

НИЙГМИЙН ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН ҮНДЭСНИЙ ТӨВ
УВС АЙМГИЙН ЭРҮҮЛ МЭНДИЙН ГАЗАР

**“УВС АЙМГИЙН ХҮН АМЫН ДАВСНЫ ХЭРЭГЛЭЭ БА
МЭДЛЭГ, ХАНДЛАГА, ДАДАЛ” СУДАЛГААНЫ ТАЙЛАН**

УЛААНБААТАР ХОТ, 2020 ОН

Судалгааны удирдагч

Ж.Батжаргал, АУ-ны доктор, НЭМҮТ-ийн ХСА-ны зөвлөх, ШУТА

Судалгааны зөвлөх

Б.Энхтунгалаг, НЭМҮТ-ийн ХСА-ын ЭША, АУ-ны магистр, ШУТА

Судалгааны зохицуулагч

Х.Дашзэвэг, Увс аймгийн ЗДТГ-ын мэргэжилтэн

Тайлан бичсэн

Б.Энхтунгалаг, НЭМҮТ-ийн ХСА-ын ЭША

Судалгааны мэдээлэл цуглуулсан

П.Амарзаяа, Увс аймгийн Нэгдсэн эмнлэгийн дотрын эмч, АУ-ын магистр

Ц.Зулаа, Увс аймгийн ЭМГ-ын мэргэжилтэн

Б.Мандахмаа,

Лабораторийн шинжилгээний баг

Н.Наранбат, “Гялс” анагаах ухаан төвийн захирал, АУ-ны доктор

Статистик боловсруулалт хийсэн

Б.Энхтунгалаг, НЭМҮТ-ийн ХСА-ын ЭША

Д.Оюундэлгэр, НЭМҮТ-ийн ХСА-ын ЭША

ГАРЧИГ

ТОВЧИЛСОН ҮГ ХЭЛЛЭГ	I
НЭР ТОМЪЁО, ТАЙЛБАР, ТҮЛХҮҮР ҮГ	II
Нэг. ҮНДЭСЛЭЛ, СУДЛАГДСАН БАЙДАЛ	3
Хоёр. ЗОРИЛГО, ЗОРИЛТ	4
2.1. Зорилго	4
2.2. Зорилт	4
Гурав. ШИНЭЛЭГ ТАЛ, АЧ ХОЛБОГДОЛ.....	5
Дөрөв. МАТЕРИАЛ, АРГА ЗҮЙ	5
4.1 Хамрах хүрээ	5
4.2 Судалгааны загвар.....	5
4.3.1 Зорилт 1 ба 2-ын хүрээнд хийх судалгааны материал, арга зүй	Error!
Bookmark not defined.	
4.3.2. Зорилт 3-ын хүрээнд судалгааны материал, арга зүй.....	Error! Bookmark not defined.
4.3.3. Зорилт 4-ийн хүрээнд хийх судалгааны материал, арга зүй..	Error! Bookmark not defined.
Тав. СТАТИСТИК БОЛОВСРУУЛАЛТ	7
5.1 Дата бааз үүсгэх, мэдээлэл нэгтгэх	7
5.2 Судалгааны мэдээлэл боловсруулалт	7
Зургаа. ҮР ДҮН, ДҮГНЭЛТ, ХЭЛЦЭМЖ.....	7
ХАВСРАЛТ	21

ТОВЧИЛСОН ҮГ ХЭЛЛЭГ

АГ	Артерийн гипертензи
АУ	Анагаах ухаан
БЖИ	Биеийн жингийн индекс
ДАД	Диастолын артерийн даралт
ДЭМБ	Дэлхийн эрүүл мэндийн байгууллага
ЗСӨ	Зүрх судасны өвчин
МХД	Мэдлэг, хандлага, дадал
МУБ	Мөнгөн усны багана
НДББ	Номхон Далайн Баруун Бүс
НҮБ	Нэгдсэн Үндэстний Байгууллага
НЭМҮТ	Нийгмийн Эрүүл Мэндийн Үндэсний Төв
УБ	Улаанбаатар
ХБӨ	Халдварт бус өвчин
САД	Систолын артерийн даралт
ЭМЯ	Эрүүл мэндийн яам
г	грамм
мг	милиграмм
г/дцл	грам децлитер
ммоль/л	милимоль литр

НЭР ТОМЪЁО, ТАЙЛБАР, ТҮЛХҮҮР ҮГ

Хүнс гэж хүний бие махбодийн хэвийн үйл ажиллагааг хангах, эрүүл мэндийг дэмжин хамгаалахад шаардагдах хүнсний түүхий эд, хагас болон бүрэн боловсруулсан бүтээгдэхүүн, ундны усыг;

Шошго гэж хүнсний савлагаан дээр бичсэн, хэвлэсэн, тэмдэглэсэн, товойлгосон, гүн сийлсэн эсвэл савлагаанд тогтоосон аливаа зүүлт, тамга, тэмдэг, зурагт болон бичлэг бүхий зүйлсийг;

Натрийн зохистой хэмжээ: шээсний натрийн хэмжээ 86ммол/л буюу 2000 мг-аас бага байх

Натрийн илүүдэл хэрэглээ: натрийн хоногийн хэрэглээ 2000 мг –аас их байх;

Натри, калийн харьцаа: 24 цагийн шээсэн дэх натрийн ммоль/л-р илэрхийлсэн хэмжээг 24 цагийн шээсэн дэх калийн ммоль/л-р илэрхийлсэн хэмжээнд харьцуулсан үзүүлэлт.

Давсны илүүдэл хэрэглээ: хоногийн давсны хэрэглээ 5г-аас их байх;

Хүнсэн дэх давс: хоол болон хүнсний бүтээгдэхүүнд агуулагдаж буй натри хлорын ионы хэмжээ

Давс багатай хоол, хүнс: бүтээгдэхүүний 100 г-д 120 мг (0.12 г)-аас бага натри агуулж буй хоол, хүнсний бүтээгдэхүүнийг;

Дунд зэргийн давстай хоол, хүнс: бүтээгдэхүүний 100 г-д 120-600 мг (0.12 -0.6 г) натри агуулж буй хоол, хүнсний бүтээгдэхүүнийг;

Давс ихтэй хоол, хүнс: бүтээгдэхүүний 100 г-д 600 мг (0.6 г)-аас их натри агуулж буй хоол, хүнсний бүтээгдэхүүнийг;

Түлхүүр үг: давс, мэдлэг, хандлага, дадал, шээс, натри

Нэг. ҮНДЭСЛЭЛ, СУДЛАГДСАН БАЙДАЛ

Дэлхийн хүн амын нийт нас баралтын шалтгааны 71%–ийг халдварт бус өвчин (ХБӨ) эзэлж жил бүр 41 сая хүн нас барж байна. ХБӨ-ний нас баралтын нийт шалтгааны 80 гаруй хувийг зүрх судасны өвчин (жилд 17.9 сая); хавдар (жилд 9.0 сая хүн); амьсгалын дээд замын өвчлөл (жилд 3.9 сая хүн); чихрийн шижин (жилд 1.6 сая, 3.9%) өвчний нас баралт эзэлж байна.¹

ДЭМБ насанд хүрсэн хоногт 5 г-аас бага давс хэрэглэхийг зөвлөмж болгосон^{2,3} боловч дэлхийн ихэнх хүн ам 2 дахин их (хоногт 9-12 г) давс хэрэглэж байна. Давс хэтрүүлэн хэрэглэх нь артерийн гипертензи (АГ), зүрх судасны өвчин (ЗСӨ), тархины харвалт, ходоодны хавдар, яс сийрэгжих, чихрийн шижин, таргалалт зэрэг халдварт бус өвчин (ХБӨ)-ий шалтгаан болдог. Давс хэтрүүлэн хэрэглэсний улмаас дэлхийд жилд 4.1 сая хүн нас барсан байна (ДЭМБ, 2018). Давсны хэрэглээг багасгаж чадвал жил бүр 2.5 сая хүнийг үхлээс аварч чадна гэж ДЭМБ тооцсон.⁴

ДЭМБ-ын Халдварт бус өвчнийг сэргийлэх, хянах үйл ажиллагааны төлөвлөгөө (2013-2020)⁵ Нэгдсэн Үндэстний Байгууллагын 2030 он хүртэлх “Тогтвортой хөгжлийн зорилт”-нд “2025 он гэхэд хүн амын давсны хэрэглээг 30% бууруулах” зорилтыг дэвшүүлсэн (ДЭМБ, 2015).

