

HASŁO WORLD SLEEP DAY 2025 UCZYŃ ZDROWY SEN PRIORYTETEM

Spotkanie prasowe
Światowy Dzień Snu

14 marca 2025 r.

Wybrane wyniki z badania

Ogólnopolski
Panel Badawczy Ariadna
marzec 2025

50.61

54.26

60.39

60.52

66.01

73.92

Metodologia badania



Badanie przeprowadzono na Ogólnopolskim Panelu Badawczym Ariadna na ogólnopolskiej próbie osób w wieku od 35 do 60 lat



W badaniu wzięło udział N=1059 respondentów



Kwoty dobrane wg reprezentacji w populacji Polaków dla płci, wieku i wielkości miejscowości zamieszkania

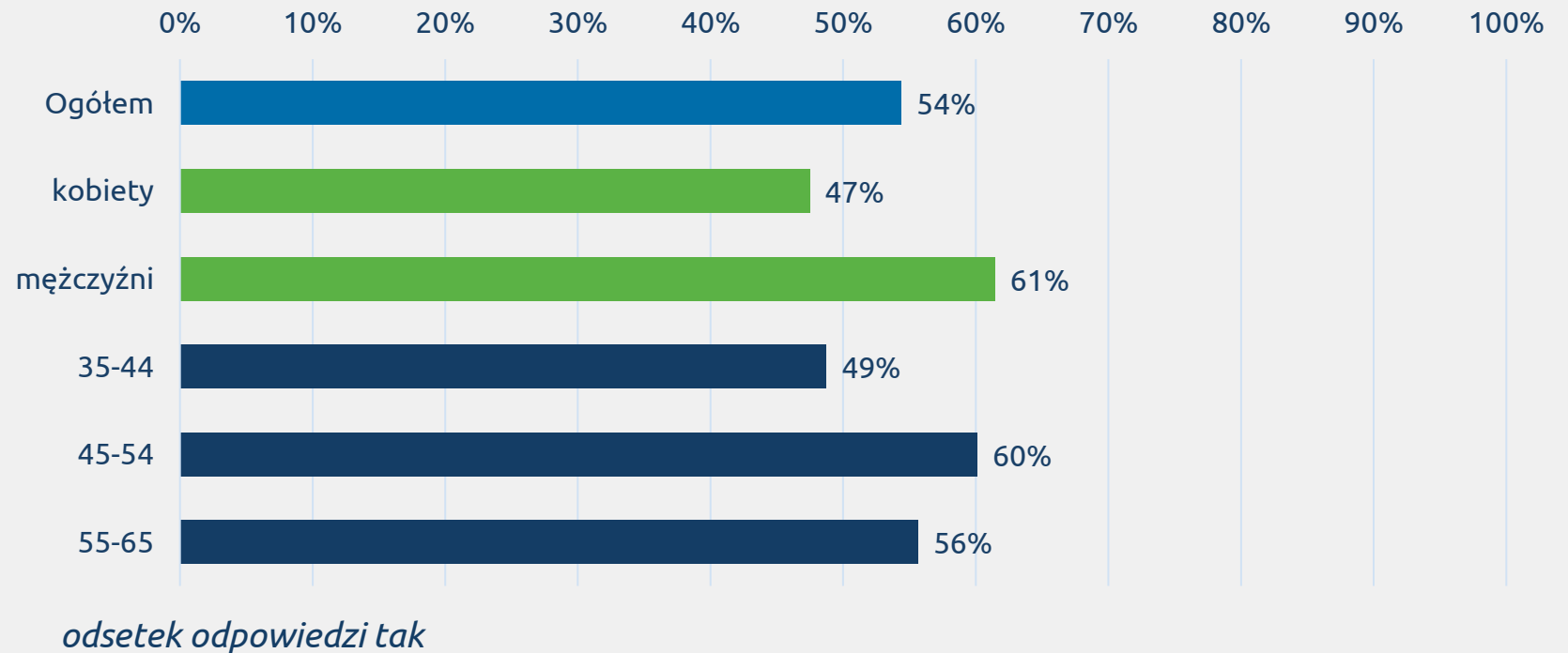


Termin realizacji:
21–23 lutego 2025

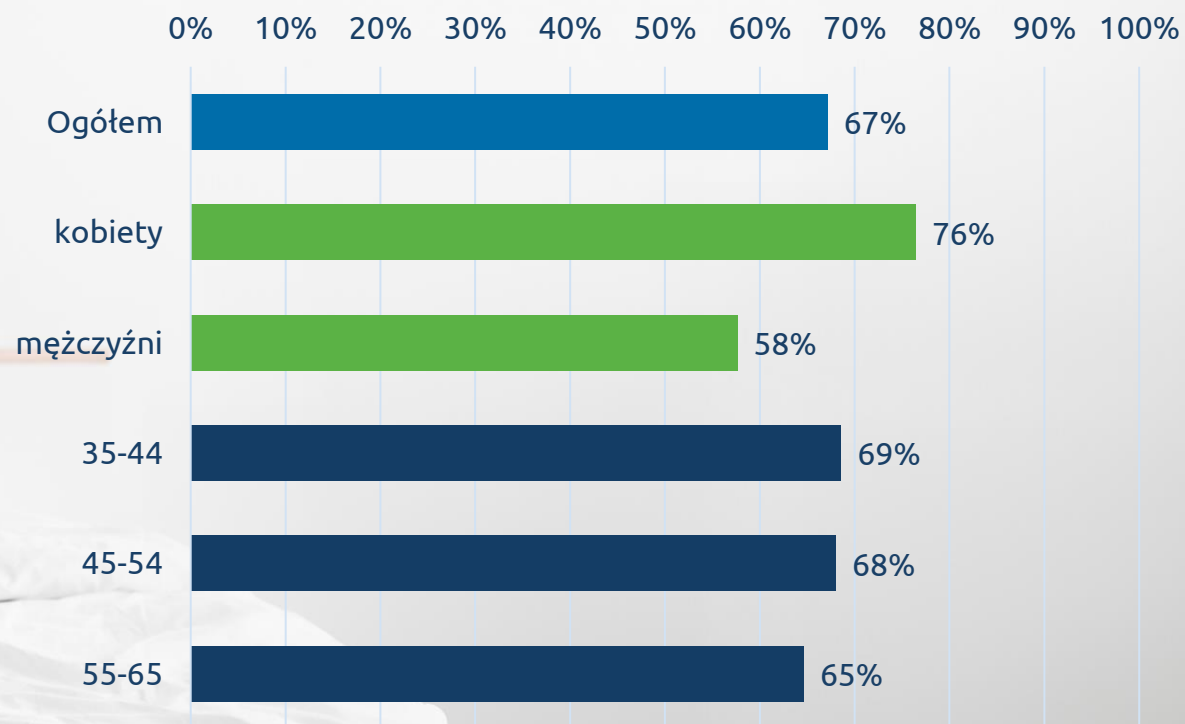


Metoda: CAWI

Czy ktoś z Twojego otoczenia zwrócił Ci uwagę, że chrapiesz?

