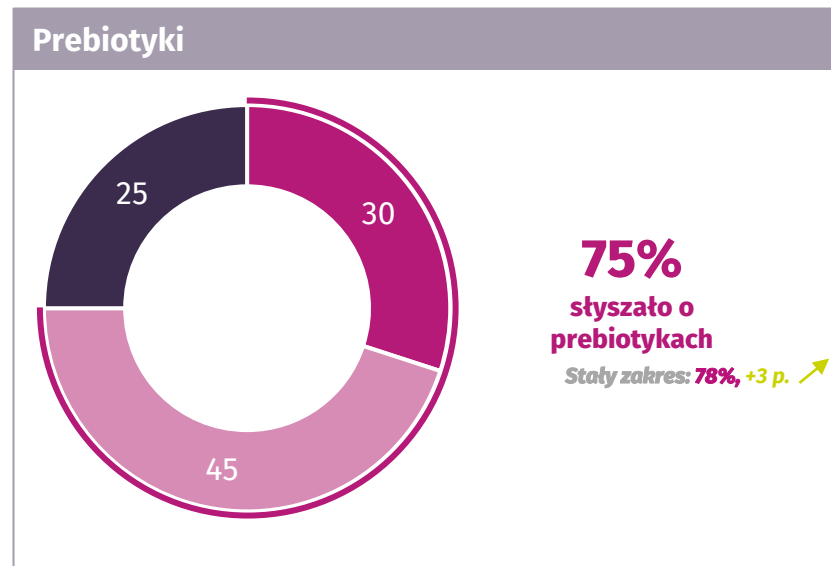
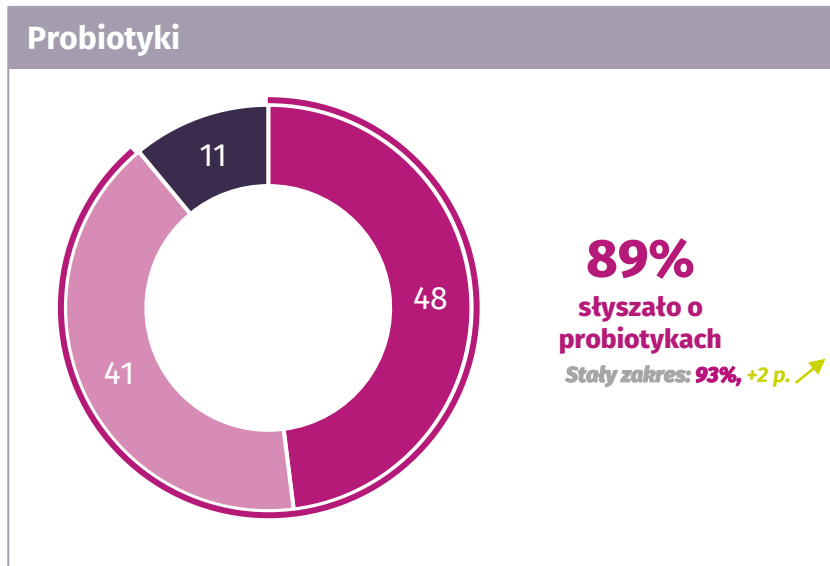
● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe



# W tym roku wiedza na temat probiotyków i prebiotyków postępuje, ale znaczna część ludzi nadal nie wie dokładnie, czym one są, zwłaszcza jeśli chodzi o prebiotyki.



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



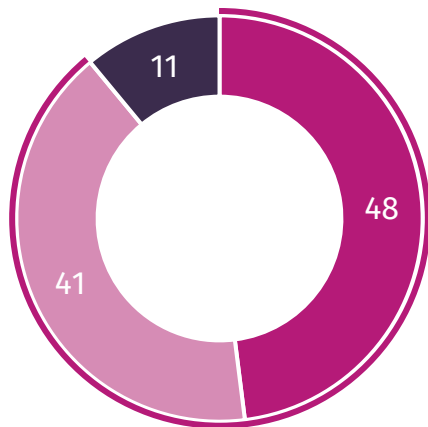
● Tak – i wiem dokładnie, co to jest    ● Tak, ale nie wiem dokładnie, co to jest    ● Nie, nigdy o tym nie słyszałem(-am)

# Również w tym przypadku kobiety, osoby w wieku od 25 do 44 lat i osoby z problemami zdrowotnymi są najbardziej świadome probiotyków.



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

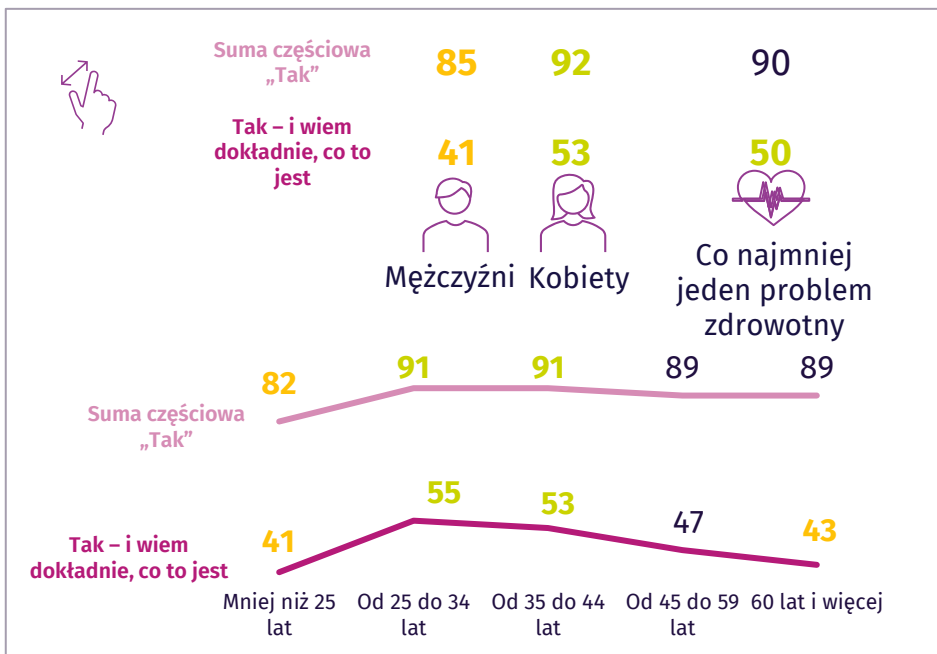
## Probiotyki



**89%**  
słyszało o probiotykach

Stały zakres: 93%, +2 p. ↗

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





# Wiedza na temat probiotyków jest wysoka we wszystkich krajach z wyjątkiem Finlandii i Maroka.

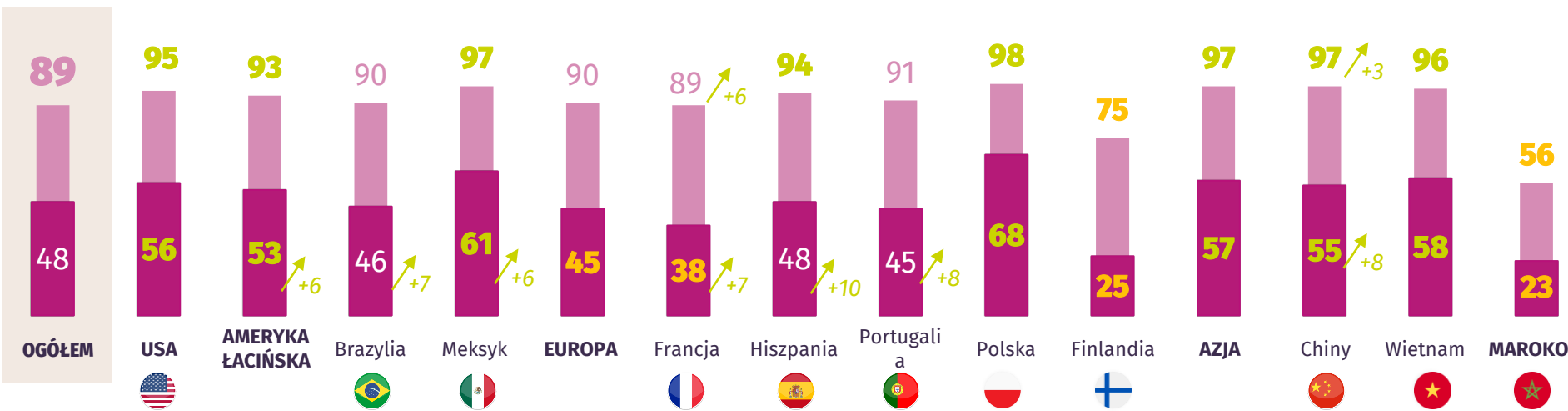
Pytanie 2bis. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o tych terminach?

Podstawa: Wszyscy respondenci

## Probiotyki

% tak

**Tak – i wiem dokładnie, co to jest**



● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

# Wiedza na temat probiotyków jest dość wysoka wśród osób cierpiących na problemy zdrowotne.



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

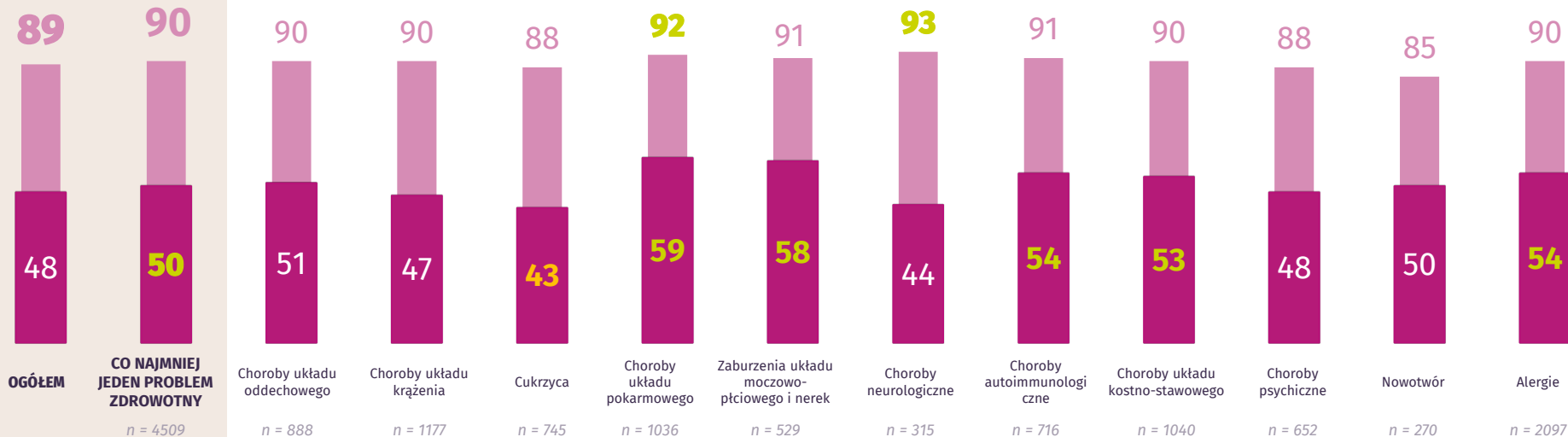
Podstawa: Wszyscy respondenci



## Probiotyki

% tak

Tak – i wiem dokładnie, co to jest

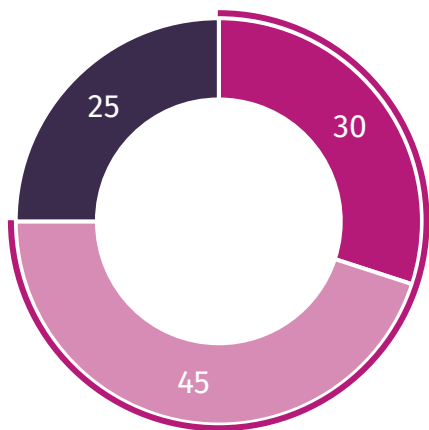


# Kobiety, osoby w wieku od 25 do 44 lat i osoby cierpiące na problemy zdrowotne są również bardziej świadome prebiotyków.



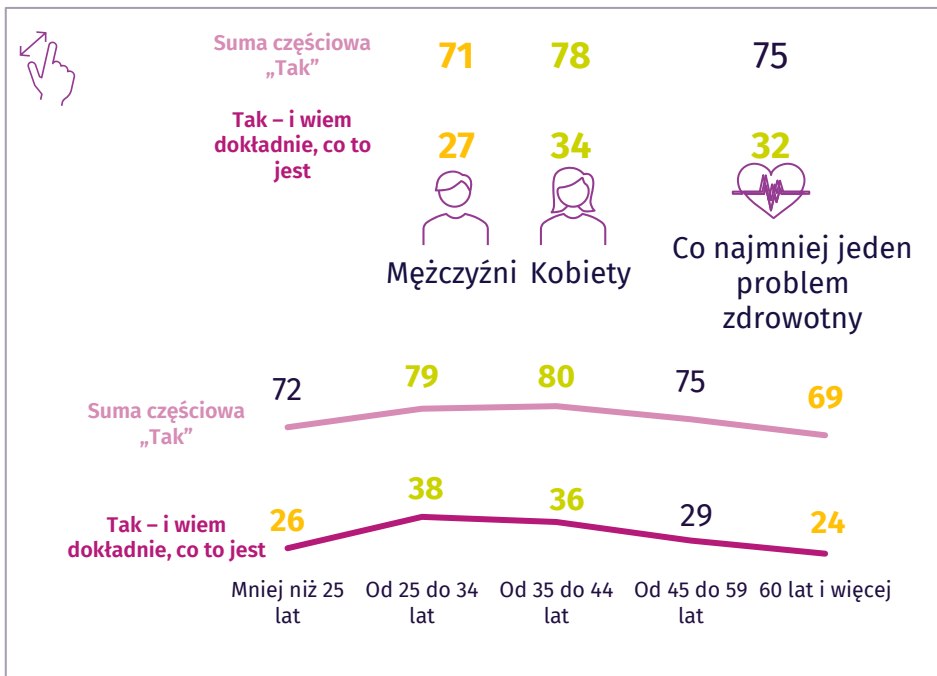
Pytanie 2bis. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o tych terminach?  
Podstawa: Wszyscy respondenci

## Prebiotyki



**75%**  
słyszało o prebiotykach  
Staly zakres: 78%, +3 p. ↗

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





# Wiedza na temat prebiotyków jest zróżnicowana w zależności od kraju. Francuzi, Portugalczycy, Finowie i Marokańczycy mają ograniczoną wiedzę na ten temat.

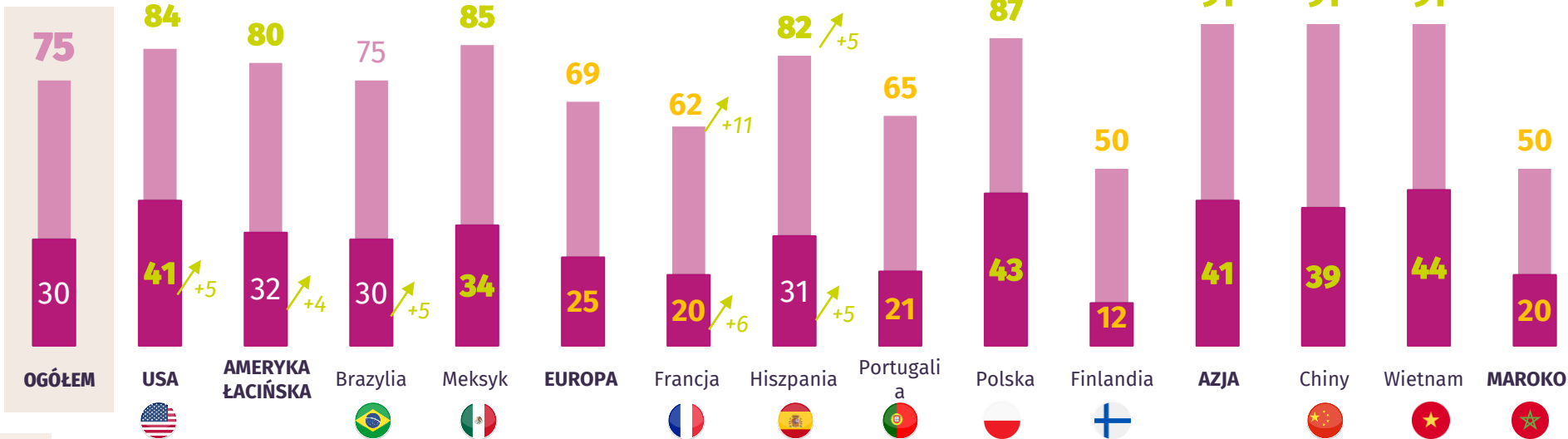
Pytanie 2bis. Czy kiedykolwiek słyszałeś(-aś) o tych terminach?