Монгол Улсын хүн амын нас баралтын нийт шалтгааны 79.3%-ийг ХБӨ эзэлдэг. ЗСӨ-өөр жилд 5000-5500 хүн (34.5%), хавдраар 4000 гаруй хүн (24.6%) нас барж, АГ нь хүн амын дунд тохиолдож буй зүрх-судасны тогтолцооны өвчлөлийн 50.3%-ийг эзэлж байна.⁶

Монгол хүний давсны хоногийн хэрэглээ 2011 онд 25-64 насны эрэгтэйчүүдэд 11.6 г, эмэгтэйчүүдэд 10.5 г, баруун бүсэд 15.3 г, хангайн бүсэд 9.4 г, Төвийн бүсэд

¹ WHO. Noncommunicable diseases: Key Facts. Geneva, World Health Organization (WHO. 1 June 2018).

² WHO. Political Resolution of High Level Meeting on Prevention and Control of Non-Communicable Diseases, 66th Session of General Assembly of UN, Resolution #66/2 Geneva, Switzerland: World Health Organization (WHO); 2012.

³ WHO. Guideline: Sodium intake for adults and children. World Health Organization; 2014:2

⁴ WHO. Salt Reduction: Key Facts. Geneva, World Health Organization (WHO. 20 April 2020).

⁵ WHO. Global action plan for the prevention and control of NCDs 2013-2020. World Health Organization; 2013:5. <https://www.who.int/nmh/publications/ncd-action-plan/en/>

⁶ ЭМЯ, ЭМХТ. Эрүүл мэндийн үзүүлэлтүүд-2018.УБ;2018:15

9.9 г, зүүн бүсэд 7.7 г, Улаанбаатар хотод 11.7 г тус тус байсан.⁷ Насанд хүрсэн 10 хүн тутмын 8 нь хоногт 5 г-аас их давс хэрэглэж, 2 хүн тутмын 1 нь тогтмол давстай цай, хоол хэрэглэдэг, түүнчлэн үйлдвэрийн аргаар боловсруулсан хүнсний бүтээгдэхүүн болон хоолны 10 дээж тутмын 8 нь (81-83%) давс ихтэй.^{8, 9} Давстай цай хэрэглэдэг хүн хоногт 12.0 г, давсгүй цай хэрэглэдэг хүн 9.9 г давс хэрэглэдэг (Б.Энхтунгалаг ба бусад., 2015).¹⁰

Монгол улсын Засгийн газар 2015 оны 8 дугаар сарын 31-ны өдөр 353 дугаар тогтоолоор “Давсны хэрэглээг бууруулах” үндэсний стратеги (2015-2025)-г баталж, хүн амын давсны хэрэглээг 2025 он гэхэд 2013 оны түвшингээс 30 хувиар бууруулах зорилго дэвшүүлэн хэрэгжүүлж байна.¹¹ “Давсны хэрэглээг бууруулах” үндэсний стратегийн 3.2-д 2020 онд дунд шатны үнэлгээ, хяналт-шинжилгээ хийхээр тусгасан.

Дээрх нөхцөл байдал нь “**Увс аймгийн хүн амын давсны хэрэглээ ба мэдлэг, хандлага, дадал**” судалгааны ажлыг гүйцэтгэх үндэслэл болсон.

Хоёр. ЗОРИЛГО, ЗОРИЛТ

2.1. Зорилго:

Увс аймгийн хүн амын давсны хэрэглээ ба мэдлэг, хандлага, дадлыг судалж, зөвлөмж боловсруулах.

2.2. Зорилт:

- 1 Увс аймгийн хүн амын давсны хэрэглээний талаарх мэдлэг, хандлага, дадлыг судлах
- 2 Давсны хэрэглээг судлан тогтоох

⁷ Batsaikhan Enkhtungalag, Jamyан Batjargal, Ochir Chimedsuren, Bayandorj Tsogzolmaa, Craig S Anderson, Jacqui Webster. Developing a national salt reduction strategy for Mongolia. International Journal of Cardiovascular Diagnostic Therapy (CDT).2015;5(3):229-237.<http://www.thecdt.org/article/view/6401>

⁸ ЭМЯ, НЭМХ, ДЭМБ. “Хүн амын давсны хэрэглээ” судалгааны тайлан. УБ;2013:71

⁹ Энхтунгалаг Б., Цогзолмаа Б., Жакуй Вестер, Чимэдсүрэн О., Батжаргал Ж. Монголчуудын нийтлэг хэрэглэдэг хоолны давсны агууламжийг судалсан дүн. Монголын анагаах ухаан сэтгүүл. 2015;01(171):36-43.

¹⁰ Б.Энхтунгалаг, Ж.Батжаргал, О.Чимэдсүрэн, Б.Цогзолмаа, Жакуй Вестер. Давсны хэрэглээний талаарх Монголчуудын мэдлэг, хандлага, дадлын бүс нутгийн онцлог, тулгамдаж буй асуудал. Монголын анагаах ухаан сэтгүүл. 2014; 01(167):43-51.

¹¹ МУ-ын Засгийн газар. 2015 оны 353 дугаар тогтоол. “Давсны хэрэглээг бууруулах” үндэсний стратеги.

Гурав. ШИНЭЛЭГ ТАЛ, АЧ ХОЛБОГДОЛ

“Давсны хэрэглээг бууруулах” үндэсний стратегийн хэрэгжүүлэхэд Увс аймгийн Засаг даргын тамгийн газар, эрүүл мэнд, мэргэжлийн хяналт, хүнс, хөдөө аж ахуйн байгууллагаас авч хэрэгжүүлсэн арга хэмжээнд шинжлэх ухааны үндэслэлтэй үнэлгээ өгөх анхны судалгаа болж байгаад Энэхүү судалгааны ажлын шинэлэг тал оршино.

Судалгааны ажлын ач холбогдол давсны хэрэглээг бууруулах арга хэмжээ болон интервенцийг сайжруулах шинжлэх ухааны үндэслэл болж байгаад оршино.

Дөрөв. МАТЕРИАЛ, АРГА ЗҮЙ

4.1 ХАМРАХ ХҮРЭЭ

“Давсны хэрэглээг бууруулах” үндэсний стратегийн хэрэгжилтийн дунд шатны хяналт, үнэлгээг 2020 оны 6 -12 дугаар сард НЭМҮТ-ийн Хоол судлалын алба, Увс аймгийн Эрүүл мэндийн газар хамтран хийж гүйцэтгэв. Судалгааны ажлын хүрээнд i) 25-64 насны давсны хэрэглээний талаарх мэдлэг, хандлага, дадал, ii) 25-64 насны хүн амын хоногийн давсны хэрэглээг судлан тогтоов.