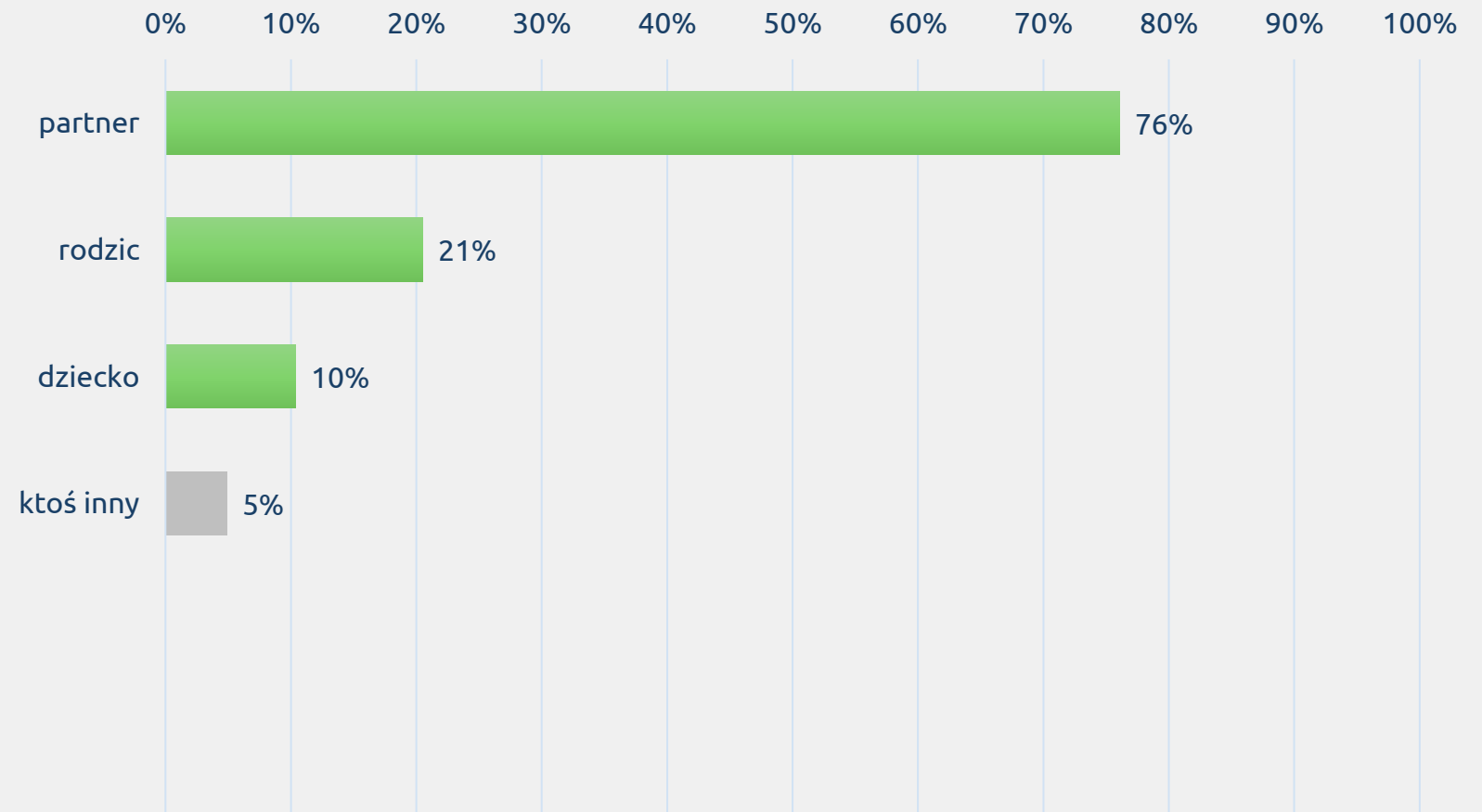


Czy ktoś z Twojego otoczenia chrapie?