Podstawa: Wszyscy respondenci

## Prebiotyki

### % Tak

**Tak – i wiem dokładnie, co to jest**



● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe



# Świadomość prebiotyków jest wyższa wśród osób z problemami zdrowotnymi.

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

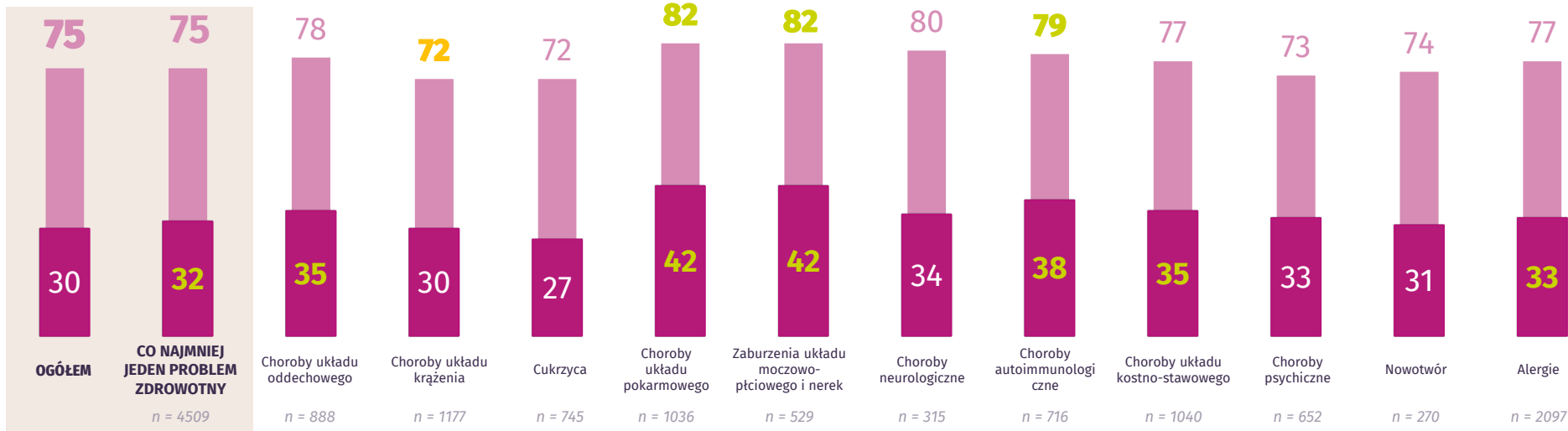
Podstawa: Wszyscy respondenci



## Prebiotyki

% Tak

Tak – i wiem dokładnie, co to jest



● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe



**W obliczu problemu zdrowotnego związanego z mikrobiomem, niektórzy ludzie faktycznie łączą go ze swoim mikrobiomem**



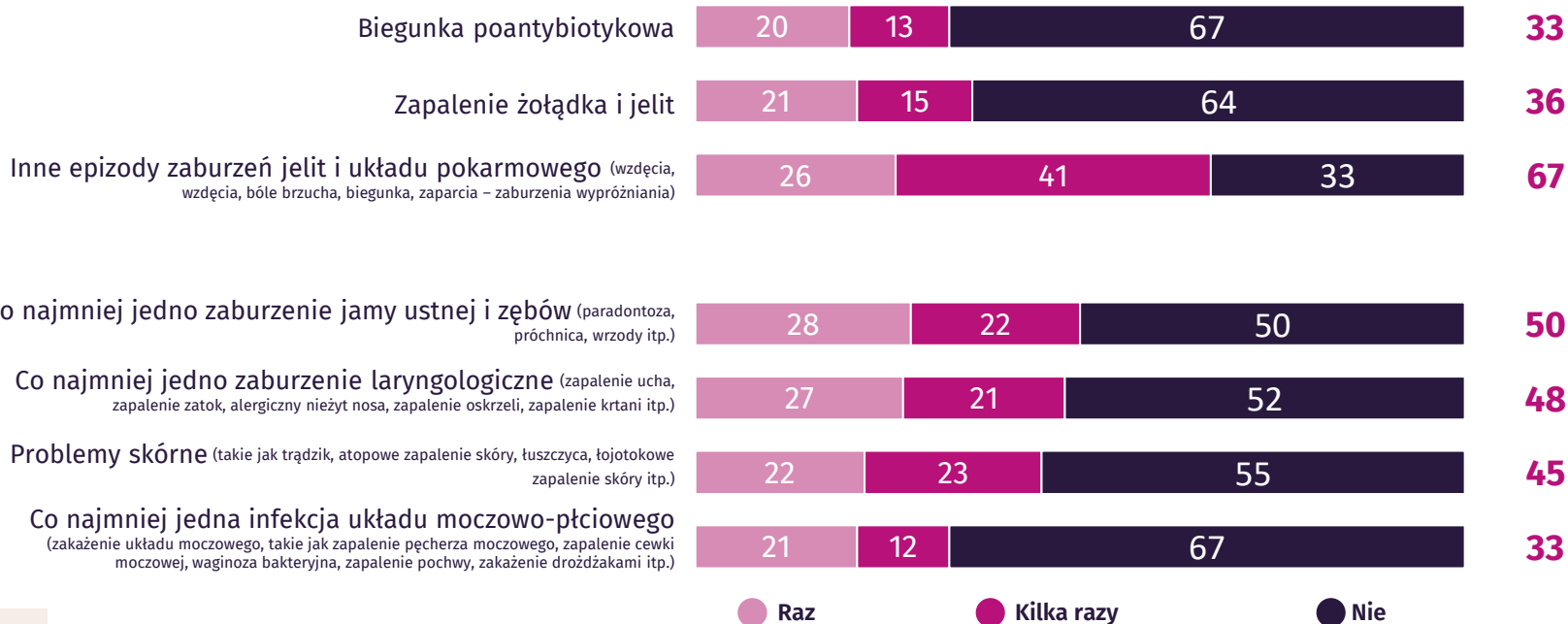
## W ciągu ostatnich 12 miesięcy 1 na 3 osoby doświadczyła biegunki poantybiotykowej lub zapalenia żołądka i jelit, a 2 na 3 miały inne epizody zaburzeń jelitowych i układu pokarmowego.



Pytanie 11a. Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy kiedykolwiek doświadczyłeś(-aś) poniższych problemów?

Podstawa: Wszyscy respondenci

% tak



## Kraje doświadczają problemów w niejednorodny sposób.

Pytanie 11a. Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy kiedykolwiek doświadczyłeś(-aś) poniższych problemów?

Podstawa: Wszyscy respondenci

% tak	Ogółem	USA	AMERYKA ŁĄCZIŃSKA	Brazylia	Meksyk	EUROPA	Francja	Hiszpania	Portugalia	Polska	Finlandia	AZJA	Chiny	Wietnam	MAROKO
Biegunka poantybiotykowa	33	30	38	38	38	21	21	25	22	25	12	48	39	55	55
Zapalenie żołądka i jelit	36	31	36	31	41	28	29	39	22	41	8	52	55	48	54
Inne epizody zaburzeń jelit i układu pokarmowego (wzdęcia, wzdęcia, bóle brzucha, biegunka, zaparcia – zaburzenia wypróżniania)	67	57	72	69	75	64	62	64	63	65	64	71	64	77	74
Co najmniej jedno zaburzenie jamy ustnej i zębów (paradontoza, próchnica, wrzody itp.)	50	36	51	48	54	42	42	44	37	45	43	66	61	72	71
Co najmniej jedno zaburzenie laryngologiczne (zapalenie ucha, zapalenie zatok, alergiczny nieżyt nosa, zapalenie oskrzeli, zapalenie krtani itp.)	48	39	50	53	47	43	38	39	42	51	44	57	50	64	62
Problemy skórne (takie jak trądzik, atopowe zapalenie skóry, łuszczyca, tojotokowe zapalenie skóry itp.)	45	42	48	51	45	38	34	43	31	42	38	60	51	69	52
Co najmniej jedna infekcja układu moczowo-płciowego (zakażenie układu moczowego, takie jak zapalenie pęcherza moczowego, zapalenie cewki moczowej, waginoza bakteryjna, zapalenie pochwy, zakażenie drożdżakami itp.)	33	32	36	33	39	26	25	29	24	35	17	45	45	45	34

# Naturalnie osoby z problemami zdrowotnymi deklarują więcej problemów niż średnia.

Pytanie 11a. Czy w ciągu ostatnich 12 miesięcy kiedykolwiek doświadczyłeś(-aś) poniższych problemów?

Podstawa: Wszyscy respondenci



% tak	Co najmniej jeden problem zdrowotny		Choroby układu oddechowego	Choroby układu krążenia	Cukrzyca	Choroby układu pokarmowego	Zaburzenia układu moczowo-płciowego i nerek	Choroby neurologiczne	Choroby autoimmunologiczne	Choroby układu kostno-stawowego	Choroby psychiczne	Nowotwór	Alergie
	Ogółem		n = 888	n = 1177	n = 745	n = 1036	n = 529	n = 315	n = 716	n = 1040	n = 652	n = 270	n = 2097
Biegunka poantybiotykowej	33	38	51	35	40	55	56	56	47	43	44	46	41
Zapalenie żołądka i jelit	36	42	51	42	39	64	59	62	51	48	48	46	44
Inne epizody zaburzeń jelit i układu pokarmowego (wzdęcia, wzdęcia, bóle brzucha, biegunka, zaparcia – zaburzenia wypróżniania)	67	74	79	75	68	91	85	81	80	77	84	75	77
Co najmniej jedno zaburzenie jamy ustnej i zębów (paradontoza, próchnica, wrzody itp.)	50	56	63	57	55	69	72	70	64	62	62	59	58
Co najmniej jedno zaburzenie laryngologiczne (zapalenie ucha, zapalenie zatok, alergiczny nieżyt nosa, zapalenie oskrzeli, zapalenie krtani itp.)	48	57	74	53	52	69	71	65	67	60	61	62	66
Problemy skórne (takie jak trądzik, atopowe zapalenie skóry, łuszczyca, toczkowe zapalenie skóry itp.)	45	52	61	46	47	65	71	76	67	53	65	52	60
Co najmniej jedna infekcja układu moczowo-płciowego (zakażenie układu moczowego, takie jak zapalenie pęcherza moczowego, zapalenie cewki moczowej, waginoza bakteryjna, zapalenie pochwy, zakażenie drożdżakami itp.)	33	38	46	38	40	52	78	60	47	44	46	45	41

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

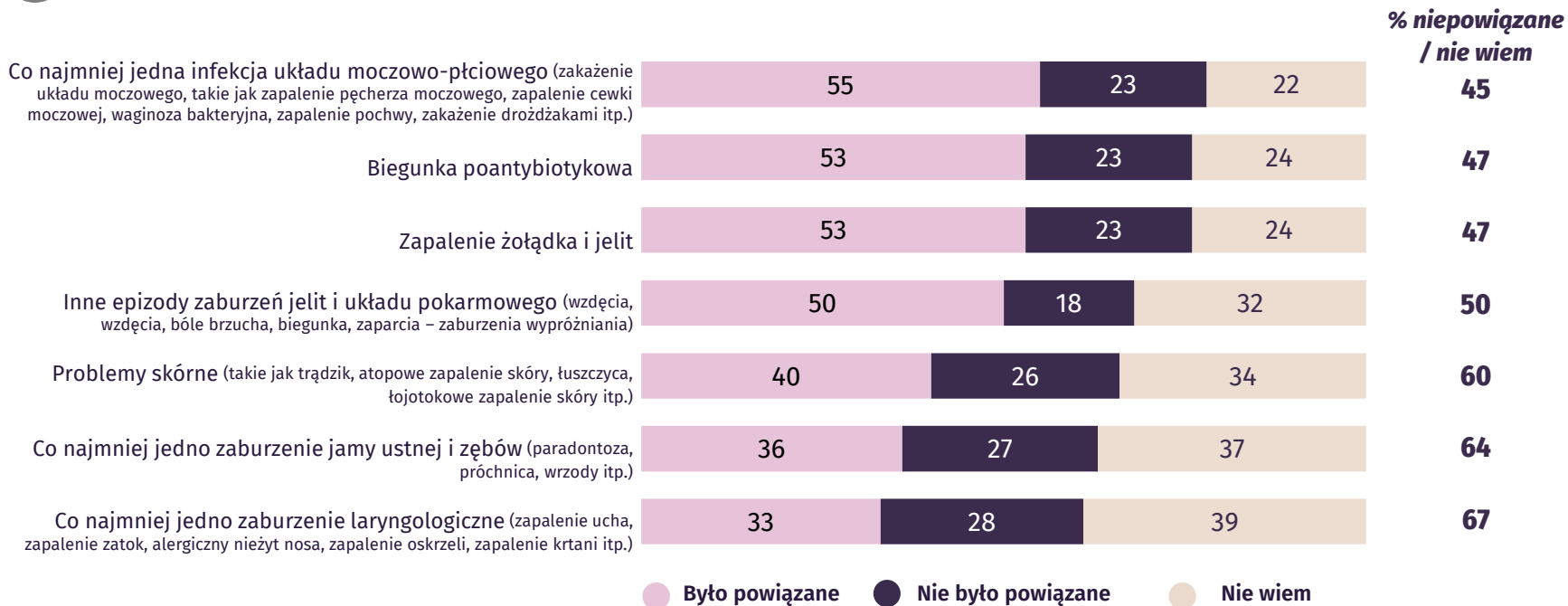
● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

## Wśród osób dotkniętych tymi schorzeniami, większość uważa, że było to związane z ich mikrobiomem, zwłaszcza w przypadku problemów trawiennych.



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

Podstawa: Osoby, które doświadczyły tych problemów



# Europejczycy wydają się mniej skłonni do wiązania swoich problemów z mikrobiomem niż mieszkańcy innych krajów, takich jak Meksyk, Chiny i Wietnam, gdzie związek ten jest bardziej widoczny.

Pytanie 11b. Czy myślisz, że te problemy są powiązane z mikrobiomem?  
Podstawa: Osoby, które doświadczyły tych problemów

% powiązane	Ogółem	USA	AMERYKA ŁACIŃSKA	Brazylia	Meksyk	EUROPA	Francja	Hiszpania	Portugalia	Polska	Finlandia	AZJA	Chiny	Wietnam	MAROKO
Co najmniej jedna infekcja układu moczowo-płciowego (zakażenie układu moczowego, takie jak zapalenie pęcherza moczowego, zapalenie cewki moczowej, waginoza bakteryjna, zapalenie pochwy, zakażenie drożdżakami itp.)	<b>55</b>	53	<b>61</b>	56	<b>66</b>	<b>47</b>	<b>42</b>	<b>39</b>	51	55	45	<b>66</b>	<b>64</b>	<b>68</b>	49
Biegunka poantybiotyku	<b>53</b>	55	<b>60</b>	57	<b>63</b>	<b>47</b>	<b>42</b>	<b>40</b>	45	58	55	<b>61</b>	<b>61</b>	<b>60</b>	<b>42</b>
Zapalenie żołądka i jelit	<b>53</b>	49	<b>63</b>	51	<b>72</b>	<b>40</b>	<b>28</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>44</b>	57	<b>70</b>	<b>72</b>	<b>68</b>	<b>42</b>
Inne epizody zaburzeń jelit i układu pokarmowego (wzdęcia, wzdęcia, bóle brzucha, biegunka, zaparcia – zaburzenia wypróżniania)	<b>50</b>	<b>44</b>	<b>61</b>	51	<b>71</b>	<b>40</b>	<b>36</b>	<b>40</b>	<b>38</b>	<b>43</b>	<b>41</b>	<b>71</b>	<b>74</b>	<b>68</b>	<b>40</b>
Problemy skórne (takie jak trądzik, atopowe zapalenie skóry, łuszczyca, tojetokowe zapalenie skóry itp.)	<b>40</b>	38	<b>45</b>	36	<b>56</b>	<b>27</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>31</b>	34	<b>19</b>	<b>58</b>	<b>55</b>	<b>60</b>	35
Co najmniej jedno zaburzenie jamy ustnej i zębów (paradontoza, próchnica, wrzody itp.)	<b>36</b>	40	<b>40</b>	35	<b>45</b>	<b>23</b>	<b>21</b>	<b>23</b>	<b>21</b>	32	<b>20</b>	<b>57</b>	<b>56</b>	<b>57</b>	<b>27</b>
Co najmniej jedno zaburzenie laryngologiczne (zapalenie ucha, zapalenie zatok, alergiczny nieżyt nosa, zapalenie oskrzeli, zapalenie krtań itp.)	<b>33</b>	36	<b>40</b>	34	<b>48</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>19</b>	<b>12</b>	32	<b>14</b>	<b>54</b>	<b>50</b>	<b>56</b>	<b>26</b>

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

## Osoby w wieku od 25 do 44 lat częściej wiążą swoje problemy z mikrobiomem.

Pytanie 11b. Czy myślisz, że te problemy są powiązane z mikrobiomem?  
Podstawa: Osoby, które doświadczyły tych problemów

% powiązane	Ogółem	Mniej niż 25 lat	Od 25 do 34 lat	Od 35 do 44 lat	Od 45 do 59 lat	60 lat i więcej
Co najmniej jedna infekcja układu moczowo-płciowego (zakażenie układu moczowego, takie jak zapalenie pęcherza moczowego, zapalenie cewki moczowej, waginoza bakteryjna, zapalenie pochwy, zakażenie drożdżakami itp.)	<b>55</b>	50	<b>60</b>	<b>60</b>	57	<b>45</b>
Biegunka poantybiotykowa	<b>53</b>	<b>40</b>	56	56	56	52
Zapalenie żołądka i jelit	<b>53</b>	48	52	56	56	49
Inne epizody zaburzeń jelit i układu pokarmowego (wzdęcia, wzdęcia, bóle brzucha, biegunka, zaparcia – zaburzenia wypróżniania)	<b>50</b>	<b>45</b>	<b>55</b>	<b>54</b>	51	<b>45</b>
Problemy skórne (takie jak trądzik, atopowe zapalenie skóry, łuszczyca, tojotokowe zapalenie skóry itp.)	<b>40</b>	<b>35</b>	43	<b>45</b>	42	<b>28</b>
Co najmniej jedno zaburzenie jamy ustnej i zębów (paradontoza, próchnica, wrzody itp.)	<b>36</b>	35	<b>42</b>	38	35	<b>30</b>
Co najmniej jedno zaburzenie laryngologiczne (zapalenie ucha, zapalenie zatok, alergiczny nieżyt nosa, zapalenie oskrzeli, zapalenie krtani itp.)	<b>33</b>	35	<b>37</b>	<b>38</b>	32	<b>24</b>

 Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

 Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe



# Osoby z problemami zdrowotnymi są również bardziej skłonne do łączenia tych problemów ze swoim mikrobiomem.



**NOWO**

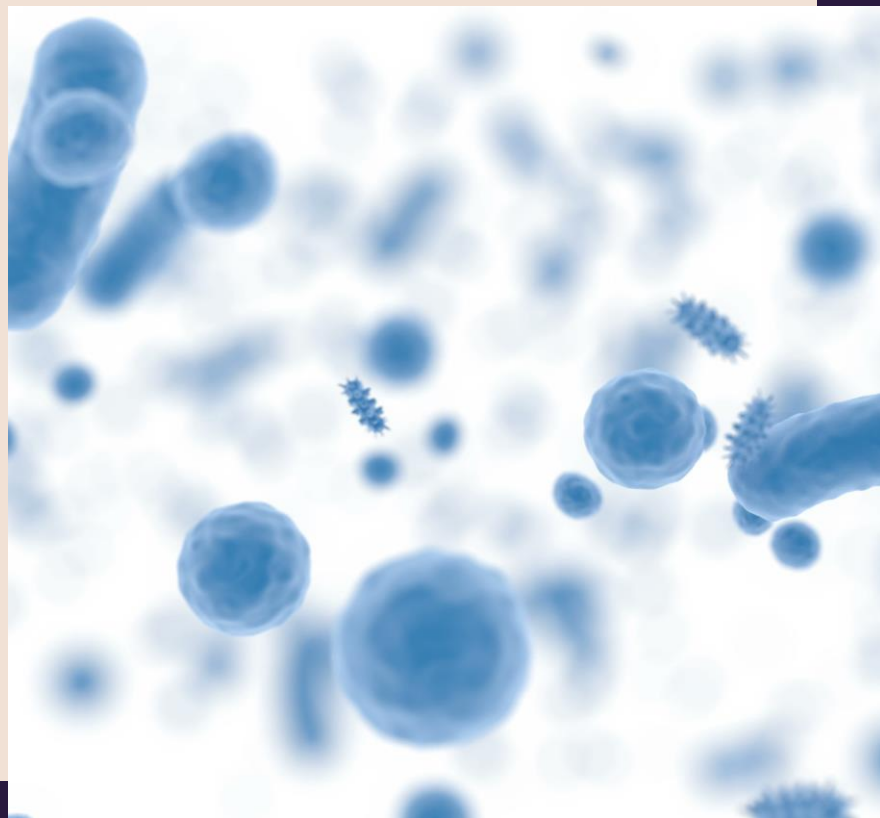
Pytanie 11b. Czy myślisz, że te problemy są powiązane z mikrobiomem?  
Podstawa: Osoby, które doświadczyły tych problemów

% powiązane	Co najmniej jeden problem zdrowotny		Choroby układu oddechowego	Choroby układu krążenia	Cukrzyca	Choroby układu pokarmowego	Zaburzenia układu moczowo-płciowego i nerek	Choroby neurologiczne	Choroby autoimmunologiczne	Choroby układu kostno-stawowego	Choroby psychiczne	Nowotwory	Alergie
	Ogółem	Co najmniej jeden problem zdrowotny											
Co najmniej jedna infekcja układu moczowo-płciowego (zakażenie układu moczowego, takie jak zapalenie pęcherza moczowego, zapalenie cewki moczowej, waginoza bakteryjna, zapalenie pochwy, zakażenie drożdżakami itp.)	55	57	62	59	54	65	64	67	62	63	61	56	61
Biegunka poantybiotykowa	53	55	59	57	54	64	59	52	59	59	52	52	57
Zapalenie żołądka i jelit	53	56	58	56	55	65	56	51	61	58	50	56	58
Inne epizody zaburzeń jelit i układu pokarmowego (wzdęcia, wzdęcia, bóle brzucha, biegunka, zaparcia – zaburzenia wypróżniania)	50	53	53	49	48	64	60	52	59	57	50	45	55
Problemy skórne (takie jak trądzik, atopowe zapalenie skóry, łuszczyca, tojetokowe zapalenie skóry itp.)	40	42	46	42	43	51	51	41	45	46	40	42	44
Co najmniej jedno zaburzenie jamy ustnej i zębów (paradontoza, próchnica, wrzody itp.)	36	38	42	36	36	45	50	46	47	46	40	39	40
Co najmniej jedno zaburzenie laryngologiczne (zapalenie ucha, zapalenie zatok, alergiczny nieżyt nosa, zapalenie oskrzeli, zapalenie krtani itp.)	33	35	40	35	37	43	49	51	41	41	37	41	36



**Większą rolę do odegrania mają lekarze POZ, ponieważ są oni głównym i godnym zaufania źródłem informacji o mikrobiomie.**





### 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.

Nie zrównoważony mikrobiom może być związany z niektórymi chorobami, takimi 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.

# 1 na 5 osób odkrywa mikrobiom, odpowiadając na ankietę. W innych przypadkach głównym źródłem jest personel medyczny, szkoły i programy telewizyjne o tematyce zdrowotnej.



Pytanie 1V2. Mikrobiom, po raz pierwszy usłyszałeś(-aś) o nim.

Podstawa: Wszyscy respondenci



## Sumy częściowe:

- (\*) Media medyczne: **22%**
- (\*) Kontekst opieki zdrowotnej: **20%**
- (\*) Kontekst zawodowy : **7%**
- (\*\*) Telewizja ST: **23%**
- (\*\*) Online ST: **14%**
- (\*\*) Prasa ST: **8%**

# We Francji i Chinach ludzie po raz pierwszy usłyszeli o mikrobiomie w telewizyjnych programach o tematyce zdrowotnej, natomiast w Wietnamie – w szkołach.

Pytanie 1V2. Po raz usłyszałem(-am) o mikrobiomie...

Podstawa: Wszyscy respondenci

	Ogółem	USA	AMERYKA ŁACIŃSKA	Brazylia	Meksyk	EUROPA	Francja	Hiszpania	Portugalia	Polska	Finlandia	AZJA	Chiny	Wietnam	MAROKO
Podczas wypełniania kwestionariusza	21	22	22	23	21	24	9	13	31	26	42	8	11	5	30
Od pracownika ochrony zdrowia	11	12	16	15	17	10	14	12	11	8	5	8	9	8	5
Szkoła/studia	11	7	14	17	10	10	5	8	12	10	14	12	6	17	10
W telewizji, w programach związanych ze zdrowiem	9	7	9	10	7	9	18	9	7	5	5	11	14	10	6
Rodzina, przyjaciele, znajomi	5	5	5	4	5	6	8	9	7	5	2	5	6	4	3
W mediach społecznościowych (influencerzy...)	5	4	5	5	5	3	3	4	2	5	3	8	10	5	11
W telewizji podczas wiadomości	4	2	3	4	3	4	8	5	2	2	0	8	9	7	2
Od lekarza medycyny pracy / pielęgniarki w miejscu pracy	4	4	3	2	4	3	2	7	2	4	1	8	6	10	5
Na blogu, w artykule online	4	5	4	3	5	3	3	3	2	6	2	4	4	3	5
Reklamy (telewizyjne, prasowe, uliczne...)	4	4	3	2	4	4	4	7	3	5	1	5	4	5	2
W prasie specjalistycznej (wellness, magazyny o zdrowiu)	4	3	3	3	3	3	4	3	3	5	3	6	5	7	3
W broszurze/broszurze w gabinecie pracownika ochrony zdrowia	2	3	2	1	4	2	2	2	2	3	1	4	5	3	1
Podcast naukowy	2	3	2	1	3	1	1	2	1	2	1	2	3	2	1
W prasie krajowej (media ogólne, głównego nurtu)	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	3	3	2	4	1
W radiu	2	1	1	0	1	2	5	2	1	1	0	2	2	2	3
Od współpracowników	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	1	2	2
W regionalnej prasie codziennej	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	2	0
Podczas aktywności sportowej	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1
Inna odpowiedź	8	13	6	7	5	11	9	10	10	9	15	2	1	3	9

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

● Pierwsze źródło według kraju

# Respondenci w wieku poniżej 25 lat po raz pierwszy usłyszeli o mikrobiomie w szkole lub na studiach.

Pytanie 1V2. Po raz usłyszałem(-am) o mikrobiomie...

Podstawa: Wszyscy respondenci



**NOVO**

	Ogółem	Mniej niż 25 lat	Od 25 do 34 lat	Od 35 do 44 lat	Od 45 do 59 lat	60 lat i więcej	Mężczyźni	Kobiety	Rodzice dzieci w wieku poniżej 3 lat
		n = 888	n = 1409	n = 1402	n = 1979	n = 1822	n = 3615	n = 3885	n = 591
Podczas wypełniania kwestionariusza	<b>21</b>	<b>15</b>	<b>14</b>	<b>17</b>	<b>22</b>	<b>30</b>	<b>22</b>	<b>20</b>	<b>17</b>
Od pracownika ochrony zdrowia	<b>11</b>	<b>7</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>11</b>	<b>9</b>	<b>12</b>	<b>13</b>
Szkoła/studia	<b>11</b>	<b>25</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>9</b>	<b>12</b>	<b>12</b>
W telewizji, w programach związanych ze zdrowiem	<b>9</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>7</b>
Rodzina, przyjaciele, znajomi	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>5</b>
W mediach społecznościowych (influencerzy...)	<b>5</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>9</b>
W telewizji podczas wiadomości	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>2</b>
Od lekarza medycyny pracy / pielęgniarki w miejscu pracy	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
Na blogu, w artykule online	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
Reklamy (telewizyjne, prasowe, uliczne...)	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
W prasie specjalistycznej (wellness, magazyny o zdrowiu)	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
W broszurze/broszurze w gabinecie pracownika ochrony zdrowia	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>
Podcast naukowy	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
W prasie krajowej (media ogólne, głównego nurtu)	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
W radiu	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
Od współpracowników	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
W regionalnej prasie codziennej	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
Podczas aktywności sportowej	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>1</b>
Inna odpowiedź	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>7</b>

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

● Pierwsze źródło według profilu

Copyright Biocodex Microbiota Institute et Ipsos - mars 2024



# Osoby z problemami zdrowotnymi po raz pierwszy dowiedziały się o mikrobiomie dzięki ankiecie.

Pytanie 1V2. Po raz usłyszałem(-am) o mikrobiomie...

Podstawa: Wszyscy respondenci



**NOVO**



	Ogółem n = 4509	Co najmniej jeden problem zdrowotny n = 888	Choroby układu oddechowego n = 1177	Choroby układu krążenia n = 745	Cukrzyca n = 1036	Choroby układu pokarmowego n = 529	Zaburzenia układu moczopłciowego i nerek n = 315	Choroby neurologiczne n = 716	Choroby autoimmunologiczne n = 1040	Choroby układu kostno-stawowego n = 652	Choroby psychiczne n = 270	Nowotwór n = 2097	Alergie
Podczas wypełniania kwestionariusza	21	22	17	27	25	17	17	15	21	24	23	20	20
Od pracownika ochrony zdrowia	11	11	12	10	13	15	12	7	10	11	11	15	11
Szkoła/studia	11	11	11	7	6	11	7	9	11	8	12	6	13
W telewizji, w programach związanych ze zdrowiem	9	8	8	9	9	7	7	5	9	9	5	10	7
Rodzina, przyjaciele, znajomi	5	5	5	4	6	5	8	8	4	6	5	6	6
W mediach społecznościowych (influencerzy...)	5	5	4	4	3	8	7	9	5	5	6	3	5
W telewizji podczas wiadomości	4	4	6	3	4	4	4	5	5	3	5	4	4
Od lekarza medycyny pracy / pielęgniarki w miejscu pracy	4	5	6	4	4	6	6	5	5	6	4	6	5
Na blogu, w artykule online	4	3	3	4	2	3	2	4	4	3	2	3	4
Reklamy (telewizyjne, prasowe, uliczne...)	4	3	4	4	3	4	5	3	3	3	4	3	3
W prasie specjalistycznej (wellness, magazyny o zdrowiu)	4	4	5	4	5	3	4	3	5	4	2	5	4
W broszurze/broszurze w gabinecie pracownika ochrony zdrowia	2	3	5	3	3	3	4	4	3	2	3	2	3
Podcast naukowy	2	2	3	2	2	2	2	5	2	2	2	2	2
W prasie krajowej (media ogólne, głównego nurtu)	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	3	1
W radiu	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2
Od współpracowników	1	1	1	2	2	1	3	4	1	1	2	2	1
W regionalnej prasie codziennej	1	1	1	1	0	1	1	2	1	1	0	1	1
Podczas aktywności sportowej	0	1	0	0	0	1	2	1	0	1	1	1	0
Inna odpowiedź	8	8	7	9	9	6	5	7	7	8	9	6	8

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

● Pierwsze źródło według problemu zdrowotnego

Copyright Biocodex Microbiota Institute et Ipsos - mars 2024



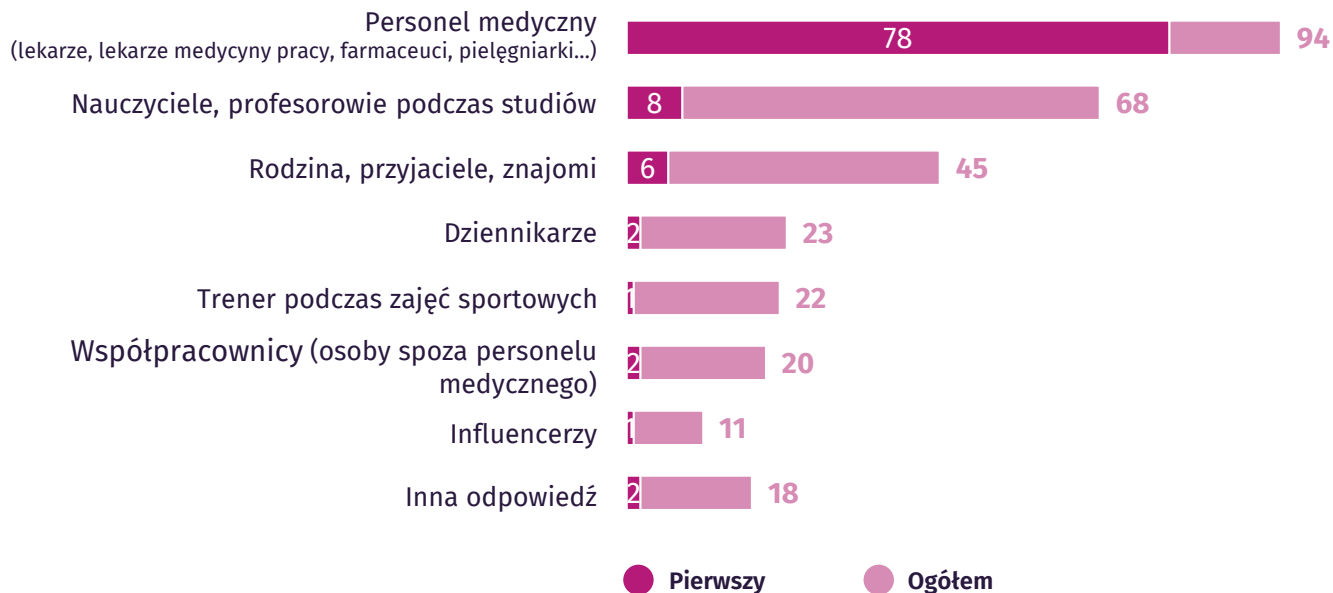
# Lekarze wyróżniają się jako najbardziej zaufane źródło informacji na temat mikrobiomu.



Pytanie 2V2. Komu najbardziej ufasz, jeśli chodzi o istotne i wiarygodne informacje na temat mikrobiomu?

Wybierz źródła, którym ufasz najbardziej: 1., 2., 3.

Podstawa: Wszyscy respondenci



## Personel medyczny jest najbardziej zaufanym źródłem informacji we wszystkich krajach.

Pytanie 2V2. Komu najbardziej ufasz, jeśli chodzi o istotne i wiarygodne informacje na temat mikrobiomu?

Wybierz źródła, którym ufasz najbardziej: 1., 2., 3.

Podstawa: Wszyscy respondenci

	Ogółem	USA	AMERYKA ŁACIŃSKA	Brazylia	Meksyk	EUROPA	Francja	Hiszpania	Portugalia	Polska	Finlandia	AZJA	Chiny	Wietnam	MAROKO
Personel medyczny (lekarze, lekarze medycyny pracy, farmaceuci, pielęgniarki...)	<b>94</b>	<b>92</b>	95	94	95	95	<b>92</b>	95	<b>98</b>	92	<b>97</b>	<b>90</b>	<b>90</b>	<b>90</b>	95
Nauczyciele, profesorowie podczas studiów	<b>68</b>	<b>64</b>	<b>73</b>	71	<b>75</b>	<b>65</b>	<b>57</b>	70	67	65	65	69	<b>74</b>	65	<b>74</b>
Rodzina, przyjaciele, znajomi	<b>45</b>	<b>51</b>	<b>40</b>	<b>36</b>	44	<b>48</b>	<b>53</b>	46	<b>51</b>	<b>57</b>	<b>32</b>	<b>49</b>	<b>50</b>	47	<b>32</b>
Dziennikarze	<b>23</b>	23	<b>28</b>	<b>36</b>	<b>20</b>	23	<b>33</b>	23	24	<b>15</b>	20	<b>16</b>	<b>20</b>	<b>13</b>	25
Trener podczas zajęć sportowych	<b>22</b>	<b>12</b>	22	23	21	23	<b>17</b>	<b>32</b>	<b>29</b>	24	<b>12</b>	20	<b>19</b>	21	<b>30</b>
Współpracownicy (osoby spoza personelu medycznego)	<b>20</b>	21	21	<b>14</b>	<b>27</b>	<b>18</b>	<b>17</b>	<b>14</b>	<b>11</b>	<b>29</b>	18	<b>26</b>	22	<b>29</b>	<b>12</b>
Influencerzy	<b>11</b>	<b>15</b>	<b>8</b>	9	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	9	<b>22</b>	<b>19</b>	<b>26</b>	<b>15</b>
Inna odpowiedź	<b>18</b>	<b>22</b>	<b>14</b>	16	<b>11</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	17	15	<b>12</b>	<b>46</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>10</b>	17

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

# We wszystkich kategoriach wiekowych personel medyczny pozostaje najbardziej wiarygodnym źródłem informacji.

Pytanie 2V2. Komu najbardziej ufasz, jeśli chodzi o istotne i wiarygodne informacje na temat mikrobiomu?