4.2 СУДАЛГААНЫ ЗАГВАР

Судалгааг биостатистикийн аналитик судалгааны “Агшин” судалгааны загвараар хийсэн.

4.3 СУДАЛГААНЫ АЖЛЫН МАТЕРИАЛ, АРГА ЗҮЙ

Судалгааны ажлыг 2020 оны 07-09 сард Увс аймгийн Улаангом, Өмнөговь, Өндөрхангай, Сагил, Хяргас суманд зохион байгуулсан. Судалгааны мэдээлэл цуглуулахад 1.санамсаргүй түүвэрлэлтийн арга, 2.асуумжийн арга, 3.антропометрийн хэмжилтийн арга, 4.лабораторийн шинжилгээний аргыг тус тус ашигласан.

4.3.1 Санамсаргүй түүвэрлэлтийн арга:

Статистикийн үндэсний хорооны 2019 оны Увс аймгийн УБ хотын суурин хүн амын тоо, сонгогдсон аймаг, сумын 25-64 насны суурин хүн амын тоонд үндэслэн судалгаанд оролцогчдыг санамсаргүйгээр сонгосон.

4.3.2 Асуумжийн арга:

Давсны хэрэглээний талаарх мэдлэг, хандлага, дадлыг дараах асуумжийн аргаар судлав (Хавсралт 3).

- a. *Хүн ам зүйн мэдээлэл:* судалгаанд оролцогчдын нас, хүйс, суурьшил орон гэрийн нөхцөл, тухайн орон нутагт амьдарсан хугацаа, ажил эрхлэлт, боловсрол.
- b. *Амьдралын хэв маяг, дадал:* судалгаанд оролцогчдын давсны хэрэглээний талаарх мэдлэг, хандлага, дадал.

4.3.3 Бие махбодийн хэмжилтийн арга:

Антропометрийн хэмжилтийн аргаар судалгаанд хамрагсадын биеийн жин, өндөрт хэмжилт хийсэн.

Судалгаанд хамрагсадын систолын даралт, диастолын даралтын 3 удаагийн давтамжтай хэмжсэн.

4.3.4 Лабораторийн шинжилгээний арга:

Судалгаанд хамрагдсан хүн амын 50%-д 24 цаг /хоног/-ийн шээсийг цуглуулж, калийг “Гялс” анагаах ухаан төвийн лабораторид шээсэнд натри тодорхойлсон. Шээсний натрийг ион-сонголтын электродын технологид үндэслэсэн БНХАУ-ын Mindray үйлдвэрийн 1 цагт 800 параметр тодорхойлох хүчин чадалтай BS800M төхөөрөмжөөр тодорхойлсон. Шинжилгээнд Sarcosine Oxidase аргыг ашигласан ба багажийн мэдрэг чанар натри 99.7%, кали 99.7% байв.

Тав. СТАТИСТИК БОЛОВСРУУЛАЛТ

5.1 Дата бааз үүсгэх, мэдээлэл нэгтгэх:

Судалгааны мэдээллийг EXCEL 2010 программ дээр мэдээллийн баазыг үүсгэсэн. Цуглуулсан мэдээллийг 2 удаагийн давтан шивэлтээр шалгаж, алдааг шалган баталгаажуулсны эцэст SPSS программ руу хөврүүлж, мэдээллийн нэгдсэн сан үүсгэсэн. Оролцогч бүрийн мэдээлэл, сум, хороо, багийн код, оролцогчийн хувийн дугаараар ялгагдах зарчимд үндэслэсэн. Оролцогчдийн хоногийн шээсийг сорьц тус бүрийн дугаараар ялган кодлосон. .

5.2 Судалгааны мэдээлэл боловсруулалт:

Статистик боловсруулалт хийхэд SPSS программын RASW Statistics 21 хувилбарыг ашиглав. Судалгааны үзүүлэлтүүдийн дундаж утгыг 95 хувийн магадлалтай байхаар тооцон гаргаж, статистикийн зохих тайлбар хийнэ. Судалгааны үзүүлэлтүүдийг үндэсний түвшинд насны бүлэг, хүйсээр гаргаж, 95 хувийн итгэх муж (95% ИМ), нэг төвийн хамааралт “ t ” тест, “Odds Ratio”, болон “ P ” утгыг ашиглаж, судалгааны найдвартай ба хүчин төгөлдөр байдлыг шалгасан.

Зургаа. ҮР ДҮН:

6.1 Хүн ам зүйн үзүүлэлт

Судалгаанд Увс аймгийн Улаангом, Өмнөговь, Өндөрхангай, Сагил, Хяргас сус тус бүрээс 80, нийт 400 хүн хамрагдсан. Хүйсны хувьд 35.8% (n=143)-ийг эрэгтэйчүүд, 64.3% (n=267)-ийг эмэгтэйчүүд эзэлж байна.

Судалгаанд хамрагсадын дундаж нас 42.3 жил (Ст.хаз 11.4, голч нь 42 жил) байна. Насны бүлгийн хувьд 25-34 насны 135 (33.8%), 35-44 насны 85 (21.3%), 45-54 насны 111 (27.8%), 55-64 насны 69 (17.3%) хүн тус тус хамрагдсан.

Байршилаар авч үзэхэд 20% (n=80) нь аймгийн төвд, 67.3% (n=269) нь сумын төвд, 12.8% (n=12) нь багийн түвшинд амьдардаг байна.

Боловсролын түвшинг авч үзэхэд судалгаанд хамрагсадын 0.8% (95% ИХ 0.0-1.8, n=3) боловсролгүй, 6.8% (95%ИХ 4.3-9.3, n=27) нь бага боловсролтой, 17.8% (95%ИХ 14.0-21.7, n=71) бүрэн бус дунд боловсролтой, 28.0% (95%ИХ 23.0-23.0,

n=112) нь бүрэн дунд боловсролтой, 12.8% (95%ИХ 9.8-16.5, n=51) нь тусгай дунд боловсролтой, 34.0% (95%ИХ 29.3-38.7, n=136) нь дээд боловсролтой байв.

Орон сууцны нөхцөлийг авч үзэхэд 5.8% (95%ИХ 3.8-8.3) нь төвлөрсөн халааттай орон сууц, 4.5% (95%ИХ 2.5-6.5) нь хувийн тохилог орон сууц, 66.5% (95%ИХ 62.0-70.8) нь гэрт, 23.3% (95%ИХ 19.3-27.0) нь хашаа байшинд амьдарч байсан.

Ажил эрхлэлтийн хувьд 30.1% (95%ИХ 36.6-35.6) нь улсын байгууллага, 7.5% (95%ИХ 5.0-10.3) нь төрийн бус байгууллага, 0.8% (95%ИХ 0.0-1.8) нь олон улсын байгууллага, 24.1% (95%ИХ 19.8-28.6) нь хувиараа хөдөлмөр эрхэлдэг, 0.3% (95%ИХ 0.0-0.8) нь улирлын чанартай ажил эрхлэдэг, 08% (95%ИХ 0.0-1.8) нь оюутан, 0.5% (95%ИХ 0.0-1.3) нь гэрийн ажил, 16.3% (95%ИХ 12.8-20.0) нь групп болон тэтгэвэрт, 13.0% (95%ИХ 9.8-16.0) нь ажилгүй иргэн байсан.