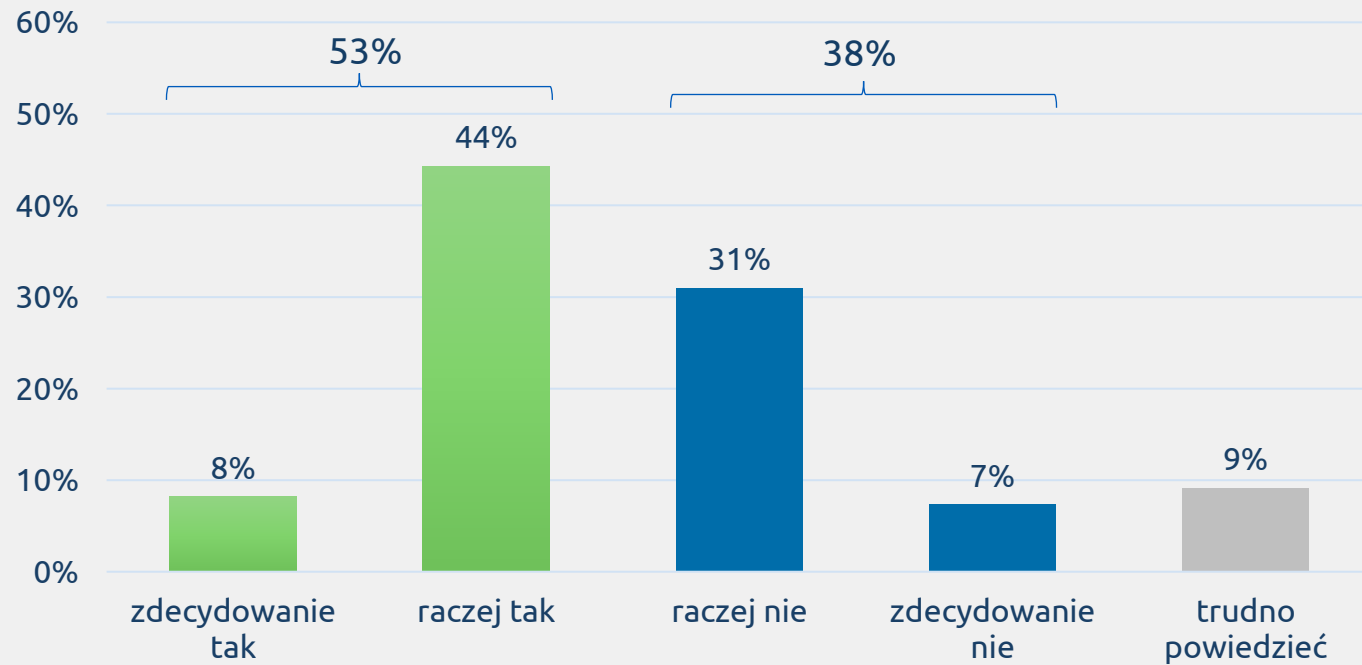


odsetek odpowiedzi tak

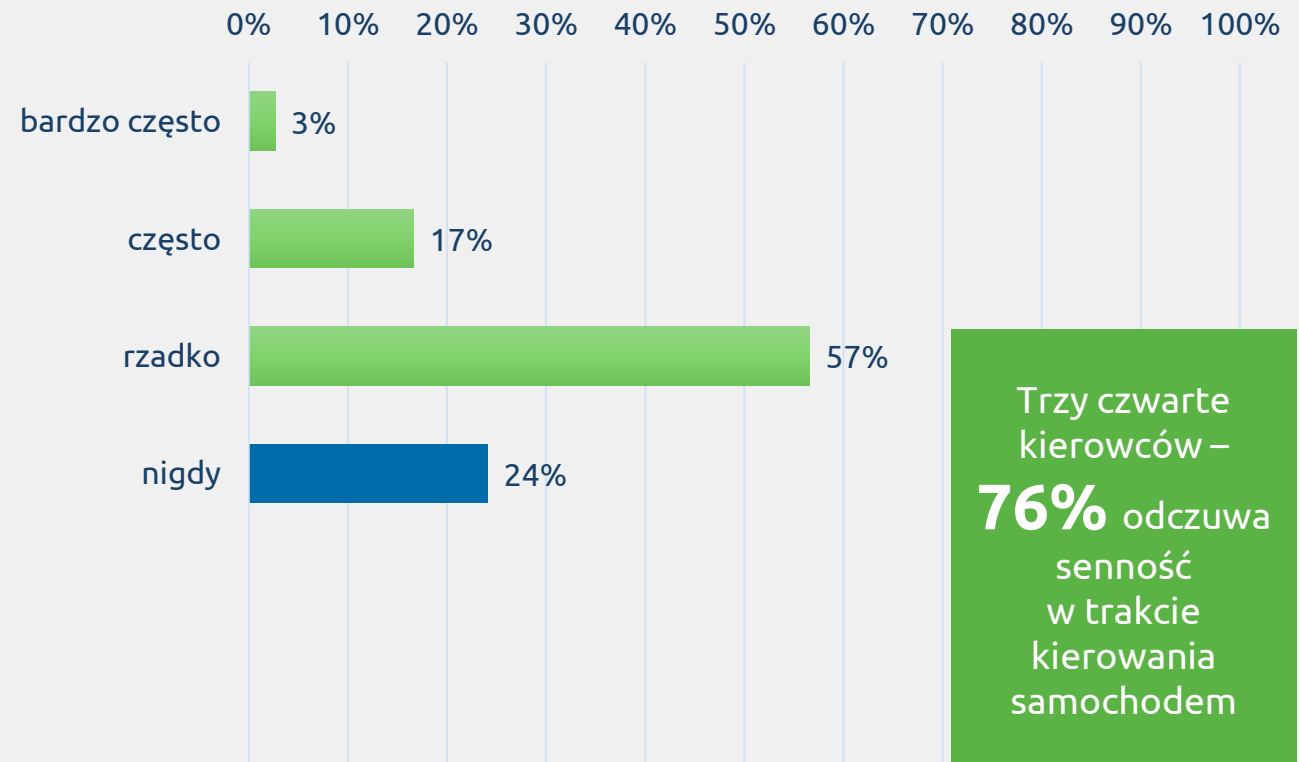
Kto z Twojego najbliższego otoczenia chrapie?