Wybierz źródła, którym ufasz najbardziej: 1., 2., 3.

Podstawa: Wszyscy respondenci

	Ogółem	Mniej niż 25 lat <i>n</i> = 888	Od 25 do 34 lat <i>n</i> = 1409	Od 35 do 44 lat <i>n</i> = 1402	Od 45 do 59 lat <i>n</i> = 1979	60 lat i więcej <i>n</i> = 1822	Mężczyźni <i>n</i> = 3615	Kobiety <i>n</i> = 3885	Rodzice dzieci w wieku poniżej 3 lat <i>n</i> = 591
Pracownik ochrony zdrowia (lekarze, lekarze medycyny pracy, farmaceuci, pielęgniarki...)	<b>94</b>	<b>88</b>	<b>90</b>	<b>92</b>	<b>96</b>	<b>97</b>	<b>92</b>	<b>95</b>	92
Nauczyciele, profesorowie podczas studiów	<b>68</b>	<b>78</b>	70	68	66	<b>64</b>	69	67	70
Rodzina, przyjaciele, znajomi	<b>45</b>	<b>39</b>	43	43	46	<b>51</b>	44	46	44
Dziennikarze	<b>23</b>	<b>27</b>	22	25	24	<b>20</b>	24	22	23
Trener podczas zajęć sportowych	<b>22</b>	<b>27</b>	<b>26</b>	23	<b>19</b>	<b>19</b>	22	22	25
Współpracownicy (osoby spoza personelu medycznego)	<b>20</b>	<b>14</b>	20	22	20	19	20	19	20
Influencerzy	<b>11</b>	<b>14</b>	<b>16</b>	12	10	<b>6</b>	12	10	<b>15</b>
Inna odpowiedź	<b>18</b>	<b>14</b>	<b>13</b>	<b>15</b>	18	<b>25</b>	17	19	<b>12</b>



Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe



Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe





# Personel medyczny jest również głównym źródłem informacji dla osób z problemami zdrowotnymi.



Pytanie 2V2. Komu najbardziej ufasz, jeśli chodzi o istotne i wiarygodne informacje na temat mikrobiomu?

Wybierz źródła, którym ufasz najbardziej: 1., 2., 3.

Podstawa: Wszystkie respondenci

	Ogółem n = 4509	Co najmniej jeden problem zdrowotny n = 888	Choroby układu oddechowego n = 888	Choroby układu krążenia n = 1177	Cukrzyca n = 745	Choroby układu pokarmowego n = 1036	Zaburzenia układu moczowo-płciowego i nerek n = 529	Choroby neurologiczne n = 315	Choroby autoimmunologiczne n = 716	Choroby układu kostno-stawowego n = 1040	Choroby psychiczne n = 652	Nowotwory n = 270	Alergie n = 2097
Pracownik ochrony zdrowia (lekarze, lekarze medycyny pracy, farmaceuci, pielęgniarki...)	<b>94</b>	<b>94</b>	<b>92</b>	94	93	<b>92</b>	<b>86</b>	<b>83</b>	<b>92</b>	94	92	<b>90</b>	94
Nauczyciele, profesorowie podczas studiów	<b>68</b>	<b>68</b>	66	<b>65</b>	<b>61</b>	<b>68</b>	66	65	67	66	69	63	69
Rodzina, przyjaciele, znajomi	<b>45</b>	<b>45</b>	44	48	<b>52</b>	44	44	<b>39</b>	43	47	<b>38</b>	48	43
Dziennikarze	<b>23</b>	<b>23</b>	24	22	23	23	24	27	23	21	<b>27</b>	22	23
Trener podczas zajęć sportowych	<b>22</b>	<b>21</b>	22	21	21	23	24	24	22	<b>18</b>	25	24	21
Współpracownicy (osoby spoza personelu medycznego)	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>23</b>	21	21	21	<b>26</b>	<b>28</b>	<b>24</b>	22	17	<b>28</b>	21
Influencerzy	<b>11</b>	<b>12</b>	11	10	10	<b>15</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	11	<b>14</b>	13	9	11
Inna odpowiedź	<b>18</b>	<b>18</b>	18	20	<b>21</b>	<b>15</b>	<b>11</b>	<b>13</b>	19	18	19	16	17

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

# W tym roku ludzie otrzymali więcej informacji od personelu medycznego. Jednak mniej niż jedna trzecia otrzymała wszystkie te informacje.



Pytanie 5. Czy ktokolwiek z personelu medycznego, z którymi miałeś(-aś) do czynienia, kiedykolwiek wykonał którąkolwiek z poniższych czynności?

Podstawa: Wszyscy respondenci

Tylko **30%** otrzymało **TE WSZYSTKIE INFORMACJE**, co najmniej raz  
**9%** otrzymało **te wszystkie informacje kilka razy**

Staty zakres: **30%, +6 p.** ↗  
**8%, +2 p.** ↗

**% tak**

Staty zakres

% tak    Ewolucja

Przepisał probiotyki lub prebiotyki



**50**

49

**+3**

Wyjaśnił, jakie właściwe działania należy podjąć, aby w jak największym stopniu utrzymać równowagę mikrobiomu



**48**

49

**+5**

Poinformował o znaczeniu zachowania jak największej równowagi mikrobiomu



**48**

48

**+6**

Wyjaśnił, czym jest mikrobiom oraz jaka jest jego rola i funkcja\*



**45**

43

**+6**

● Tak, kilka razy    ● Tak, raz    ● Nie, nigdy



## Zoom na osoby, które otrzymały najwięcej informacji: wśród nich świadomość i wiedza na temat mikrobiomu, a także poziom odpowiednich zachowań są znacznie wyższe niż przeciętnie.



Osoby, które otrzymały wszystkie informacje, kilka razy od personelu medycznego (n = 680)

Pytanie 5. Czy ktokolwiek z personelu medycznego, z którymi miałeś(-aś) do czynienia, kiedykolwiek wykonał którąkolwiek z poniższych czynności?

Świadomość dotycząca mikrobiomu i jego różnorodności	
Wie dokładnie, co to jest „mikrobiom”	<b>53%</b> vs 23%*
Suma częściowa „Osoby świadome”	<b>83%</b> vs 70%
Suma częściowa Osoby świadome istnienia mikrobiomu jelit	<b>77%</b> vs 56%
Suma częściowa Osoby świadome istnienia wszystkich rodzajów mikrobiomu	<b>64%</b> vs 32%
Poziom wiedzy na temat mikrobioty	
Średnia arytmetyczna poprawnych odpowiedzi	<b>7,0/9</b> vs 5,6/9
Poziom wiedzy na temat rozwiązań, które mogą utrzymać równowagę mikrobioty	
Wie dokładnie, czym są probiotyki	<b>79%</b> vs 48%
Wie dokładnie, czym są prebiotyki	<b>65%</b> vs 30%
Zmieniło swoje zachowania, aby utrzymać zrównoważoną mikrobiotę	
Zmieniło swoje zachowanie	<b>95%</b> vs 58%

\* Uwaga dla czytelnika: Wśród osób, które otrzymały wszystkie informacje na temat mikrobiomu kilka razy od personelu medycznego, 53% wie dokładnie, czym jest mikrobiom, w porównaniu z 23% wśród wszystkich respondentów.



# Europejczycy otrzymują mniej informacji na temat mikrobiomu od personelu medycznego niż osoby w innych krajach.

Pytanie 5. Czy ktokolwiek z personelu medycznego, z którymi miałeś(-aś) do czynienia, kiedykolwiek wykonał którąkolwiek z poniższych czynności?

Podstawa: Wszyscy respondenci

% tak															
	Ogółem	USA	AMERYKA ŁACIŃSKA	Brazylia	Meksyk	EUROPA	Francja	Hiszpania	Portugalia	Polska	Finlandia	AZJA	Chiny	Wietnam	MAROKO
Przepisał probiotyki lub prebiotyki	50	44 ↗	63	54	72	39 ↗	36	40	31	68	18	71	62 ↘	80	42
Wyjaśnił, jakie właściwe działania należy podjąć, aby w jak największym stopniu utrzymać równowagę mikrobiomu	48	45 ↗	61 ↗	54 ↗	67 ↗	36 ↗	39	40 ↗	38	42	20	64	54 ↘	75	55
Poinformował o znaczeniu zachowania jak największej równowagi mikrobiomu	48	43 ↗	59 ↗	55 ↗	64 ↗	36 ↗	39	40 ↗	37	43	22	66	58 ↘	73	56
Wyjaśnił, czym jest mikrobiom oraz jaka jest jego rola i funkcja	45	43 ↗	54 ↗	51	57	32 ↗	36	35 ↗	31	39	19	64	51 ↘	77	52



## Osoby poniżej 45. roku życia i rodzice dzieci poniżej 3. roku życia otrzymali więcej informacji od personelu medycznego.



Pytanie 5. Czy ktokolwiek z personelu medycznego, z którymi miałeś(-aś) do czynienia, kiedykolwiek wykonał którąkolwiek z poniższych czynności?

Podstawa: Wszyscy respondenci

**% tak**

	Ogółem	Mniej niż 25 lat	25 lat – 34 lata	35 lat – 44 lata	45 lat – 59 lat	60 lat i więcej	Mężczyźni	Kobiety	Rodzice dzieci w wieku poniżej 3 lat
podstawa	n = 7500	n = 888	n = 1409	n = 1402	n = 1979	n = 1822	n = 3615	n = 3885	n = 591
Przepisał probiotyki lub prebiotyki	<b>50</b>	<b>54</b>	<b>61</b>	<b>57</b>	48	<b>37</b>	<b>47</b>	<b>53</b>	<b>65</b>
Wyjaśnił, jakie właściwe działania należy podjąć, aby w jak największym stopniu utrzymać równowagę mikrobiomu	<b>48</b>	<b>54</b>	<b>60</b>	<b>52</b>	46	<b>37</b>	48	49	<b>62</b>
Poinformował o znaczeniu zachowania jak największej równowagi mikrobiomu	<b>48</b>	<b>53</b>	<b>60</b>	<b>51</b>	46	<b>37</b>	47	49	<b>61</b>
Wyjaśnił, czym jest mikrobiom oraz jaka jest jego rola i funkcja	<b>45</b>	<b>49</b>	<b>55</b>	47	43	<b>34</b>	44	45	<b>58</b>



Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe



Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe



# Osoby z problemami zdrowotnymi otrzymały więcej informacji od personelu medycznego niż średnia.



Pytanie 5. Czy ktokolwiek z personelu medycznego, z którymi miałeś(-aś) do czynienia, kiedykolwiek wykonał którąkolwiek z poniższych czynności?

Podstawa: Wszyscy respondenci

	Ogółem n = 4509	Co najmniej jeden problem zdrowotny n = 888	Choroby układu oddechowego n = 888	Choroby układu krążenia n = 1177	Cukrzyca n = 745	Choroby układu pokarmowego n = 1036	Zaburzenia układu moczowo-płciowego i nerek n = 529	Choroby neurologiczne n = 315	Choroby autoimmunologiczne n = 716	Choroby układu kostno-stawowego n = 1040	Choroby psychiczne n = 652	Nowotwory n = 270	Alergie n = 2097
Przepisał probiotyki lub prebiotyki	50	53	59	48	47	70	71	63	59	57	52	52	57
Wyjaśnił, jakie właściwe działania należy podjąć, aby w jak największym stopniu utrzymać równowagę mikrobiomu	48	51	58	46	49	65	67	67	59	54	49	58	55
Poinformował o znaczeniu zachowania jak największej równowagi mikrobiomu	48	51	59	46	50	66	70	67	59	53	50	59	55
Wyjaśnił, czym jest mikrobiom oraz jaka jest jego rola i funkcja	45	48	55	43	46	61	64	61	55	50	48	54	52

## Lekarze rodzinni, gastrologzy i dietetycy są głównymi członkami personelu medycznego, którzy udzielali informacji na temat mikrobiomu.



Pytanie 6. Jacy członkowie personelu medycznego udzielili Ci tych wyjaśnień?  
Podstawa: Osoby, które otrzymały informacje od personelu medycznego (n = 4904)



\* Pozycja wyświetlana tylko kobietom

\*\* Pozycja wyświetlana tylko rodzicom

# W Azji i Maroku gastroenterolog jest głównym źródłem informacji na temat mikrobiomu. W Finlandii jest to pielęgniarka.

Pytanie 6. Jacy członkowie personelu medycznego udzielili Ci tych wyjaśnień?

Podstawa: Osoby, które otrzymały informacje od pracowników ochrony zdrowia (n=4904)

	Ogółem	USA	AMERYKA ŁACIŃSKA	Brazylia	Meksyk	EUROPA	Francja	Hiszpania	Portugalia	Polska	Finlandia	AZJA	Chiny	Wietnam	MAROKO
podstawa	n = 4904	n = 554	n = 1199	n = 352	n = 847	n = 1559	n = 512	n = 265	n = 254	n = 372	n = 156	n = 1238	n = 777	n = 461	n = 354
Lekarz rodzinny	<b>44</b>	<b>49</b>	<b>58</b>	49	<b>65</b>	<b>58</b>	<b>60</b>	<b>59</b>	<b>59</b>	<b>74</b>	<b>11</b>	<b>15</b>	<b>10</b>	<b>18</b>	<b>26</b>
Gastroenterolog	<b>33</b>	29	<b>37</b>	36	<b>39</b>	<b>17</b>	<b>22</b>	<b>15</b>	<b>25</b>	<b>9</b>	<b>13</b>	<b>54</b>	<b>60</b>	<b>50</b>	<b>43</b>
Dietetyk	<b>24</b>	<b>18</b>	<b>32</b>	<b>36</b>	<b>29</b>	<b>13</b>	<b>9</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>8</b>	<b>15</b>	<b>32</b>	26	<b>37</b>	<b>35</b>
Farmaceuta	<b>18</b>	20	<b>13</b>	19	<b>7</b>	19	<b>25</b>	22	19	17	14	17	<b>15</b>	19	<b>29</b>
Ginekolog	<b>17</b>	15	<b>20</b>	<b>28</b>	<b>14</b>	15	14	14	21	13	17	15	16	<b>13</b>	19
Pielęgniarka lub asystent lekarza	<b>16</b>	<b>24</b>	14	19	<b>10</b>	15	<b>7</b>	14	<b>22</b>	<b>9</b>	<b>35</b>	18	16	19	12
Dermatolog	<b>10</b>	12	9	12	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	8	9	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
Urolog	<b>10</b>	11	<b>8</b>	11	<b>5</b>	<b>7</b>	8	7	7	7	6	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	13
Laryngolog	<b>8</b>	<b>11</b>	<b>6</b>	8	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	5	<b>3</b>	<b>3</b>	8	<b>13</b>	8	<b>17</b>	11
Chirurg stomatolog	<b>7</b>	8	<b>5</b>	7	<b>4</b>	<b>5</b>	5	4	6	5	8	<b>10</b>	<b>11</b>	8	<b>12</b>
Pediatra	<b>7</b>	8	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>9</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	5	4	8	5	<b>9</b>	8	<b>10</b>	6
Fizjoterapeuta	<b>5</b>	<b>11</b>	4	6	<b>3</b>	<b>3</b>	4	4	4	4	<b>1</b>	6	<b>7</b>	5	4
Naturopata	<b>5</b>	7	<b>3</b>	4	<b>2</b>	4	5	4	7	3	3	5	<b>12</b>	0*	<b>9</b>
Położna	<b>2</b>	2	<b>1</b>	1	1	2	<b>5</b>	3	<b>0</b>	2	1	2	1	2	2
Inna odpowiedź	<b>3</b>	4	4	5	3	<b>5</b>	3	3	4	<b>5</b>	<b>14</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	3

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

● Pierwsze źródło według kraju

\* Ten element nie był pokazywany w Wietnamie



# Rodzice otrzymują informacje z wielu źródeł, ale najważniejszym z nich jest gastroenterolog.

Pytanie 6. Jacy członkowie personelu medycznego udzielili Ci tych wyjaśnień?

Podstawa: Osoby, które otrzymały informacje od pracowników ochrony zdrowia (n=4904)

	Ogółem	Mniej niż 25 lat	Od 25 do 34 lat	Od 35 do 44 lat	Od 45 do 59 lat	60 lat i więcej	Mężczyźni	Kobiety	Rodzice dzieci w wieku poniżej 3 lat
podstawa	n = 4904	n = 675	n = 1085	n = 985	n = 1249	n = 910	n = 2293	n = 2611	n = 474
Lekarz rodzinny	<b>44</b>	<b>36</b>	<b>38</b>	44	44	<b>55</b>	45	43	<b>39</b>
Gastroenterolog	<b>33</b>	<b>26</b>	35	34	<b>38</b>	31	<b>37</b>	31	<b>41</b>
Dietetyk	<b>24</b>	27	24	24	25	22	<b>28</b>	<b>21</b>	26
Farmaceuta	<b>18</b>	20	<b>21</b>	18	17	17	<b>21</b>	17	<b>22</b>
Ginekolog	<b>17</b>	17	<b>22</b>	18	<b>14</b>	<b>13</b>	<b>0*</b>	<b>31</b>	<b>23</b>
Pielęgniarka lub asystent lekarza	<b>16</b>	17	17	14	14	17	17	15	16
Dermatolog	<b>10</b>	12	<b>13</b>	10	10	<b>7</b>	<b>12</b>	9	11
Urolog	<b>10</b>	10	11	9	11	10	<b>13</b>	<b>8</b>	9
Laryngolog	<b>8</b>	10	<b>10</b>	9	8	<b>4</b>	<b>10</b>	7	<b>14</b>
Chirurg stomatolog	<b>7</b>	7	<b>9</b>	6	6	8	<b>10</b>	<b>5</b>	9
Pediatra	<b>7</b>	6	<b>11</b>	<b>12</b>	7	<b>1</b>	6	<b>9</b>	<b>19</b>
Fizjoterapeuta	<b>5</b>	5	<b>7</b>	6	4	<b>3</b>	6	4	7
Naturopata	<b>5</b>	6	6	5	5	<b>3</b>	6	4	5
Położna	<b>2</b>	3	2	2	2	1	<b>0*</b>	<b>3</b>	2
Inna odpowiedź	<b>3</b>	2	2	4	<b>5</b>	4	3	<b>4</b>	2

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

● Pierwsze źródło według profilu

\* Te elementy nie były pokazywane mężczyznom

# Osoby z problemami zdrowotnymi częściej otrzymują informacje na temat mikrobiomu od specjalistów, zwłaszcza gastroenterologów.