6.2 Давсны хэрэглээний талаарх мэдлэг, хандлага, дадал

6.2.1 Мэдлэг

Та давс ихтэй ямар хүнсний бүтээгдэхүүнийг мэдэх вэ? гэсэн асуултад судалгааны хүн амын 86.0% (n=344) нь чанасан мах, хиам, утсан мах, нөөшилсөн мах, талх, бяслаг, кимчи, далайн байцаа, шаржигнуур төмс, давсалсан самар гэж зөв, 2.8% (n=11) нь шинэ жимс, ногоо гэж буруу хариулж, 11.2% (n=45) мэдэхгүй гэж хариулсан. Өөрөөр хэлвэл, судалгааны 10 хүн тутмын нэг нь давс ихтэй хүнсний бүтээгдэхүүний талаар ойлголт мэдлэггүй байна.

6.2.2 Хандлага

Таны хоногт хэрэглэж буй давсны гол эх үүсвэр нь ямар хүнсний бүтээгдэхүүн байдаг вэ? гэсэн асуултад судалгааны хүн амын 39.0% нь давстай цай, 53.0% нь давстай хоол гэж хандаж байна (Зураг 1).



Хоолондоо давс их хийх нь эрүүл мэндэд ноцтой нөлөөлөх эсэх талаарх хандлагыг судлахад 331 буюу 83.0% (95%ИХ 79.4-86.5) нь эрүүл мэндэд ноцтой нөлөөлнө, 39 буюу 9.8% (95%ИХ 7.3-13.0) нь эрүүл мэндэд ноцтой нөлөөлөхгүй гэсэн бол 9 буюу 7.3% (95%ИХ 4.8-9.8) нь энэ талаарх тодорхой ойлголт мэдлэггүй байлаа.

Өдөр тутмын хоолондоо хэрэглэх давсны хэмжээг багасгах чухал эсэх талаарх хандлагыг судлахад судалгаанд хамрагсадын 72.5% (n=290, 95%ИХ 67.8-76.8), эрэгтэйчүүдийн 22.0% (n=88), эмэгтэйчүүдийн 50.5% (n=202), 25-34 насны хүн амын 23.5% (n=95), 35-44 насны хүн амын 16.8% (n=67), 45-54 насны хүн амын 19.3% (n=77), 55-64 насны хүн амын 12.8% (n=51) нь маш чухал гэжээ (Ch-Square 0.001, Хүснэгт 1).

Хүснэгт 1. Өдөр тутмын хоолондоо хэрэглэх давсны хэмжээг багасгах чухал эсэх талаарх хандлага, сум, хүйс, насны бүлгээр нийт хүн амд эзлэх хувь

Хүн амын бүлэг	Хүний тоо	Хандлага			
		Чухал биш	Бага зэрэг чухал	Маш чухал	Мэдэхгүй
Нийт	400	24 (6.0%)	73 (18.3%)	290 (72.5%)	13 (3.3%)
Сумаар, Ch-Square 0.001					
Улаангом	80	1 (0.3%)	8 (2.0%)	70 (17.5%)	1 (0.3%)
Өмнөговь	80	7 (1.8%)	20 (5.0%)	51 (12.8%)	2 (0.5%)
Өндөрхангай	80	9 (2.3%)	23 (5.8%)	42 (10.5%)	6 (1.5%)

Сагил	80	4 (1.0%)	11 (2.8%)	63 (15.6%)	2 (0.5%)
Хяргас	80	3 (0.8%)	11 (2.8%)	64 (16.0%)	2 (0.5%)
Хүйсээр, Ch-Square 0.001					
Эрэгтэй	143	16 (4.0%)	32 (8.0%)	88 (22.0%)	7 (1.8%)
Эмэгтэй	257	8 (2.0%)	41 (10.3%)	202 (50.5%)	6 (1.5%)
Насны бүлгээр, Ch-Square 0.001					
25-34 нас	135	11 (2.8%)	24 (6.0%)	95 (23.5%)	5 (1.3%)
35-44 нас	85	4 (1.0%)	13 (3.3%)	67 (16.8%)	1 (0.3%)
45-54 нас	111	7 (1.8%)	21 (5.3%)	77 (19.3%)	6 (1.5%)
55-64 нас	69	2 (0.5%)	15 (3.8%)	51 (12.8%)	1 (0.3%)

6.2.3 Дадал

Цайгаа давстай уудаг эсэхийг судлахад 222 (55.5%, 95%ИХ 50.3-60.2) тийм/байнга, 119 (29.8%, 95%ИХ 25.8-34.0) нь үгүй, 59 (14.8%, 95%ИХ 11.0-18.8) нь хааяа давстай уудаг байсан. Уг үзүүлэлтийг сум, хүйс, насны бүлгээр дараах хүснэгтэд үзүүлэв.

Хүснэгт 2. Судалгааны нийт хүн амд цайгаа давстай уудаг хүн амын эзлэх хувь (сум, хүйс, насны бүлгээр)

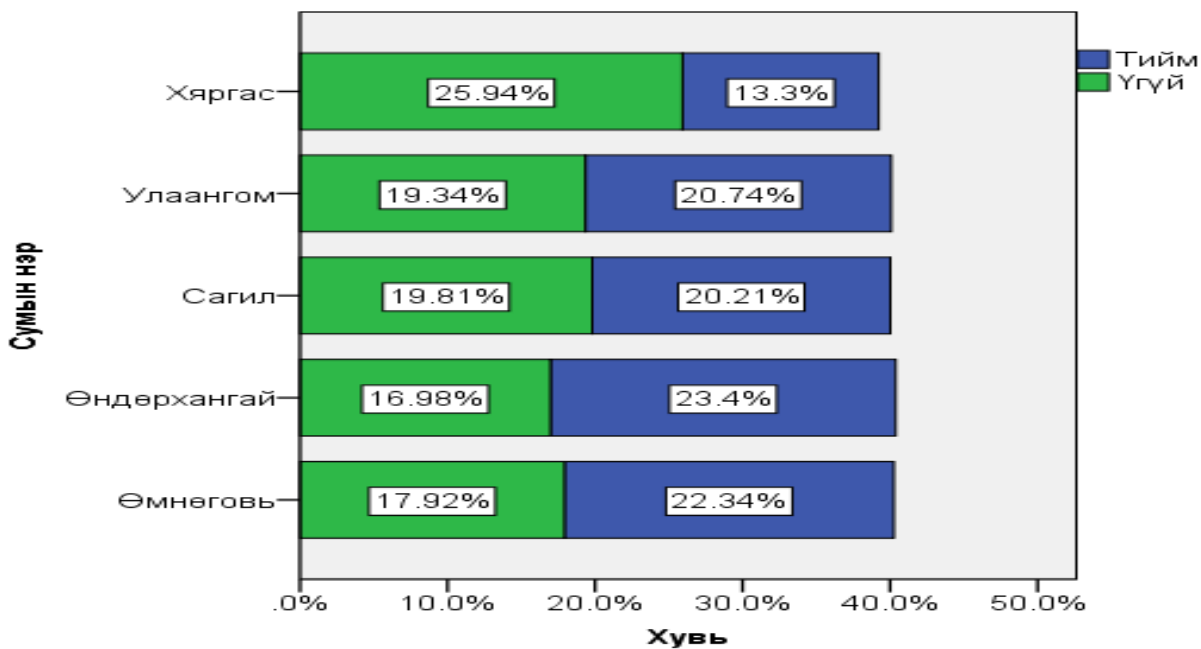
Хүн амын бүлэг	Хүний тоо	Тийм/байнга	Үгүй	Хааяа
Нийт	400	222 (55.5%)	119 (29.8%)	59 (14.8%)
Сумаар				
Улаангом	80	39 (9.8%)	30 (7.5%)	11 (2.8%)
Өмнөговь	80	44 (11.0%)	24 (6.0%)	12 (3.0%)
Өндөрхангай	80	37 (9.3%)	34 (8.5%)	9 (2.3%)
Сагил	80	52 (13.0%)	18 (4.5%)	10 (2.5%)
Хяргас	80	50 (12.5%)	13 (3.3%)	17 (4.3%)
Хүйсээр				
Эрэгтэй	143	82 (20.5%)	43 (10.8%)	18 (4.5%)
Эмэгтэй	257	140 (35.0%)	76 (19.0%)	41 (10.3%)
Насны бүлгээр				
25-34 нас	135	79 (19.8%)	38 (9.5%)	18 (4.5%)
35-44 нас	85	43 (10.8%)	27 (6.8%)	15 (3.8%)
45-54 нас	111	59 (14.8%)	29 (7.3%)	23 (5.8%)
55-64 нас	69	41 (10.3%)	25 (6.3%)	3 (0.8%)