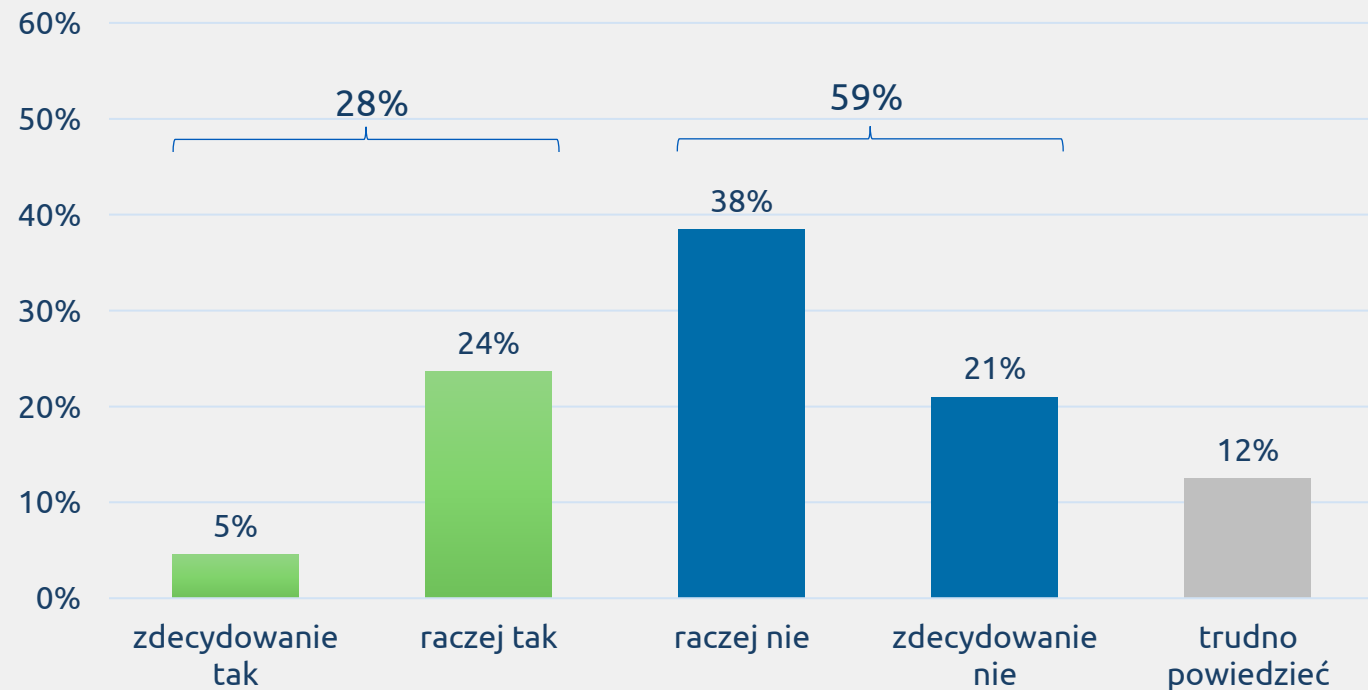
Czy po przebudzeniu czujesz się wypoczęty?