Pytanie 6. Jacy członkowie personelu medycznego udzielili Ci tych wyjaśnień?

Podstawa: Osoby, które otrzymały pewne informacje (n = 4904)



	Ogółem n = 3132	Co najmniej jeden problem zdrowotny n = 643	Choroby układu oddechowego n = 734	Choroby układu krążenia n = 469	Cukrzyca n = 868	Zaburzenia układu moczowo-płciowego i nerek n = 456	Choroby neurologiczne n = 255	Choroby autoimmunologiczne n = 539	Choroby układu kostno-stawowego n = 741	Choroby psychiczne n = 444	Nowotwór n = 191	Alergie n = 1553	
Lekarz rodzinny	44	42	38	47	46	37	35	33	39	36	41	42	41
Gastroenterolog	33	36	39	34	33	47	35	33	39	42	34	31	35
Dietetyk	24	25	26	24	26	29	23	21	27	27	26	22	27
Farmaceuta	18	19	18	19	22	18	18	20	20	19	23	23	19
Ginekolog	17	17	18	14	14	17	25	13	15	19	18	14	19
Pielęgniarka lub asystent lekarza	16	17	20	20	19	16	18	22	19	21	18	23	17
Dermatolog	10	12	16	14	15	14	16	14	16	14	14	17	13
Urolog	10	11	11	12	15	13	17	11	14	13	11	16	12
Laryngolog	8	9	14	10	8	9	11	15	11	10	12	12	9
Chirurg stomatolog	7	8	10	9	9	7	8	8	11	8	9	12	8
Pediatra	7	8	8	6	7	8	12	8	8	7	6	10	9
Fizjoterapeuta	5	5	7	6	8	6	9	9	5	5	6	9	5
Naturopata	5	5	7	6	6	6	10	9	6	6	8	10	5
Położna	2	2	2	2	2	2	3	4	2	2	2	3	1
Inna odpowiedź	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

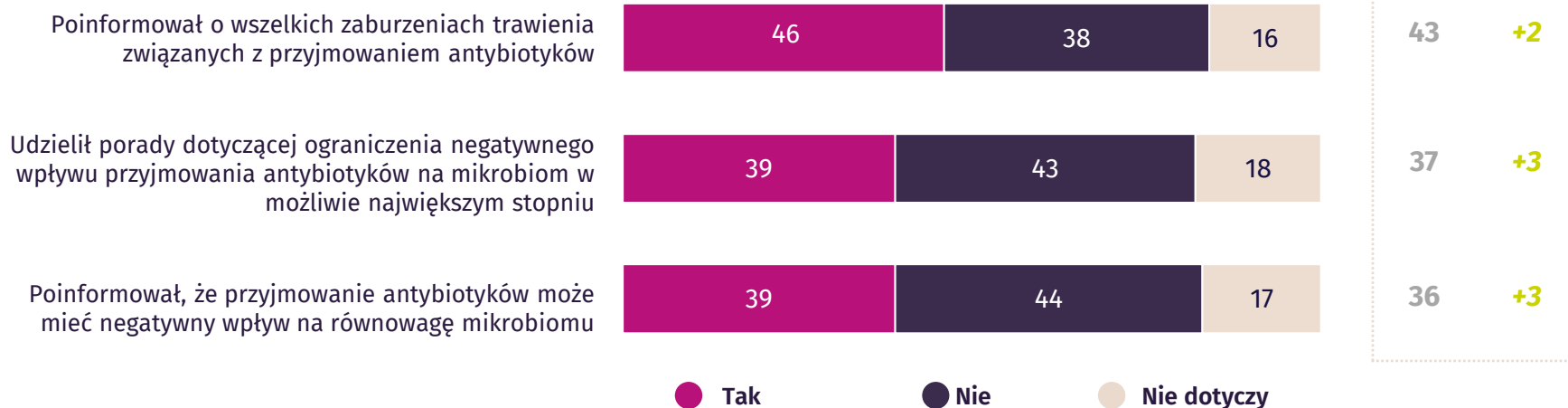
● Pierwsze źródło według problemu zdrowotnego

# W tym roku ponownie tylko mniejszość osób otrzymała informacje na temat mikrobiomu po przepisaniu antybiotyków, chociaż w porównaniu z ubiegłym rokiem nastąpiła niewielka poprawa.

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

Tylko **27%** otrzymało **WSZYSTKIE TE INFORMACJE** od personelu medycznego

Stały zakres: **24%, +4 p.** ↗



Stały zakres

% tak    Ewolucja

43    +2

37    +3

36    +3

## Ten brak informacji jest jeszcze większy w Europie i USA.

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

**% tak**

**% OTRZYMAŁO WSZYSTKIE TE INFORMACJE OD PERSONELU MEDYCZNEGO**

Poinformował o wszelkich zaburzeniach trawienia związanych z przyjmowaniem antybiotyków

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

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

	Ogółem	USA	AMERYKA ŁACIŃSKA	Brazylia	Meksyk	EUROPA	Francja	Hiszpania	Portugalia	Polska	Finlandia	AZJA	Chiny	Wietnam	MAROKO
<b>% OTRZYMAŁO WSZYSTKIE TE INFORMACJE OD PERSONELU MEDYCZNEGO</b>	<b>27</b>	22 ↗	27 ↗	23	32 ↗	22	21 ↗	21 ↗	19	32	18	39	29	49	25
Poinformował o wszelkich zaburzeniach trawienia związanych z przyjmowaniem antybiotyków	<b>46</b>	38 ↗	48 ↗	43	52 ↗	42	45 ↗	40	39	45	44	57	47 ↘	67	51
Udzielił porady dotyczącej ograniczenia negatywnego wpływu przyjmowania antybiotyków na mikrobiom w możliwie największym stopniu	<b>39</b>	35 ↗	42 ↗	36	48 ↗	32	31	33 ↗	30	43	25	56	48 ↘	63	42
Poinformował, że przyjmowanie antybiotyków może mieć negatywny wpływ na równowagę mikrobiomu	<b>39</b>	34 ↗	39 ↗	33	45 ↗	34	31 ↗	32 ↗	30	47	30	55	45	65	39

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe



## Osoby w wieku od 25 do 34 lat i rodzice małych dzieci otrzymali więcej informacji i porad przy przepisywaniu antybiotyków.



Pytanie 7. Czy podczas ostatniego przepisywania antybiotyków lekarz wykonał następujące czynności?

Podstawa: Wszyscy respondenci

% tak	Ogółem	Mniej niż 25 lat	Od 25 do 34 lat	Od 35 do 44 lat	Od 45 do 59 lat	60 lat i więcej	Rodzice dzieci w wieku poniżej 3 lat
	podstawa n = 7500	n = 888	n = 1409	n = 1402	n = 1979	n = 1822	n = 591
<b>% OTRZYMAŁO WSZYSTKIE TE INFORMACJE OD PRACOWNIKÓW OCHRONY ZDROWIA</b>	<b>27</b>	<b>21</b>	<b>30</b>	29	27	<b>24</b>	<b>32</b>
Poinformował o wszelkich zaburzeniach trawienia związanych z przyjmowaniem antybiotyków	<b>46</b>	43	<b>51</b>	47	47	44	50
Udzielił porady dotyczącej ograniczenia negatywnego wpływu przyjmowania antybiotyków na mikrobiom w możliwie największym stopniu	<b>39</b>	40	<b>46</b>	<b>42</b>	38	<b>35</b>	<b>48</b>
Poinformował, że przyjmowanie antybiotyków może mieć negatywny wpływ na równowagę mikrobiomu	<b>39</b>	37	<b>48</b>	<b>42</b>	38	<b>34</b>	<b>48</b>

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

# Osoby z problemami zdrowotnymi otrzymywały więcej informacji i porad przy przepisywaniu antybiotyków.



Pytanie 7. Czy podczas ostatniego przepisywania antybiotyków lekarz wykonał następujące czynności?

Podstawa: Wszyscy respondenci

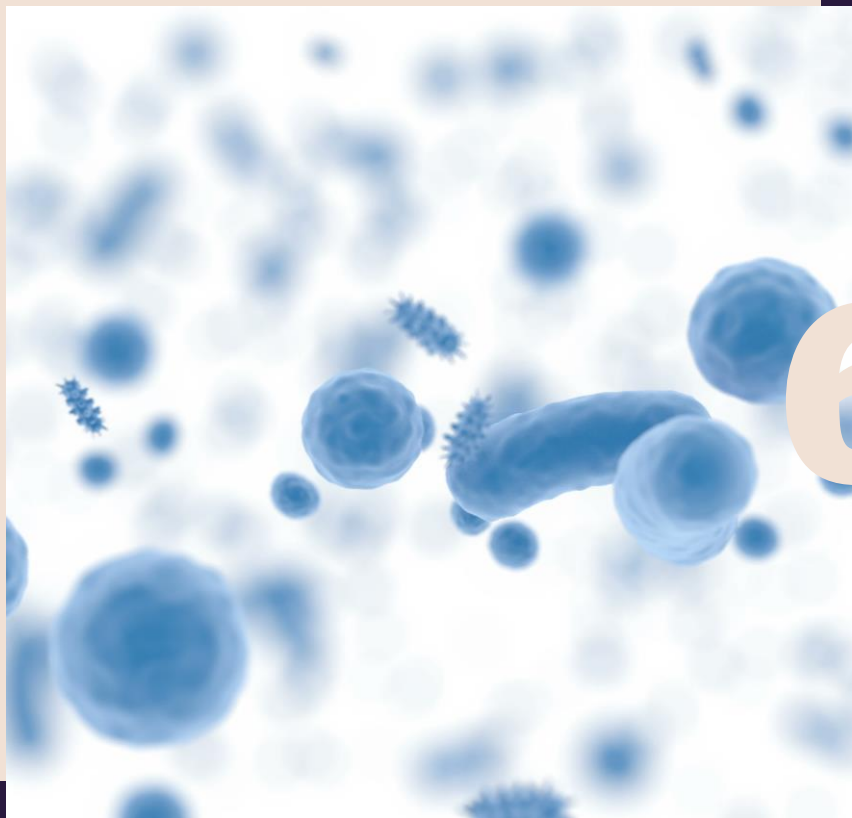
% tak

	Ogółem n = 4509	Co najmniej jeden problem zdrowotny n = 888	Choroby układu oddechowego n = 888	Choroby układu krążenia n = 1177	Cukrzyca n = 745	Choroby układu pokarmowego n = 1036	Zaburzenia układu moczowo-płciowego i nerek n = 529	Choroby neurologiczne n = 315	Choroby autoimmunologiczne n = 716	Choroby układu kostno-stawowego n = 1040	Choroby psychiczne n = 652	Nowotwór n = 270	Alergie n = 2097
<b>% OTRZYMAŁO WSZYSTKIE TE INFORMACJE OD PRACOWNIKÓW OCHRONY ZDROWIA</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>34</b>	27	30	<b>38</b>	<b>41</b>	30	<b>36</b>	<b>32</b>	26	32	<b>30</b>
Poinformował o wszelkich zaburzeniach trawienia związanych z przyjmowaniem antybiotyków	<b>46</b>	<b>50</b>	<b>58</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>59</b>	<b>63</b>	<b>52</b>	<b>57</b>	<b>52</b>	48	<b>60</b>	<b>53</b>
Udzielił porady dotyczącej ograniczenia negatywnego wpływu przyjmowania antybiotyków na mikrobiom w możliwie największym stopniu	<b>39</b>	<b>41</b>	<b>49</b>	41	<b>43</b>	<b>52</b>	<b>56</b>	<b>53</b>	<b>47</b>	<b>46</b>	41	<b>47</b>	<b>45</b>
Poinformował, że przyjmowanie antybiotyków może mieć negatywny wpływ na równowagę mikrobiomu	<b>39</b>	<b>41</b>	<b>49</b>	41	42	<b>51</b>	<b>58</b>	<b>47</b>	<b>50</b>	<b>45</b>	38	<b>47</b>	<b>44</b>

78

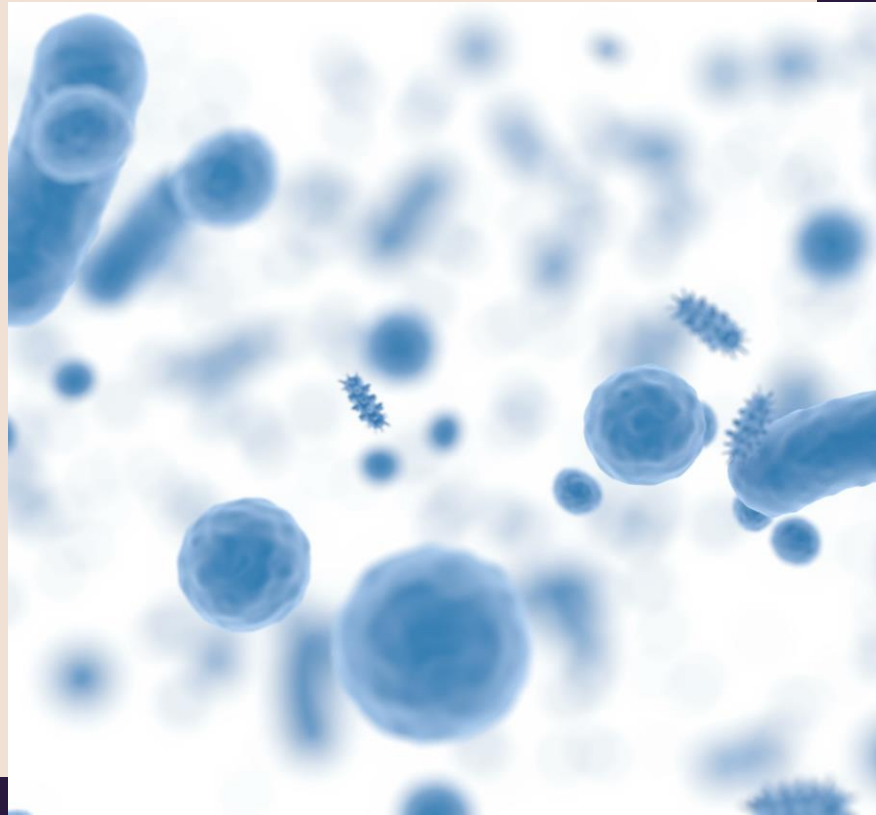
Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe



## Koncentracja na mikrobiomie pochwy

*W kolejnych pytaniach omówimy mikrobiom pochwy, znany również jako flora pochwy.*



Tekst wyświetlany respondentom:

W kolejnych pytaniach omówimy mikrobiom pochwy, znany również jako flora pochwy. Przeczytaj przed udzieleniem odpowiedzi na kolejne pytania.

Wiele osób mówi „pochwa”, podczas gdy zwykle mają na myśli srom. Srom to zewnętrzna, widoczna część narządów płciowych – wargi sromowe, łechtaczka, ujście pochwy i ujście cewki moczowej. Pochwa jest wewnątrz – to rozciągliwa rurka, która łączy srom z szyjką macicy i macicą. Pochwa umożliwia stosunek płciowy i poród. Odprowadza również krew miesiączkową.