Дээрх хүснэгтээс харахад цайгаа давстай хэрэглэх дадал зуршил бусад сумуудтай харьцуулахад Сагил, Хяргас суманд, мөн эмэгтэйчүүдтэй харьцуулахад

эрэгтэйчүүдийн дунд, насны бүлгийн хувьд 25-34 насны хүн амын дунд өндөр хувьтай байна.

Судалгаанд нийт хамрагсадын 47.0% (95%ИХ 42.0-52.7, n=188) хоолоо давс ихтэй хэрэглэдэг байна. Хүйсээр авч үзэхэд эрэгтэйчүүдийн 41.5% (n=78), эмэгтэйчүүдийн 58.5% (n=110) хоолоо давс ихтэй хэрэглэдэг нь статистик ач холбогдол бүхий ялгаатай байна (p=0.024). Насны бүлгээр авч үзэхэд 25-34 насны хүн амын 34.0% (n=64), 35-44 насны хүн амын 23.9% (n=45), 45-54 насны хүн амын 27.7% (n=52), 55-64 насны хүн амын 14.4% (n=27) нь хоолоо давс ихтэй хэрэглэдэг байна. Хоолоо давс ихтэй хэрэглэдэг хүн амын хувийг сумдаар гаргаж дараах зургаар харуулав.

Зураг 2. Хоолоо давс ихтэй хэрэглэдэг хүн амын хувь, сумаар



Дээрх зургаас харахад хоолоо давс ихтэй хэрэглэдэг хүн амын эзлэх хувь бусад сумтай харьцуулахад Хяргас суманд 7.4-10%-иар бага байна.

6.3 Биеийн жин, өндөр

Судалгааны нийт хүн амын биеийн жингийн дундаж 71.2 кг (Ст.хаз 13.4, голч нь 70 кг), эрэгтэйчүүдэд 69.1кг (Ст.хаз 12.99, голч нь 77кг), эмэгтэйчүүдэд 69.1 кг (Ст.хаз 13.3, голч нь 67кг) тус тус байна.

Судалгааны нийт хүн амын диеийн өндрийн дундаж 162 см (Ст.хаз 7.6, голч нь 162см), эрэгтэйчүүдэд 166.9см (Ст.хаз 6.6, голч нь 167см), эмэгтэйчүүдэд 158.9 см (Ст.хаз 6.6, голч нь 159 см) тус тус байна.

6.4 Артерийн даралт

Судалгаанд хамрагсадын артерийн даралтын 3 удаагийн хэмжилтээр систолын даралтын дундаж 120ммМУБ (Ст.хаз 18.68, голч нь 120 ммМУБ), диастолын даралтын дундаж 80ммМУБ (Ст.хаз 12.9, голч нь 80ммМУБ) байна.

Хүйсээр авч үзэхэд эрэгтэйчүүдийн систолын даралтын дундаж 121ммМУБ (Ст.хаз 17, голч нь 120 ммМУБ), диастолын даралтын дундаж 81ммМУБ (Ст.хаз 11.0, голч нь 80 ммМУБ), эмэгтэйчүүдийн систолын даралтын дундаж 119ммМУБ (Ст.хаз 19, голч нь 116 ммМУБ), диастолын даралтын дундаж 79.6ммМУБ (Ст.хаз 12.7, голч нь 80 ммМУБ) тус тус байна.

6.4 Давсны хоногийн хэрэглээ

Судалгааны хүн амын хоногийн шээс /24/-ийг цуглуулж, натрийн агууламжийг тодорхойлж, INTERSALT томъёог ашиглан давсны хэрэглээг тогтоосон.

Судалгааны хүн ам хоногт дунджаар 9.94г (Ст.хаз 7.54, голч 7.96, $p=0.025$) байгаа нь ДЭМБ-ын зөвлөмжөөс 4.94 г-аар их байна. Давсны хэрэглээний хүйсний ялгааг авч үзэхэд эрэгтэйчүүд хоногт 9.89 г (Ст.хаз 7.10, голч 8.36), эмэгтэйчүүд хоногт 9.97 г (Ст.хаз 7.8, голч 7.8) давс хэрэглэж байгаа ба статистик ач холбогдол бүхий ялгаа ажиглагдсангүй.

Давсны хоногийн хэрэглээний дундаж үзүүлэлтийг сумдаар авч үзэхэд Хяргас суманд хамгийн өндөр (14.51г, Ст.хазайлт 10.48, голч утга 7.96г), тухайлбал, Улаангом сумынхаас 5.24 г, Өмнөговь сумынхаас 7.29, Өндөрхангай сумынхаас 4.79г, Сагил сумынхаас 5.24 г-аар тус тус их байна (Хүснэгт 3).

Хүснэгт 3. Давсны хоногийн дундаж хэрэглээ, сумаар

Сумдын нэр	Хэрэглээ г/хоног	Ст.алдаа	Ст.хаз	Голч
Улаангом	9.27	1.36	6.80	7.58
Өмнөговь	7.22	1.08	5.31	5.76
Өндөрхангай	9.72	1.08	5.31	9.89
Сагил	9.27	1.53	7.66	7.43
Хяргас	14.51	2.29	10.48	9.05
Дундаж	9.94	0.70	7.54	7.96

Дээрх хүснэгтээс харахад давсны хоногийн хэрэглээ бүх суманд ДЭМБ-ын зөвлөмж хэмжээ (хоногт 5 г ба түүнээс бага)-нээс өндөр, тухайлбал: Улаангом сумаас судалгаанд хамрагсад 4.27г, Өмнөговь сумаас судалгаанд хамрагсад 2.22г, Өндөрхангай сумаас судалгаанд хамрагсад 4.72г, Сагил сумаас судалгаанд хамрагсад 4.27 г-аар тус тус их давс хэрэглэж байна.