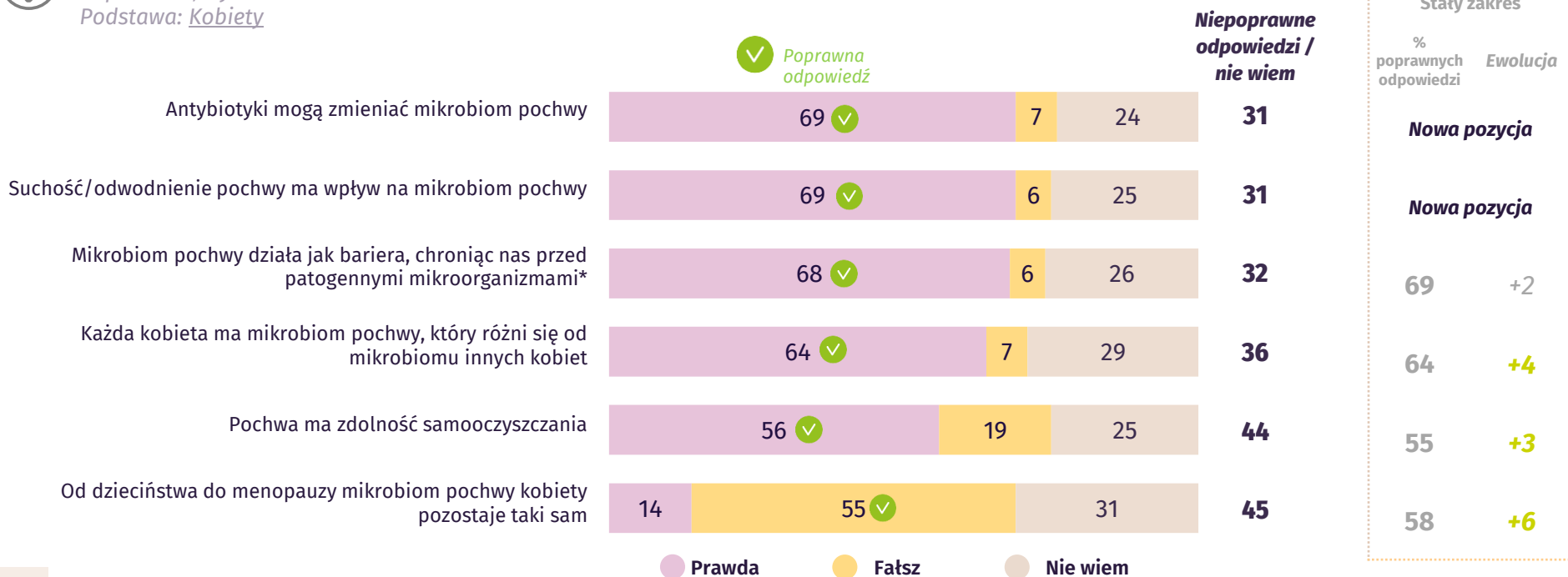


# Wiedza kobiet na temat mikrobiomu pochwy jest coraz większa w porównaniu z rokiem ubiegłym.



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



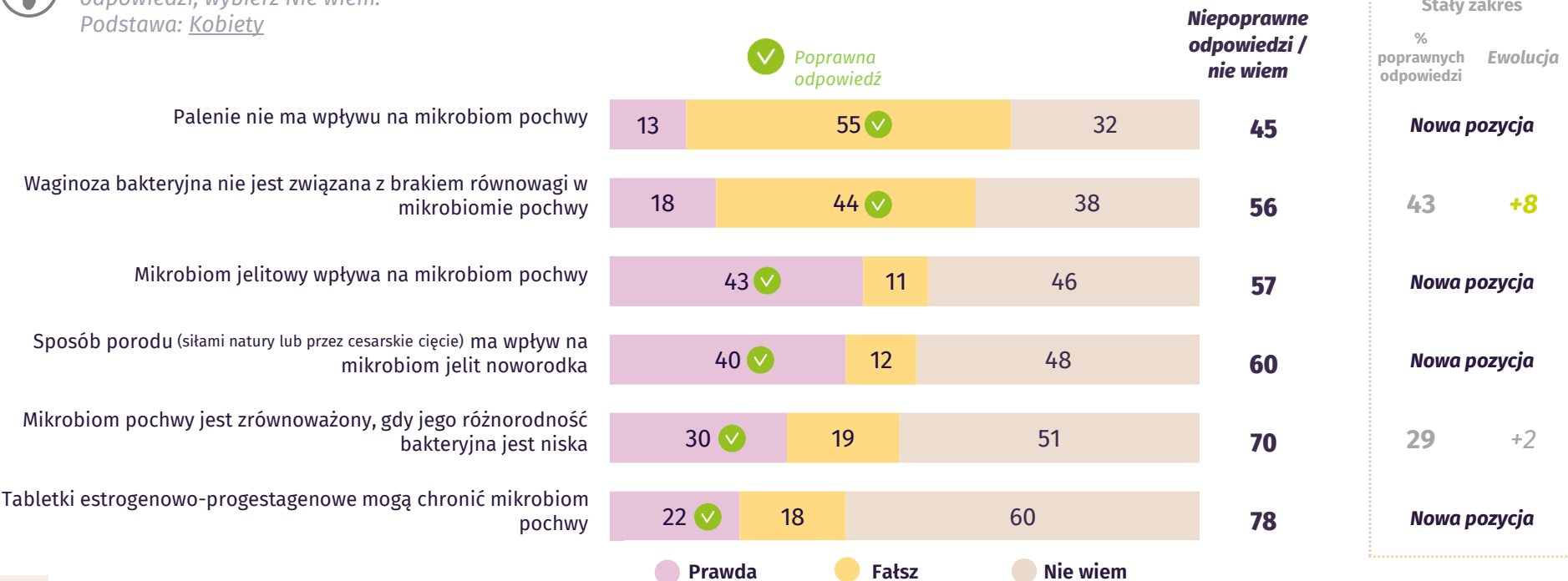
\* Dla tego punktu podano następującą definicję: organizm chorobotwórczy to organizm, który jest zdolny do wywoływania chorób u żywiciela (osoby).

## Jednak niektóre aspekty mikrobiomu pochwy są nadal nieznane większości 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





## Fińskie i chińskie kobiety mają większą wiedzę na temat mikrobiomu pochwy.

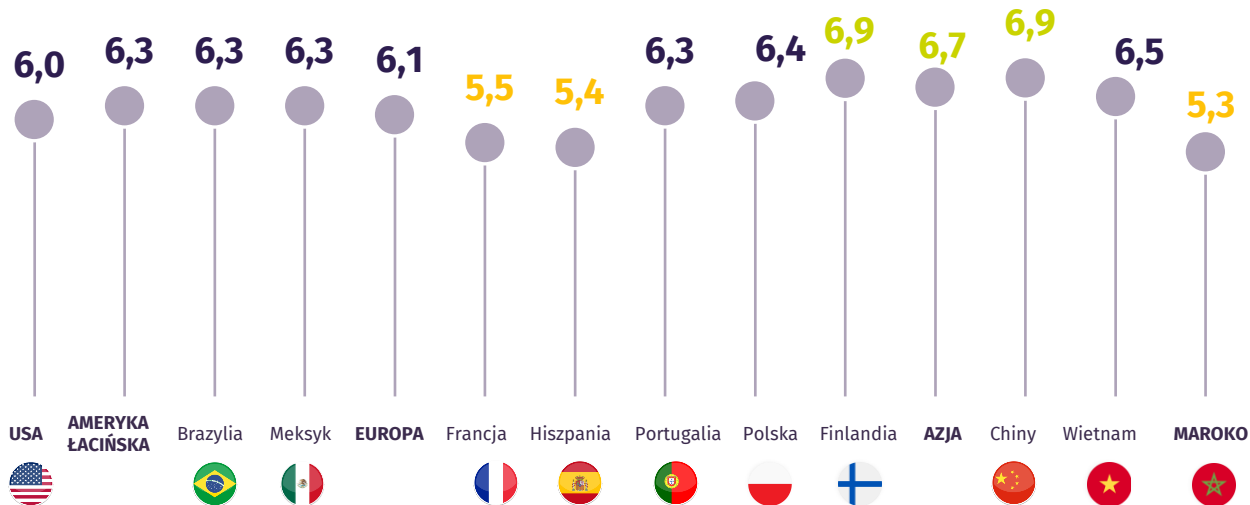


Pytanie 13. Dla każdego z poniższych stwierdzeń zdecyduj, czy uważasz je za PRAWDĘ czy FAŁSZ. Jeśli nie masz pewności co do swojej odpowiedzi, wybierz Nie wiem.

Podstawa: Kobiety



Średnia liczba  
dobrych odpowiedzi



- Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe
- Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

# Wiedza na temat mikrobiomu pochwy różni się w zależności od kraju.

(1/2)

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	AMERYKA ŁĄCZIŃSKA		Brazylia	Meksyk	EUROPA	Francja	Hiszpania	Portugalia	Polska	Finlandia	AZJA	Chiny	Wietnam	MAROKO
	n = 3885	USA n = 517	n = 837	n = 274	n = 563	n = 1586	n = 534	n = 266	n = 268	n = 264	n = 254	n = 723	n = 497	n = 226	n = 222
Antybiotyki mogą zmieniać mikrobiom pochwy	69	71 ↗	68	70	66	75	64	71	76	78	87	65	62	67	53
Suchość/odwodnienie pochwy ma wpływ na mikrobiom pochwy	69	59	67	66	69	71	60	62	75	79	79	71	65	76	67
Mikrobiom pochwy działa jak bariera, chroniąc nas przed patogennymi mikroorganizmami*	68	60 ↗	72	69	75	66	62	70	72	74	49	76	76	76	64
Każda kobieta ma mikrobiom pochwy, który różni się od mikrobiomu innych kobiet	64	66	68	64	72	65	63	61	71	62	70	59	52	66	52
Pochwa ma zdolność samooczyszczania	56	61	49	51	49	53	63	35	57	49	61	60	71	51	71
Od dzieciństwa do menopauzy mikrobiom pochwy kobiety pozostaje taki sam	55	54	55 ↗	60 ↗	51	59	56	52	71	52	66	55	65 ↗	46	37

# Wiedza na temat mikrobiomu pochwy różni się w zależności od kraju.

(2/2)

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	USA	AMERYKA ŁACIŃSKA	Brazylia	Meksyk	EUROPA	Francja	Hiszpania	Portugalia	Polska	Finlandia	AZJA	Chiny	Wietnam	MAROKO
podstawa	n = 3885	n = 517	n = 837	n = 274	n = 563	n = 1586	n = 534	n = 266	n = 268	n = 264	n = 254	n = 723	n = 497	n = 226	n = 222
Palenie nie ma wpływu na mikrobiom pochwy	55	51	54	58	51	56	54	53	59	53	62	54	62	47	55
Bakteryjne zapalenie pochwy nie jest związane z brakiem równowagi w mikrobiomie pochwy	44	43 ↗	44 ↗	50 ↗	39 ↗	43	26	35	48 ↗	48	60	50	60 ↗	40	40
Mikrobiom jelitowy wpływa na mikrobiom pochwy	43	45	47	48	46	41	36	34	36	51	52	47	52	43	29
Sposób porodu (siłami natury lub przez cesarskie cięcie) ma wpływ na mikrobiom jelit noworodka	40	41	41	41	41	38	29	31	31	43	56	51	51	52	30
Mikrobiom pochwy jest zrównoważony, gdy jego różnorodność bakteryjna jest niska	30	24	36	34	37	20	21 ↗	20	15 ↘	25	16	57	53	61	20
Tabletki estrogenowo-progestagenowe mogą chronić mikrobiom pochwy	22	24	27	21	33	22	17	14	21	30	27	24	26	23	14

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe



## Kobiety w wieku od 25 do 34 lat i matki dzieci poniżej 3. roku życia wiedzą więcej na temat mikrobiomu pochwy.

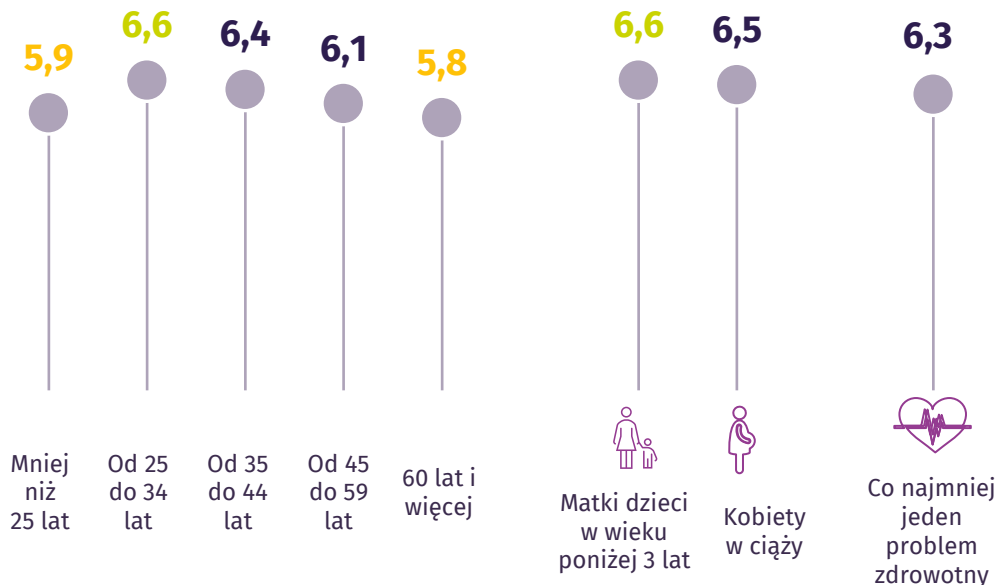


Pytanie 13. Dla każdego z poniższych stwierdzeń zdecyduj, czy uważasz je za PRAWDĘ czy FAŁSZ. Jeśli nie masz pewności co do swojej odpowiedzi, wybierz Nie wiem.

Podstawa: Kobiety



Średnia liczba  
dobrych odpowiedzi



- Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe
- Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe



## Najmłodsze i najstarsze kobiety wydają się wiedzieć mniej o mikrobiomie pochwy. (1/2)

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	Od 25 do 34 lat	Od 35 do 44 lat	Od 45 do 59 lat	60 lat i więcej	Matki dzieci w wieku poniżej 3 lat	Kobiety w ciąży
podstawa	n = 3885	n = 494	n = 825	n = 738	n = 1013	n = 815	n = 377	n = 75
Antybiotyki mogą zmieniać mikrobiom pochwy	<b>69</b>	<b>57</b>	68	<b>74</b>	<b>73</b>	71	70	65
Suchość/odwodnienie pochwy ma wpływ na mikrobiom pochwy	<b>69</b>	65	71	68	70	68	68	64
Mikrobiom pochwy działa jak bariera, chroniąc nas przed patogennymi mikroorganizmami*	<b>68</b>	65	69	68	70	67	71	57
Każda kobieta ma mikrobiom pochwy, który różni się od mikrobiomu innych kobiet	<b>64</b>	61	<b>69</b>	67	63	<b>58</b>	67	67
Pochwa ma zdolność samooczyszczania	<b>56</b>	59	<b>61</b>	59	53	<b>49</b>	60	58
Od dzieciństwa do menopauzy mikrobiom pochwy kobiety pozostaje taki sam	<b>55</b>	53	55	55	56	57	55	45

Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

## Najmłodsze i najstarsze kobiety wydają się wiedzieć mniej o mikrobiomie pochwy. (2/2)

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	Od 25 do 34 lat	Od 35 do 44 lat	Od 45 do 59 lat	60 lat i więcej	Matki dzieci w wieku poniżej 3 lat	Kobiety w ciąży
	podstawa n = 3885	n = 494	n = 825	n = 738	n = 1013	n = 815	n = 377	n = 75
Palenie nie ma wpływu na mikrobiom pochwy	<b>55</b>	58	<b>60</b>	57	<b>50</b>	52	54	57
Bakteryjne zapalenie pochwy nie jest związane z brakiem równowagi w mikrobiomie pochwy	<b>44</b>	47	<b>48</b>	46	44	<b>39</b>	47	46
Mikrobiom jelitowy wpływa na mikrobiom pochwy	<b>43</b>	<b>38</b>	<b>47</b>	46	42	40	47	<b>58</b>
Sposób porodu (siłami natury lub przez cesarskie cięcie) ma wpływ na mikrobiom jelit noworodka	<b>40</b>	<b>32</b>	<b>49</b>	<b>45</b>	39	<b>34</b>	<b>52</b>	<b>58</b>
Mikrobiom pochwy jest zrównoważony, gdy jego różnorodność bakteryjna jest niska	<b>30</b>	29	<b>37</b>	30	28	<b>25</b>	<b>38</b>	<b>48</b>
Tabletki estrogenowo-progestagenowe mogą chronić mikrobiom pochwy	<b>22</b>	22	25	23	21	21	<b>28</b>	27

Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe





## Kobiety z problemami zdrowotnymi mają większą wiedzę na temat mikrobiomu pochwy.

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	Co najmniej jeden problem zdrowotny		Choroby układu oddechowego	Choroby układu krążenia	Cukrzyca	Choroby układu pokarmowego	Zaburzenia układu moczowo-płciowego i nerek	Choroby neurologiczne	Choroby autoimmunologiczne	Choroby układu kostno-stawowego	Choroby psychiczne	Nowotwór	Alergie
	Ogółem	n = 2355											
	n = 3885	n = 2355	n = 453	n = 530	n = 300	n = 555	n = 310	n = 143	n = 360	n = 587	n = 376	n = 114	n = 1182
Antybiotyki mogą zmieniać mikrobiom pochwy	<b>69</b>	<b>71</b>	70	73	66	<b>75</b>	<b>77</b>	66	73	72	74	65	<b>73</b>
Suchość/odwodnienie pochwy ma wpływ na mikrobiom pochwy	<b>69</b>	<b>71</b>	73	71	67	<b>76</b>	74	63	<b>75</b>	70	71	61	<b>73</b>
Mikrobiom pochwy działa jak bariera, chroniąc nas przed patogennymi mikroorganizmami*	<b>68</b>	<b>69</b>	68	71	66	<b>74</b>	<b>78</b>	67	70	<b>74</b>	69	67	71
Każda kobieta ma mikrobiom pochwy, który różni się od mikrobiomu innych kobiet	<b>64</b>	<b>65</b>	68	64	59	67	65	64	<b>70</b>	65	<b>72</b>	58	67
Pochwa ma zdolność samoczyszczenia	<b>56</b>	<b>56</b>	52	<b>50</b>	<b>48</b>	<b>61</b>	60	50	59	56	60	47	57
Od dzieciństwa do menopauzy mikrobiom pochwy kobiety pozostaje taki sam	<b>55</b>	<b>57</b>	54	59	<b>47</b>	56	<b>61</b>	52	60	54	60	50	57



# Nawet jeśli brakuje wiedzy na kilka tematów.

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

	Co najmniej jeden problem zdrowotny		Choroby układu oddechowego	Choroby układu krążenia	Cukrzyca	Choroby układu pokarmowego	Zaburzenia układu moczowo-płciowego i nerek	Choroby neurologiczne	Choroby autoimmunologiczne	Choroby układu kostno-stawowego	Choroby psychiczne	Nowotwór	Alergie
	Ogółem	n = 2355											
Palenie nie ma wpływu na mikrobiom pochwy	55	56	53	56	48	56	60	56	56	53	61	51	58
Bakteryjne zapalenie pochwy nie jest związane z brakiem równowagi w mikrobiomie pochwy	44	46	40	43	41	50	58	43	43	45	49	29	48
Mikrobiom jelitowy wpływa na mikrobiom pochwy	43	43	44	42	41	46	50	53	48	46	45	42	44
Sposób porodu (słami natury lub przez cesarskie cięcie) ma wpływ na mikrobiom jelit noworodka	40	41	40	40	40	49	48	46	44	39	42	41	42
Mikrobiom pochwy jest zrównoważony, gdy jego różnorodność bakteryjna jest niska	30	29	36	27	33	35	40	37	29	33	25	33	30
Tabletki estrogenowo-progestagenowe mogą chronić mikrobiom pochwy	22	23	22	24	27	29	26	29	24	21	21	23	24

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

# Kobiety otrzymały więcej porad i informacji na temat mikrobiomu pochwy od swoich lekarzy niż w ubiegłym roku, ale nadal stanowią one mniejszość.