Давсны хэрэглээг насны бүлгээр авч үзэхэд 25-34 насны хүн ам хоногт дунджаар 11.78 г давс хэрэглэж байгаа нь 35-44 насны бүлгийн хүн амынхаас 6.36г, 45-54 насны бүлгийн хүн амынхаас 7.27 г, 55-64 бүлгийн хүн амынхаас 7.02 г-аар тус тус их байна. Давсны хэрэглээнд насны бүлгийн статистик ач холбогдол бүхий ялгаа ажиглагдсангүй ($p=0.249$, Хүснэгт 3).

Хүснэгт 3. Давсны хоногийн хэрэглээ, насны бүлгээр

Насны бүлэг	Хэрэглээ г/хоног	Ст.ал даа	Ст.хаз	Голч
25-34 нас	11.78	1.32	7.82	9.98
35-44 нас	5.42	1.35	7.02	8.60
45-54 нас	4.51	1.30	7.51	5.05
55-64 нас	4.76	1.64	7.53	5.95
Дундаж	9.94	1.13	7.54	7.60

Судалгааны хүн амын давсны хоногийн хэрэглээг насны бүлгээр ДЭМБ-ын зөвлөмж хэмжээ (хоногт 5 г ба түүнээс бага)-тэй харьцуулахад 25-34 насанд 6.78г-аар их, 35-44 насанд 1.42г-аар их хэрэглэж байна. Харин 45-54, 55-64 насны хүн амын давсны хоногийн хэрэглээ ДЭМБ-ын зөвлөмж хэмжээнд байгаа дээрх хүснэгтэд үзүүлсэн судалгааны дүн харуулж байна.

6.5 Давсны хэрэглээний талаарх мэдлэг, хандлага, дадал ба хоногийн давсны хэрэглээ

Хоолондоо давс их хийх нь эрүүл мэндэд ноцтой нөлөөлөх үү? гэсэн асуултад “тийм” гэж харилусан оролцогсад хоногт 9.4г давс хэрэглэж байхад “сөрөгөөр нөлөөлөхгүй” гэж хариулсан оролцогсад 5г, “мэдэхгүй” гэж хариулсан оролцогсад 1.6г-аар их давс хэрэглэж байна (Зураг 3).



Давсны хоногийн хэрэглээг цайгаа давстай хэрэглэдэг дадалтай холбон судлахад Цайгаа давстай хэрэглэдэг оролцогсодын давсны хоногийн хэрэглээ 11.98г (Ст.хаз 8.74, голч 9.76) байхад цайгаа давсгүй хэрэглэдэг оролцогсодын давсны хоногийн хэрэглээ 7.38 г (Ст.хаз 4.68, голч 5.78) байгаа нь цайгаа давсгүй хэрэглэвэл хоногийн давсны хэрэглээг 4.6 г-аар багасгах боломжтойг харуулж байна.

Долоо. ХЭЛЦЭМЖ, ДҮГНЭЛТ

- 1 Увс аймгийн 25-64 насны 10 хүн тутмын нэг нь давс ихтэй хүнсний бүтээгдэхүүний талаар ойлголт мэдлэггүй, 9.8% нь давс хэтрүүлэн хэрэглэх эрүүл мэндэд ноцтой нөлөөлөхгүй гэсэн буруу хандлагатай байна.
- 2 Судалгаанд хамрагдсан хоёр хүн тутмын нэг нь цайгаа давстай, 47.0% хоолоо давс ихтэй хэрэглэдэг буруу дадалтай хэвээр байна.

- 3 Увс аймгийн хүн амын давсны хэрэглээ 2013 оны түвшин (15.4г)–ээс 5.46 г буюу 35.4%-иар буурсан хэдий ч ДЭМБ-ын зөвлөмж (хоногт 5г ба түүнээс бага)-өөс бараг 2 дахин өндөр буюу 4.94 г-аар их байна.
- 4 Увс аймгийн иргэд цайгаа давсгүй хэрэглэвэл давсны хоногийн хэрэглээг 4.6г-аар багасгах бүрэн боломжтойг судалгааны дүн нотолж байна.



21-Apr-2020

Dear Ms Kathy Trieu,

Project Title	Mid-term evaluation of Mongolia's national salt reduction strategy
HC No	HC200142
Re	HC200142 Notification of Ethics Approval
Approval Period	21-Apr-2020 - 20-Apr-2025

Thank you for submitting the above research project to the **HREAP D: Biomedical** for ethical review. This project was considered by the **HREAP D: Biomedical** at its meeting on **20-Apr-2020**.

I am pleased to advise you that the **HREAP D: Biomedical** has granted ethical approval of this research project. The following condition(s) must be met before data collection commences:

Conditions of Approval:

N/A

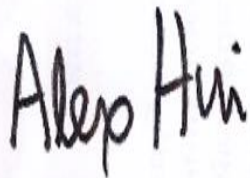
Conditions of Approval - All Projects:

- The Chief Investigator will immediately report anything that might warrant review of ethical approval of the project.
- The Chief Investigator will seek approval from the **HREAP D: Biomedical** for any modifications to the protocol or other project documents.
- The Chief Investigator will notify the **HREAP D: Biomedical** immediately of any protocol deviation or adverse events or safety events related to the project.
- The Chief Investigator will report to the **HREAP D: Biomedical** annually in the specified format and notify the **HREAP D: Biomedical** when the project is completed at all sites.
- The Chief Investigator will notify the **HREAP D: Biomedical** if the project is discontinued before the expected completion date, with reasons provided.
- The Chief Investigator will notify the **HREAP D: Biomedical** of his or her inability to continue as Coordinating Chief Investigator including the name of and contact information for a replacement.

The **HREAP D: Biomedical** Terms of Reference, Standard Operating Procedures, membership and standard forms are available from <https://research.unsw.edu.au/research-ethics-and-compliance-support-recs>.

If you would like any assistance, or further information, please contact the ethics office on:
P: +61 2 9385 6222, + 61 2 9385 7257 or + 61 2 9385 7007
E: humanethics@unsw.edu.au

Kind Regards,



Dr Alex Hui

Convenor HREA Panel D: Biomedical

This HREC is constituted and operates in accordance with the National Health and Medical Research Council's (NHMRC) *National Statement on Ethical Conduct in Human Research (2007)*. The processes used by this HREC to review multi-centre research proposals have been certified by the National Health and Medical Research Council.

СУДАЛГААНЫ ТАНИУЛСАН БОЛОН ЗӨВШӨӨРЛИЙН ХУУДАС

Намайггэдэг. Би Увс аймгийн Эрүүл мэндийн газрын мэргэжилтэн/ эмч байна.

Давс хэтрүүлэн хэрэглэх нь цусны даралт ихсэлт, зүрх судасны өвчин, тархины харвалт, ходоодны хавдар, яс сийрэгжих, чихрийн шижин, таргалалт зэрэг халдварт бус өвчий шалтгаан болдог. Давс хэтрүүлэн хэрэглэсний улмаас дэлхийд жилд 4.1 сая хүн нас барж байна.

Монгол Улсын хүн амын нас баралтын нийт шалтгааны 79.3%-ийг халдварт бус өвчин эзэлдэг. Зүрх судасны өвчнөөр жилд 5000-5500 хүн, хавдраар 4000 гаруй хүн нас барж байна. Насанд хүрсэн 10 хүн тутмын 8 нь 5 граммаас их давс хэрэглэдэг.