Pytanie 14. Czy Twój ginekolog rozmawiał z Tobą o następujących kwestiach?

Podstawa: Kobiety

**37%** otrzymało **TE WSZYSTKIE INFORMACJE** co najmniej raz

**14%** otrzymało **te wszystkie informacje** kilka razy

Staty zakres: **37%, +8 p.** ↗  
**13%, +5 p.** ↗

**% tak**

Wyjaśnił, jakie odpowiednie działania należy podjąć, aby w jak największym stopniu utrzymać równowagę mikrobiomu pochwy



**48**

Poinformował o znaczeniu zachowania jak największej równowagi mikrobiomu pochwy



**48**

Wyjaśnił, czym jest mikrobiom pochwy oraz jaka jest jego rola i funkcja\*



**43**

● Tak, kilka razy    ● Tak, raz    ● Nie, nigdy

Staty zakres	
% tak	Ewolucja
49	+7
48	+8
42	+7

\* Brzmienie tej pozycji zostało zmienione w porównaniu do zeszłego roku



# W Ameryce Południowej i Azji więcej kobiet otrzymało informacje lub porady od personelu medycznego na temat mikrobiomu pochwy.

Pytanie 14. Czy Twój ginekolog rozmawiał z Tobą o następujących kwestiach?

Podstawa: Kobiety

**% tak**

	Ogółem	USA	AMERYKA ŁĄCZIŃSKA	Brazylia	Meksyk	EUROPA	Francja	Hiszpania	Portugalia	Polska	Finlandia	AZJA	Chiny	Wietnam	MAROKO
Podstawa	n = 3885	n = 517	n = 837	n = 274	n = 563	n = 1586	n = 534	n = 266	n = 268	n = 264	n = 254	n = 723	n = 497	n = 226	n = 222
<b>% otrzymało TE WSZYSTKIE INFORMACJE, co najmniej raz</b>	<b>37</b>	33 ↗	47 ↗	50 ↗	44	27	22	28 ↗	36 ↗	29	18	55	47 ↘	62	38
Wyjaśnić, jakie odpowiednie działania należy podjąć, aby w jak największym stopniu utrzymać równowagę mikrobiomu pochwy	<b>48</b>	39 ↗	63 ↗	68 ↗	58	36	32	37 ↗	48 ↗	36	28	66	62 ↘	70	54
Poinformował o znaczeniu zachowania jak największej równowagi mikrobiomu pochwy	<b>48</b>	39 ↗	60 ↗	64 ↗	56	36	32	36 ↗	49 ↗	36	29	66	61 ↘	71	53
Wyjaśnić, czym jest mikrobiom pochwy oraz jaka jest jego rola i funkcja	<b>43</b>	37 ↗	51 ↗	54 ↗	49	31	28	32 ↗	39	35	22	65	56 ↘	73	45

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe



## Kobiety w wieku powyżej 45 lat otrzymywały mniej informacji na temat mikrobiomu pochwy od swoich ginekologów.



Pytanie 14. Czy Twój ginekolog rozmawiał z Tobą o następujących kwestiach?

Podstawa: Kobiety

% tak	Podstawa							Kobiety w ciąży n = 75
	Ogółem n = 3885	Mniej niż 25 lat n = 494	Od 25 do 34 lat n = 825	Od 35 do 44 lat n = 738	Od 45 do 59 lat n = 1013	60 lat i więcej n = 815		
% otrzymało TE WSZYSTKIE INFORMACJE, co najmniej raz	37	36	47	41	35	27	61	
Wyjaśnił, jakie odpowiednie działania należy podjąć, aby w jak największym stopniu utrzymać równowagę mikrobiomu pochwy	48	48	62	53	45	35	77	
Poinformował o znaczeniu zachowania jak największej równowagi mikrobiomu pochwy	48	49	60	52	44	35	77	
Wyjaśnił, czym jest mikrobiom pochwy oraz jaka jest jego rola i funkcja	43	45	54	45	39	32	67	

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

# Kobiety z problemami zdrowotnymi otrzymały więcej informacji na temat mikrobiomu pochwy od swoich ginekologów.



Pytanie 14. Czy Twój ginekolog rozmawiał z Tobą o następujących kwestiach?

Podstawa: Kobiety

% tak

	Ogółem n = 3885	Co najmniej jeden problem zdrowotny n = 2355	Choroby układu oddechowego n = 453	Choroby układu krążenia n = 530	Cukrzyca n = 300	Choroby układu pokarmowego n = 555	Zaburzenia układu moczowo-płciowego i nerek n = 310	Choroby neurologiczne n = 143	Choroby autoimmunologiczne n = 360	Choroby układu kostno-stawowego n = 587	Choroby psychiczne n = 376	Nowotwór n = 114	Alergie n = 1182
<b>% otrzymało TE WSZYSTKIE INFORMACJE, co najmniej raz</b>	<b>37</b>	<b>38</b>	<b>44</b>	38	38	<b>44</b>	<b>54</b>	<b>46</b>	<b>43</b>	41	33	<b>48</b>	<b>41</b>
Wyjaśnił, jakie odpowiednie działania należy podjąć, aby w jak największym stopniu utrzymać równowagę mikrobiomu pochwy	<b>48</b>	<b>50</b>	<b>55</b>	47	50	<b>55</b>	<b>66</b>	<b>61</b>	52	52	46	54	<b>53</b>
Poinformował o znaczeniu zachowania jak największej równowagi mikrobiomu pochwy	<b>48</b>	<b>50</b>	<b>54</b>	47	48	<b>55</b>	<b>67</b>	55	51	50	47	56	<b>52</b>
Wyjaśnił, czym jest mikrobiom pochwy oraz jaka jest jego rola i funkcja	<b>43</b>	<b>44</b>	<b>51</b>	43	45	<b>51</b>	<b>61</b>	<b>54</b>	48	46	38	52	45

94

Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

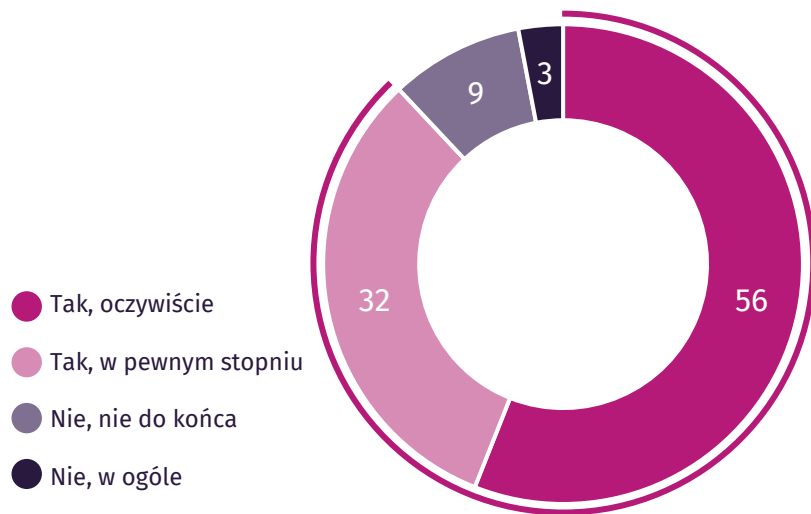
Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

# Znacząca większość kobiet, nawet jeszcze więcej niż w roku ubiegłym, chciałaby uzyskać więcej informacji na temat znaczenia mikrobiomu pochwy oraz jego wpływu na zdrowie.



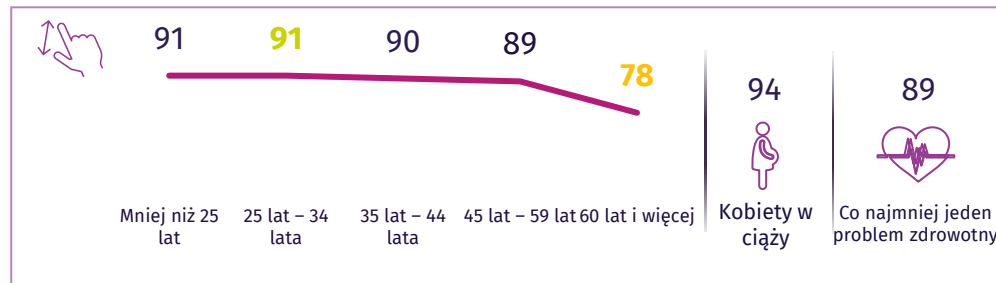
Pytanie 15. Czy chciałabyś, aby Twój ginekolog powiedział Ci więcej o znaczeniu mikrobiomu sromu i pochwy i jego wpływie na Twoje zdrowie?

Podstawa: Kobiety



**88%** chciałoby uzyskać więcej informacji na temat znaczenia mikrobiomu sromu i pochwy oraz jego wpływu na zdrowie

Stały zakres: **88%**, +2 p. ↗



● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe  
● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

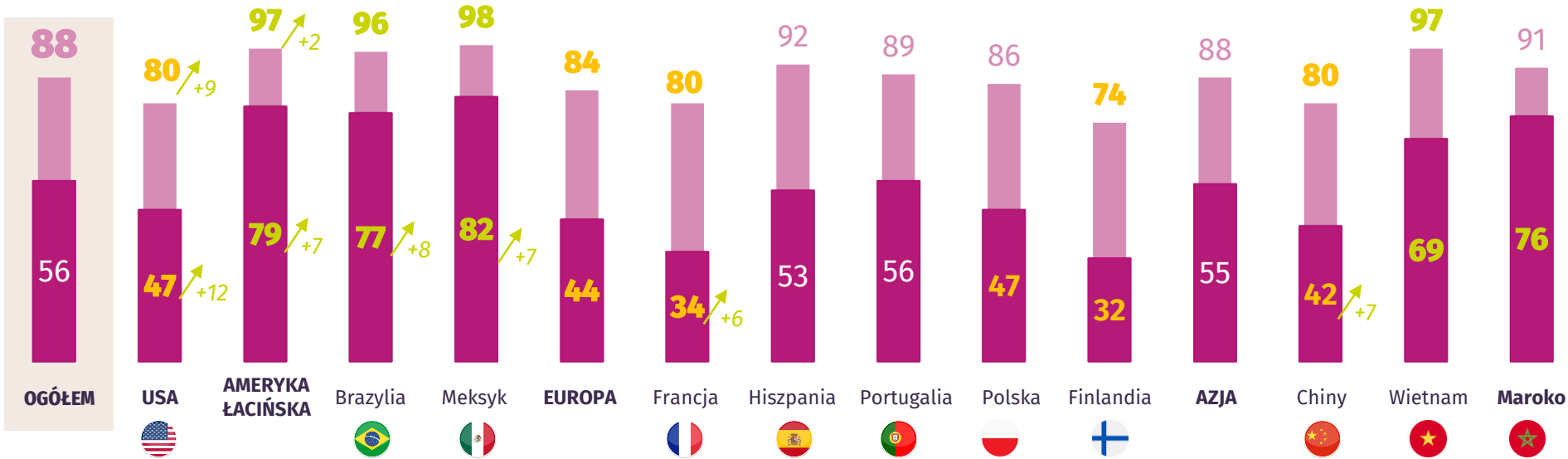
# Latynoski i Wietnamki częściej proszą o dodatkowe informacje na temat mikrobiomu pochwy.

Pytanie 15. Czy chciałabyś, aby Twój ginekolog powiedział Ci więcej o znaczeniu mikrobiomu sromu i pochwy i jego wpływie na Twoje zdrowie?

Podstawa: Kobiety

% tak

Tak, oczywiście





# Kobiety z problemami zdrowotnymi również chciałyby uzyskać więcej informacji na temat mikrobiomu pochwy.

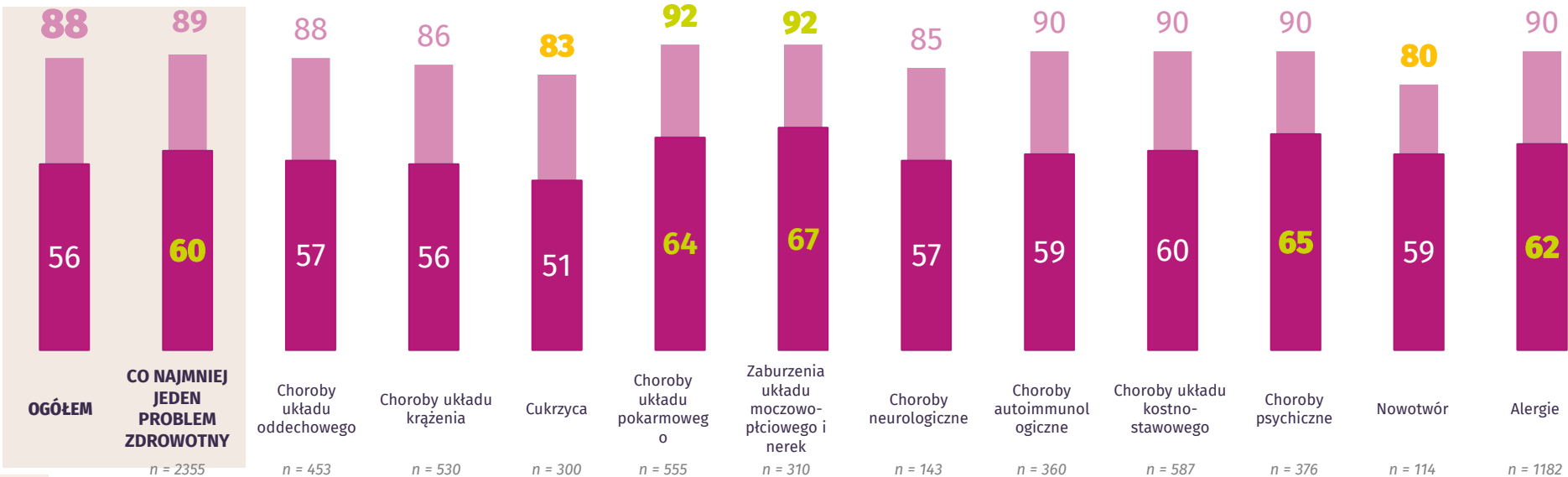


Pytanie 15. Czy chciałybyś, aby Twój ginekolog powiedział Ci więcej o znaczeniu mikrobiomu sromu i pochwy oraz jego wpływie na Twoje zdrowie?

Podstawa: Kobiety

% tak

Tak, oczywiście



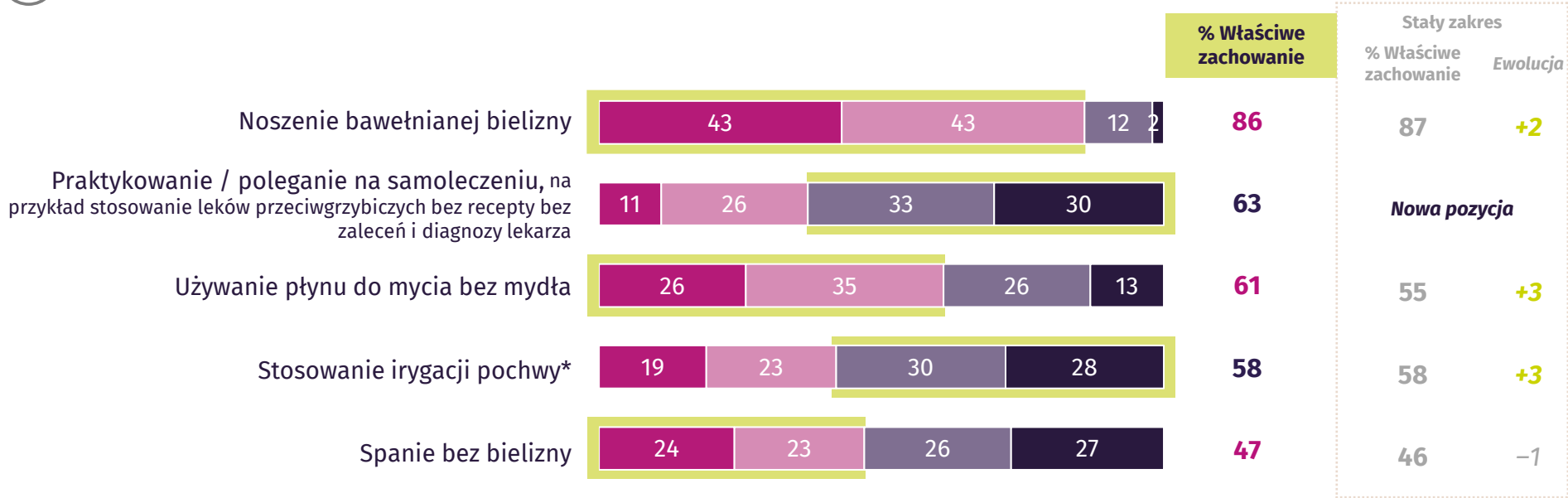
● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

# Kobiety są bardziej skłonne do podejmowania pewnych zachowań w celu ochrony mikrobiomu pochwy w tym roku, nawet jeśli znaczna część z nich nadal stosuje irygacje pochwy.