Хүн амын давсны хэрэглээг 2025 хүртэл 30% бууруулах зорилгоор Монгол Улсын Засгийн газар 2015 онд “Давсны хэрэглээг бууруулах” үндэсний стратегийг батлан хэрэгжүүлж байгаа билээ. Тус стратегийн хэрэгжилтэнд дунд шатны хяналт, үнэлгээ” ний ажлын хүрээнд Увс аймгийн Эрүүл мэндийн газар, хамтран 2020 оны 7-8 сард **“Увс аймгийн хүн амын давсны хэрэглээ ба мэдлэг, хандлага, дадал”** судалгааг зохион байгуулж байна.

Судалгааны үр дүнгийн мэдээлэл нь Монгол улсын хүн амын давсны хэрэглээг бууруулах талаар цаашид аюч хэрэгжүүлэх арга хэмжээг оновчтой, үр дүнтэй болгох талаар шинжлэх ухааны үндэслэлтэй үнэлгээ дүгнэлт гаргах чухал ач холбогдолтой.

Судалгаанд хамрагдах баг/хороо, мөн та болон бусад оролцогчдыг бид олон улсад батлагдсан арга аргачлалаар санамсаргүйгээр сонгон авсан.

Тиймээс БИД **“Увс аймгийн хүн амын давсны хэрэглээ ба мэдлэг, хандлага, дадал”** судалгаанд сайн дураараа оролцохыг **таниас** хүсч байна. Судалгааг Их Британийн Анагаах ухааны судалгааны зөвлөлийн хурлаар тус тус хэлэлцүүлж, зөвшөөрөл авсаны үндсэн дээр хийж байгаа болно.

Ёс зүйн хяналтын хорооны тогтоолын дугаар:

Судалгааг явуулах зөвшөөрлийн дугаар:

Энэхүү судалгаа нь хүн амын давсны хэрэглээг хамгийн үнэн бодитой тогтоодог 24 цагийн шээс цуглуулах аргаар хийгдэнэ. Эхлээд та асуумжид хариулна. Бид тантай давс ихтэй хүнсний бүтээгдэхүүн, давсны эрүүл мэндийн нөлөөллийн талаар ярилцана.

Асуумжид хариулах хугацаа 10-15 минут үргэлжилнэ. Асуумж ярилцлага дууссаны дараа танд 24 цаг буюу 1 хоногийн туршид шээсэн бүх шээсээ бүрэн цуглуулах сав өгнө.

Судалгаанд хамрагдах эсэх нь таны эрх юм. Судалгаанд оролцохгүй байснаар таны эрх ашигт үл нийцэх байдал гаргахгүй. Хувь хүн хүсвэл хувийн мэдээлэл болон шинжилгээний үр дүн зэргийг бүгдийг устгана. Судалгааны үр дүн олон нийтэд мэдээлэгдсэний дараа хувь хүн өөрийн мэдээллээ устгах хүсэлт гаргах боломжгүй гэдгийг ойлгохыг хүсье.

Судалгааны ажлын зардлыг Дэлхийн Эрүүл Мэндийн Байгууллага хариуцан гаргаж байгаа тул судалгаанд оролцсоноор таниас ямар нэг зардал гаргахгүй. Судалгаагаар ямар нэг хувь хүн байгууллага ашиг орлого олохгүй.

Судалгааны мэдээллийг гадагш огт задруулахгүйгээр чандлан нууцлана. Судалгааны мэдээлэлд хувь хүний нэрийг ашиглахгүй судалгааны код бүхий тоот наалтыг ашиглана. Хувь хүний мэдээлэл бичигдсэн хуудсыг тусгай цоож бүхий шүүгээнд хадгална. Судалгааны үр дүнг эрдэм шинжилгээний сэтгүүлд хэвлэн нийтүүлэх үед хувь хүний мэдээллийг нууцлах бөгөөд таны овог нэр, нас, хүйс, ажлын газар гэх мэт хувийн мэдээлэл хөндөгдөхгүй. Судалгаанд хамрагдсанаар шууд нөлөөлөх ашигтай мэдээлэл өгч чадахгүй байх талтай. Гэвч та энэ судалгаанд хамрагдсанаар Монгол улсын хүн амын давсны хэрэглээг бууруулах, халдварт бус өвчний өвчлөл, нас баралтаас урьдчилан сэргийлэхэд их хувь нэмэр оруулна.

Таниас олж авсан мэдээллийг зөвхөн судалгааны зорилгоор ашиглана. Судалгаанд оролцож, хүн амын эрүүл мэндийг сайжруулаха үйл хэрэгт их хувь нэмэр оруулсан танд баярлалаа.

Судалгаанд сайн дураараа оролцохыг зөвшөөрсөн эсэх: **1. тийм, 2. үгүй**

Овог:нэр:

Гэрийн хаяг:, Утас:

Гарын үсэг: Огноо:

Судалгааны талаар нэмэлт мэдээлэл авахыг хүсвэл та доорх утас болон цахим хаягаар холбогдоно уу.

1. Увс аймгийн ЗДТГ-ын НХХ-ийн дарга Х.Дашзэвэг (Утас:99453355)
2. Увс аймгийн Эрүүл мэндийн газрын мэргэжилтэн
3. Нийгмийн Эрүүл Мэндийн Үндэсний Төвийн Хоол Судлалын Албаны дарга Ж.Батжаргал (Утас:99137920)
4. Нийгмийн Эрүүл Мэндийн Үндэсний Төвийн Хоол Судлалын Албаны эрдэм шинжилгээний ажилтан Б.Энхтунгалаг (Утас:99256225)

Судалгаанд оролцогчийн код

**“УВС АЙМГИЙН ХҮН АМЫН ДАВСНЫ ХЭРЭГЛЭЭ БА МЭДЛЭГ,
ХАНДЛАГА, ДАДАЛ” СУДАЛГААНЫ АСУУМЖ**

Аймаг, хотын нэр	Увс
Сум, дүүргийн нэр, код <input type="text"/>
Баг/өрхийн хэсгийн нэр <input type="text"/>
Өрхийн дугаар <input type="text"/>
Байршил	1.Аймгийн төв, 2. Сумын төв, 3.Баг
Судалгаа авсан он, сар, өдөр	2020 он <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> сар өдөр
Ярилцлагын дүн (Хариултыг дугуйлна)	Бүрэн 1 Татгалзсан 2 Гэртээ байгаагүй 3 Өрх олдоогүй 4 Бусад 88
Судлаачийн нэр, код	
Судалгааны асуумжийг шалгасан хүн	Овог нэр: Утас:

ЕРӨНХИЙ МЭДЭЭЛЭЛ			
Асуулт	Хариулт		Код
. Хүйс	Эрэгтэй	1	11
	Эмэгтэй	2	
. Та хэдэн настай вэ?	<input type="text"/>		12
. Таны төрсөн он, сар, өдөр	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> он сар өдөр		13
. Та ямар боловсролтой вэ? (Зөвхөн 1 хариулт дугуйлна)	Боловсролгүй	1	14
	Бичиг үсэг тайлагдсан	2	
	Бага	3	
	Бүрэн бус дунд	4	
	Бүрэн дунд	5	
	Тусгай дунд	6	
	Дээд	7	
	Хариулт өгөөгүй/татгалзсан	99	
. Танайх ямар сууцанд амьдардаг вэ?	Орон сууц	1	15
	Хувийн тохилог сууц	2	
	Гэр	3	
	Хашаа байшин	4	
	Дотуур байр	5	
	Бусад	88	
. Та хаана ажилдаг вэ?	Улсын байгууллага	1	