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

Podstawa: Kobiety



● Tak, oczywiście  
 ● Tak, w pewnym stopniu  
 ● Nie, nie do końca  
 ● Nie, w ogóle

\* Dla tej pozycji podano następującą definicję: Irygacja pochwy to mycie lub czyszczenie wnętrza pochwy wodą lub mieszaniną płynów w celu wyeliminowania nieprzyjemnych zapachów i „oczyszczenia” pochwy. Nie należy mylić irygacji pochwy (pochwa to wnętrze) z myciem sromu (srom to zewnętrzna część).

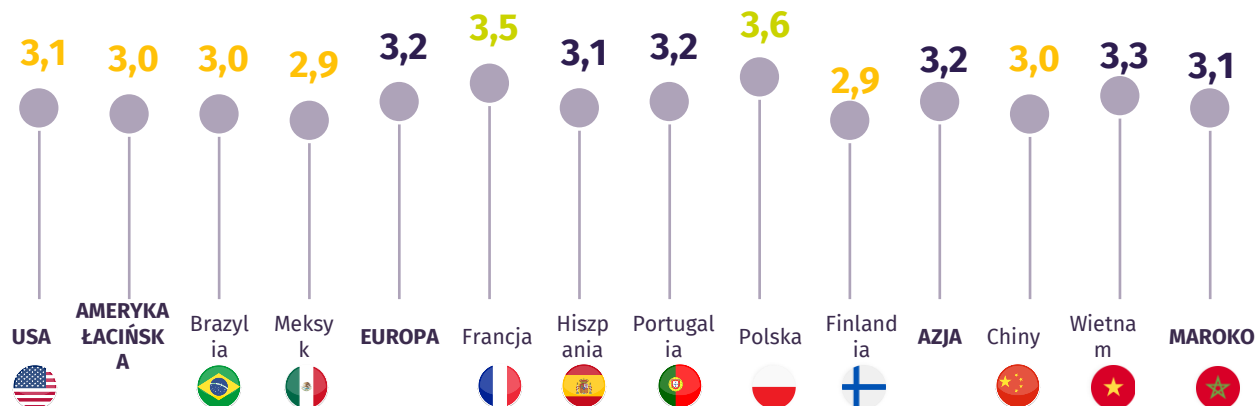
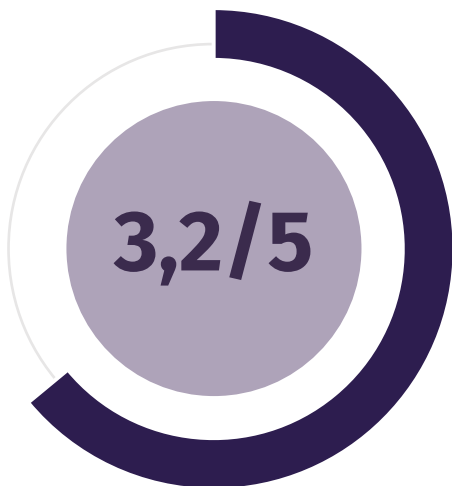


## Francuzki i Polki przyjęły odpowiednie zachowania niż mieszkanki innych krajów.



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

Podstawa: Kobiety



Średnia liczba praktykowanych zachowań

- Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe
- Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

# Irygacje pochwy są popularne wśród kobiet w Chinach, Finlandii i Brazylii.

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

Podstawa: Kobiety

% Właściwe zachowanie	Ogółem	AMERYKA ŁACIŃSKA		Brazylia	Meksyk	EUROPA	Francja	Hiszpania	Portugalia	Polska	Finlandia	AZJA	Chiny	Wietnam	MAROKO
	podstawa n = 3885	n = 517	n = 837	n = 274	n = 563	n = 1586	n = 534	n = 266	n = 268	n = 264	n = 254	n = 723	n = 497	n = 226	n = 222
Noszenie bawełnianej bielizny	<b>86</b>	87 ↗	<b>89</b>	88	<b>90</b>	84	83	86	85	<b>91</b>	<b>76</b>	<b>89</b>	89	90	84
Praktykowanie / poleganie na samoleczeniu, na przykład stosowanie leków przeciwgrzybiczych bez recepty bez zaleceń i diagnozy lekarza	<b>63*</b>	60	<b>58</b>	57	<b>58</b>	<b>71</b>	<b>71</b>	<b>76</b>	<b>75</b>	62	<b>73</b>	<b>50</b>	59	<b>42</b>	<b>56</b>
Używanie płynu do mycia bez mydła	<b>61</b>	44 ↗	<b>51</b>	<b>51</b>	<b>52</b>	61	62	<b>51</b>	59	<b>74</b>	58	<b>73</b>	<b>67</b>	<b>78</b>	<b>71</b>
Stosowanie irygacji pochwy	<b>58</b>	74 ↘	<b>52</b>	<b>46</b>	59	<b>63</b>	<b>71</b>	64	66 ↗	<b>78</b>	<b>35</b>	<b>47</b>	28 ↗	<b>66</b>	54
Spanie bez bielizny	<b>47</b>	47	47	<b>58</b>	<b>36</b>	45	60 ↗	<b>31</b>	<b>32</b>	51	51	<b>58</b>	60 ↘	<b>57</b>	<b>40</b>

\* Uwaga dla czytelnika: 63% kobiet nie praktykuje ani nie polega na samoleczeniu, co jest zachowaniem odpowiednim w kontekście mikrobiomu pochwy.

- Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe
- Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe



## Starsze kobiety wydają się bardziej skłonne do podejmowania zachowań odpowiednich dla mikrobiomu pochwy.

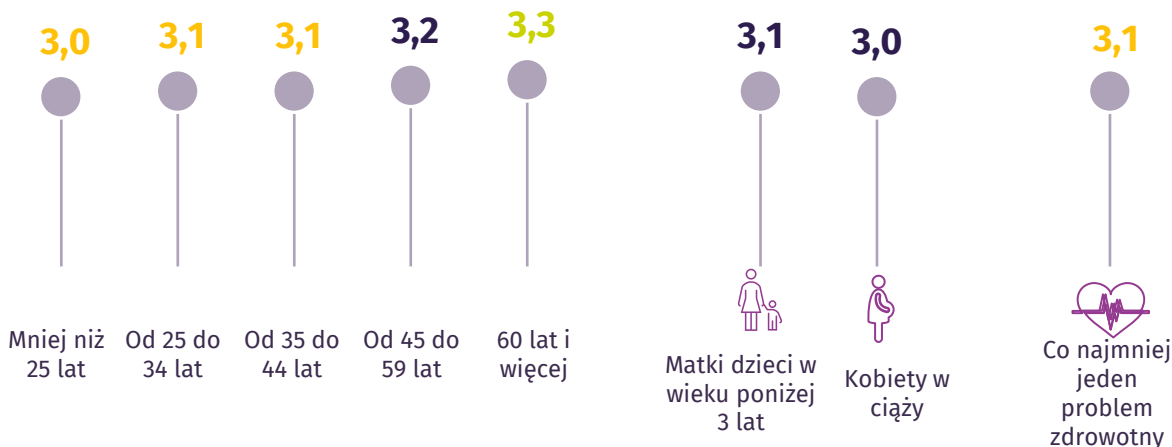


Pytanie 16. Czy w swoim codziennym życiu regularnie podejmujesz następujące działania?

Podstawa: Kobiety



Średnia liczba praktykowanych zachowań



● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe



## Wszystko zależy od zachowań: najstarsze osoby rzadziej polegają na samodzielnym leczeniu i stosują irygacje pochwy w porównaniu z grupą w wieku od 25 do 34 lat.



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

Podstawa: Kobiety

% Właściwe zachowanie	Ogółem	Mniej niż 25 lat	Od 25 do 34 lat	Od 35 do 44 lat	Od 45 do 59 lat	60 lat i więcej	Matki dzieci w wieku poniżej 3 lat	Kobiety w ciąży
	podstawa n = 3885	n = 494	n = 825	n = 738	n = 1013	n = 815	n = 377	n = 75
Noszenie bawełnianej bielizny	<b>86</b>	83	85	86	<b>89</b>	86	88	83
Praktykowanie / poleganie na samoleczeniu, na przykład stosowanie leków przeciwgrzybiczych bez recepty bez zaleceń i diagnozy lekarza	<b>63</b>	61	<b>56</b>	<b>56</b>	64	<b>76</b>	<b>49</b>	<b>45</b>
Używanie płynu do mycia bez mydła	<b>61</b>	58	<b>67</b>	61	59	<b>56</b>	<b>71</b>	<b>75</b>
Stosowanie irygacji pochwy	<b>58*</b>	55	<b>51</b>	57	60	<b>67</b>	<b>50</b>	<b>38</b>
Spanie bez bielizny	<b>47</b>	46	<b>54</b>	47	47	<b>43</b>	<b>54</b>	<b>62</b>

\* Uwaga dla czytelnika: 58% kobiet nie stosuje irygacji pochwy, co jest odpowiednim zachowaniem dla mikrobiomu pochwy.

- Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe
- Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

# Kobiety z problemami zdrowotnymi wydają się mieć zachowania podobne do średniej.



Pytanie 14. Czy Twój ginekolog rozmawiał z Tobą o następujących kwestiach?

Podstawa: Kobiety

## % Właściwe zachowanie

	Ogółem n = 3885	Co najmniej jeden problem zdrowotny n = 2355	Choroby układu oddechowego n = 453	Choroby układu krążenia n = 530	Cukrzyca n = 300	Choroby układu pokarmowego n = 555	Zaburzenia układu moczowo-płciowego i nerek n = 310	Choroby neurologiczne n = 143	Choroby autoimmunologiczne n = 360	Choroby układu kostno-stawowego n = 587	Choroby psychiczne n = 376	Nowotwór n = 114	Alergie n = 1182
Noszenie bawełnianej bielizny	<b>86</b>	<b>86</b>	89	89	88	87	86	<b>71</b>	89	88	<b>81</b>	91	85
Praktykowanie / poleganie na samoleczeniu, na przykład stosowanie leków przeciwgrzybiczych bez recepty bez zaleceń i diagnozy lekarza	<b>63*</b>	<b>61</b>	59	64	60	<b>50*</b>	<b>45</b>	<b>47</b>	<b>56</b>	59	58	59	61
Używanie płynu do mycia bez mydła	<b>61</b>	<b>61</b>	64	57	60	62	<b>67</b>	61	61	64	57	60	60
Stosowanie irygacji pochwy*	<b>58</b>	<b>57</b>	55	<b>63</b>	56	54	<b>50</b>	51	53	58	62	60	56
Spanie bez bielizny	<b>47</b>	<b>47</b>	49	46	53	48	<b>60</b>	53	47	47	48	51	45

\* Uwaga dla czytelnika: 50% kobiet z zaburzeniami trawienia nie praktykuje samoleczenia ani na nim nie polega, co jest zachowaniem odpowiednim w kontekście mikrobiomu pochwy.

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – wyższe

● Znaczące różnice w porównaniu z ogólną liczbą odpowiedzi – niższe

A large, semi-transparent rectangular area on the left side of the slide contains a microscopic image of various bacterial shapes, including rods and cocci, rendered in a light gray color against a white background.

# Załączniki





## Różnice między krajami.

RS10. Spośród poniższych problemów zdrowotnych wskaż te, na które cierpisz.

Podstawa: Wszyscy respondenci

	Ogółem	USA	AMERYKA ŁĄCZIŃSKA	Brazylia	Meksyk	EUROPA	Francja	Hiszpania	Portugalia	Polska	Finlandia	AZJA	Chiny	Wietnam	MAROKO
Alergie	28	36	36	39	33	23	6	26	30	23	29	29	24	34	33
Choroby układu krążenia (zawał serca, wysoki poziom cholesterolu, słabe krążenie, niewydolność serca...)	16	22	15	13	16	18	11	20	20	19	21	14	14	14	7
Choroby układu kostno-stawowego (Osteoporoza, choroba zwyrodnieniowa stawów...)	15	19	8	11	6	13	7	14	16	13	12	25	19	30	16
Choroby układu pokarmowego (niealkoholowa stłuszczeniowa choroba wątroby (NAFLD), choroba Crohna, IBS...)	13	12	12	8	16	10	8	11	8	9	12	23	22	24	15
Choroby układu oddechowego (Astma, przewlekła obturacyjna choroba płuc (POChP)...)	12	17	9	11	8	12	10	10	13	11	14	16	12	20	10
Cukrzyca	10	14	9	9	10	11	8	8	10	12	14	9	12	6	8
Choroby autoimmunologiczne (Reumatoidalne zapalenie stawów, łuszczyca, łuszczycowe zapalenie stawów, toczeń...)	10	13	7	7	6	9	8	11	7	11	8	12	9	14	14
Choroby psychiczne	9	15	9	12	6	8	4	7	9	10	10	5	4	5	16
Zaburzenia układu moczowo-płciowego i nerek (infekcje przenoszone drogą płciową, endometrioza, bakteryjne zapalenie pochwy, zapalenie pochwy, zakażenie drożdżakami)	7	9	5	5	5	5	5	5	4	7	4	11	11	11	9
Choroby neurologiczne (choroba Alzheimera, choroba Parkinsona, zaburzenia ze spektrum autyzmu)	4	6	3	3	3	3	3	3	2	4	5	6	6	6	5
Nowotwór	4	5	2	2	2	5	4	6	5	4	3	4	4	4	1

A large, light-colored rectangular area on the left side of the slide, containing a dense, abstract pattern of grey, branching, and elongated shapes that resemble a complex network or a microscopic view of microbial structures.

## Główne wyniki w poszczególnych krajach

# Przegląd wyników w krajach



USA



Brazylia



Meksyk



Francja



Hiszpania



Portugalia



Polska



Finlandia



Chiny



Wietnam



Maroko

## Świadomość dotycząca mikrobiomu i jego różnorodności

Wie dokładnie, co to jest „mikrobiom”	<b>26%</b> ↗	25%	21%	<b>33%</b> ↗	<b>27%</b>	<b>15%</b>	24%	<b>8%</b>	<b>19%</b>	<b>39%</b>	<b>19%</b>
Suma częściowa „Osoby świadome”	<b>62%</b> ↗	66%	71% ↗	<b>85%</b> ↗	<b>76%</b> ↗	<b>62%</b>	<b>75%</b>	<b>41%</b>	<b>76%</b> ↗	<b>92%</b>	<b>59%</b>
Suma częściowa Osoby świadome istnienia mikrobiomu jelit	<b>49%</b> ↗	54%	<b>62%</b>	<b>70%</b> ↗	<b>61%</b>	<b>42%</b>	<b>45%</b>	<b>33%</b>	<b>65%</b> ↗	<b>87%</b>	<b>47%</b>
Suma częściowa Osoby świadome istnienia wszystkich rodzajów mikrobiomu	29% ↗	32%	32% ↗	29% ↗	<b>25%</b>	<b>25%</b>	31%	<b>20%</b>	30%	<b>60%</b>	32%

## Poziom wiedzy na temat mikrobioty

Średnia arytmetyczna poprawnych odpowiedzi	<b>5,0/9</b>	5,5/9	5,6/9	<b>5,4/9</b>	5,5/9	5,7/9	5,8/9	<b>5,9/9</b>	<b>6,1/9</b>	<b>6,0/9</b>	<b>4,9/9</b>
--	--------------	-------	-------	--------------	-------	-------	-------	--------------	--------------	--------------	--------------

## Poziom wiedzy na temat rozwiązań, które mogą utrzymać równowagę mikrobioty

Wie dokładnie, czym są probiotyki	<b>56%</b>	46% ↗	<b>61%</b> ↗	<b>38%</b> ↗	48% ↗	45% ↗	<b>68%</b>	<b>25%</b>	<b>55%</b> ↗	<b>58%</b>	<b>23%</b>
Wie dokładnie, czym są prebiotyki	<b>41%</b> ↗	30% ↗	<b>34%</b>	<b>20%</b> ↗	31% ↗	<b>21%</b>	<b>43%</b>	<b>12%</b>	<b>39%</b>	<b>44%</b>	<b>20%</b>

## Podjęcie i identyfikacja właściwych działań w celu utrzymania równowagi mikrobioty

Zmieniło swoje zachowanie	<b>54%</b>	62%	<b>67%</b>	<b>48%</b>	54%	<b>47%</b>	<b>65%</b>	<b>36%</b>	<b>62%</b>	<b>84%</b>	61%
---------------------------	------------	-----	------------	------------	-----	------------	------------	------------	------------	------------	-----

## Zakres informacji przekazywanych przez pracowników ochrony zdrowia

Słyszeli o mikrobiomie od pracowników ochrony zdrowia	12%	<b>15%</b>	<b>17%</b>	<b>14%</b>	12%	11%	<b>8%</b>	<b>5%</b>	9%	<b>8%</b>	<b>5%</b>
Otrzymało co najmniej jedną informację co najmniej raz	<b>57%</b> ↗	68%	<b>84%</b>	<b>51%</b> ↗	<b>53%</b> ↗	<b>50%</b>	<b>74%</b>	<b>32%</b>	<b>75%</b> ↘	<b>92%</b>	68%

A large, light gray illustration of a diverse microbiome, featuring various shapes of bacteria, fungi, and other microorganisms, set against a white background that is slightly offset to the left and top of the main slide area.

# Jakość Ipsos

# 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:** 26 stycznia – 26 lutego 2024 r.
- **Osiągnięta próba:** 7500 wywiadów (1000 we Francji, Meksyku, USA i Chinach, 500 w innych krajach)
- **Zbieranie danych:** 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:** ankieterzy 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
- Prezentacja ustna



### 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 tym celu wykorzystujemy najlepsze osiągnięcia nauki, technologii i know-how oraz stosujemy zasady bezpieczeństwa, prostoty, szybkości i treści we wszystkim, co robimy.

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

Sukces bazuje tu na prostej zasadzie:

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