	(Зөвхөн 1 хариулт дуугуйлна)	Төрийн бус байгууллага 2 Олон улсын байгууллага 3 Хувиараа хөдөлмөр эрхэлдэг 4 Улирлын чанартай ажил 5 Оюутан 6 Гэрийн ажилтай 7 Групт/Тэтгэвэрт 8 Ажилгүй 9 _____ Бусад 88 Хариулт өгөөгүй/татгалзсан 99	
I. ДАВСНЫ ХЭРЭГЛЭЭНИЙ ТАЛААРХ МЭДЛЭГ, ХАНДЛАГА, ДАДАЛ			
	Та давс ихтэй ямар хүнсний бүтээгдэхүүнийг мэдэх вэ? (Хариултыг уншиж өгөхгүй, олон хариулт байж болно)	Чанасан мах 1 Хиам, утсан мах 2 Консерв 3 Талх 4 Дарсан/нөөшлөсөн ногоо 5 Бяслаг 6 Шинэ жимс, ногоо 7 Чипс, давсалсан самар 8 Кимчи, далайн байцаа 9 _____ Бусад 88 Мэдэхгүй 77 Хариулт өгөөгүй/татгалзсан 99	D1
	Таны хоногт хэрэглэж буй давсны гол эх үүсвэр нь ямар хүнсний бүтээгдэхүүн байдаг вэ? (Хариултыг уншиж өгч, зөвхөн 1 хариултыг сонгуулна)	Давстай цай 1 Давстай хоол 2 Чанасан мах 3 Хиам, утсан мах 4 Консерв 5 Талх 6 Дарсан / нөөшлөсөн ногоо 7 Бяслаг 8 Шинэ жимс, ногоо 9 Чипс, давсалсан самар 10 Кимчи, далайн байцаа 11 _____ Бусад 88 Мэдэхгүй 77 Хариулт өгөөгүй/татгалзсан 99	D2
	Таны бодлоор хоолондоо давс их хийх нь эрүүл мэндэд ноцтой нөлөөлөх үү?	Тийм 1 Үгүй 2 Мэдэхгүй 77 Хариулт өгөөгүй/татгалзсан 99	D3 ⇒ 20-руу шилж
	Хэрэв тийм бол ямар асуудалд хүргэж болох вэ? (Хариултыг уншиж өгөхгүй, олон хариулт байж болно)	Цусны даралт ихсэх 1 Яс сийрэгжих 2 Ходоодны хорт хавдар 3 Бөөрний чулуужилт 4 Гуурсан хоолойн багтраа 5 Дээрх бүгд 6 Эдгээрээс аль нь ч биш 7 _____ Бусад 88 Мэдэхгүй 77 Хариулт өгөөгүй/татгалзсан 99	D4

.	Өдөр тутмын хоолондоо хэрэглэх давсны хэмжээгээ багасгах нь танд хэр чухал вэ?	Чухал биш 1 Бага зэрэг чухал 2 Маш чухал 3 Тодорхой хэлж мэдэхгүй 4	D5
.	Та өөрийнхээ давсны хэрэглээг бууруулах, хянах талаар ямар нэг зүйл хийдэг үү?	Тийм 1 Үгүй 2 Мэдэхгүй 77 Хариулт өгөөгүй/татгалзсан 99	D6 ⇒ 23 руу шилж
.	Хэрэв тийм бол Та юу хийдэг вэ? (Уншиж өгөхгүй, олон хариулт байж болно)	Боловсруулсан хүнс бага хэрэглэх 1 Шошгоны давсны агууламжийг шалгах 2 Ширээн дээр давс ил тавихгүй байх 3 Давс багатайг нь сонгох 4 Натри багатайг нь сонгох 5 Нөөшилсөн, давсалсан хүнс бага хэрэглэх 6 Хоолны давсыг багасгах 7 Цайны давсыг багасгах 8 Давсны оронд өөр амтлагч хэрэглэх 9 Гадуур хооллохоос зайлсхийх 10 _____ Бусад 88 Мэдэхгүй 77 Хариулт өгөөгүй/татгалзсан 99	D7
.	Та цайгаа давстай уудаг уу ?	Тийм 1 Үгүй 2 Хааяа 3	D8
.	Та хоолоо давс ихтэй хэрэглэдэг үү?	Тийм 1 Үгүй 2	D9
.	Та бэлэн болсон хоолонд давс нэмж хэрэглэдэг үү ?	Үгүй 1 Ховор тохиолдолд 2 Хааяа 3 Ихэнх тохиолдолд 4 Үргэлж 5	D10
Өвчлөл болон эмийн хэрэглээ			
.	Та дараах өвчнүүдээр өвдөж, оношлогдож байсан уу? (Уншиж өг, олон хариулт байж болно)	Цусны даралт ихсэлт 1 Чихрийн шижин 2 Зүрх судасны өвчин 3 Бөөр 4 Ходоодны хорт хавдар 5 Ясны сийрэгжилт 6 Астма/багтраа 7 _____ (тодруулах) Бусад 88 Үгүй 99 Мэдэхгүй 77	D11
.	Та сүүлийн нэг сарын турш өдөр бүр ямар нэг эм, эмийн бэлдмэл хэрэглэж байгаа юу? (Зөвхөн өдөр тутам хэрэглэж байгаа эм орно)	Тийм 1 Үгүй 2 Тийм бол /эмийн нэр/.....	D12

II. БИЕ МАХБОДИЙН ХЭМЖИЛТ

Биеийн өндөр, жин			
.	Биеийн өндөр (см)	Сантиметрээр <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> , <input type="text"/>	M1
.	Биеийн жин (кг)	Килограммаар <input type="text"/> <input type="text"/> , <input type="text"/>	M2

.	Хүйс	Эрэгтэй 1 Эрэгтэй 2	⇒ 33 руу шилж	
.	Та жирэмсэн үү?	Тийм 1 Үгүй 2	M3	
.	Таны сарын тэмдэг одоо ирсэн байгаа юу?	Тийм 1 Үгүй 2	M4	
Артерийн даралт				
.	1-р хэмжилт	Систол (мм /муб)	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	M5a
.		Диастол (мм /муб)	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	M5b
.	2-р хэмжилт	Систол (мм /муб)	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	M6a
.		Диастол (мм /муб)	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	M6b
.	3-р хэмжилт	Систол (мм /муб)	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	M7a
.		Диастол (мм /муб)	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	M7b
.	Та сүүлийн 14 хоногт даралт бууруулах эм, тариа хэрэглэсэн үү?	Тийм 1 Үгүй 2	M8	
.	Та сүүлийн 14 хоногт шээс хөөх эм, тариа хэрэглэсэн үү?	Тийм 1 Үгүй 2	M9	
III. ШЭЭСНИЙ ШИНЖИЛГЭЭ				
.	24 цагийн шээс цуглуулж эхэлсэн хугацаа	_____ он ____ сар ____ өдөр _____ цаг ____ минут	U1	
.	24 цагийн шээс цуглуулж дууссан хугацаа	_____ он ____ сар ____ өдөр _____ цаг ____ минут	U2	
.	Цуглуулсан шээсний нийт хэмжээ	_____ литр ____ мл	U3	
.	24 цагийн шээснээс сорьц авсан эсэх	Тийм 1 Үгүй 2 Татгалзсан 99 Бусад (тодруул) 88	U4	
.	24 цагийн шээснээс сорьц авсан хугацаа	_____ он ____ сар ____ өдөр _____ цаг ____ минут	U5	
.	24 цагийн шээсний сорьцын дугаар	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>	U6	

Судалгаанд оролцсон танд баярлалаа.