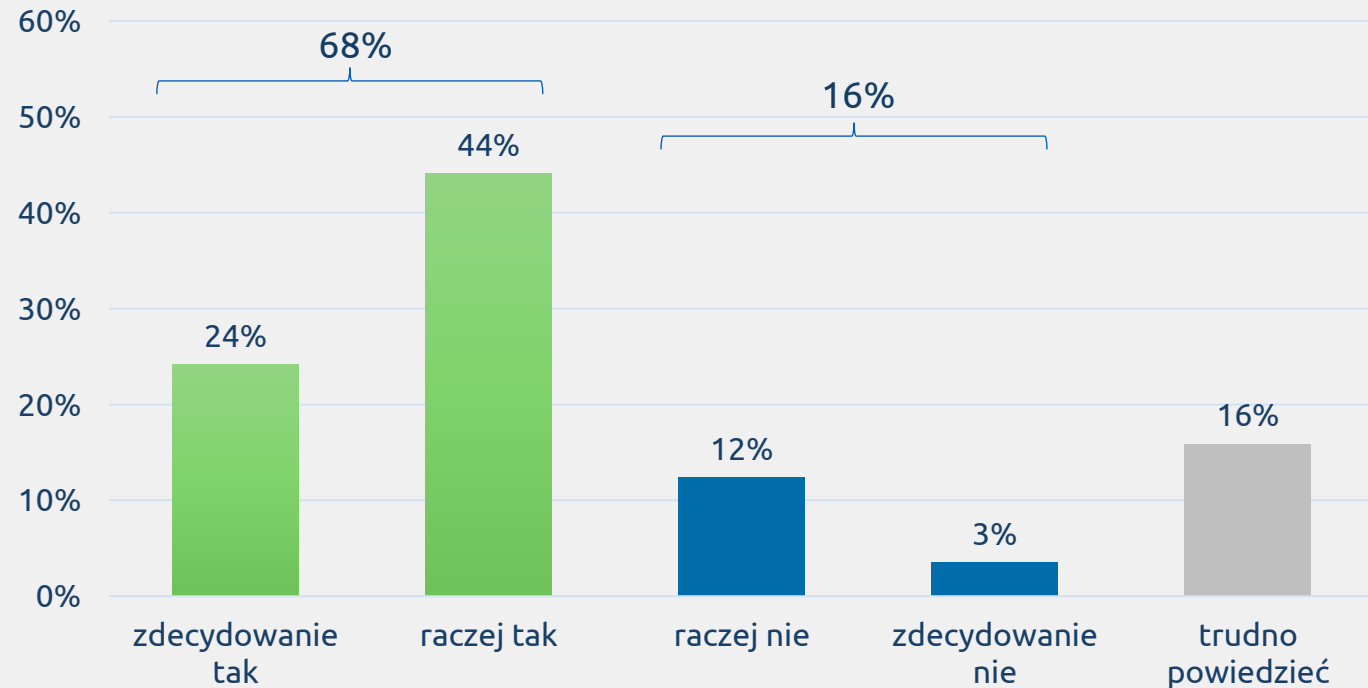
Czy zdarza Ci się, że podczas prowadzenia samochodu odczuwasz senność?



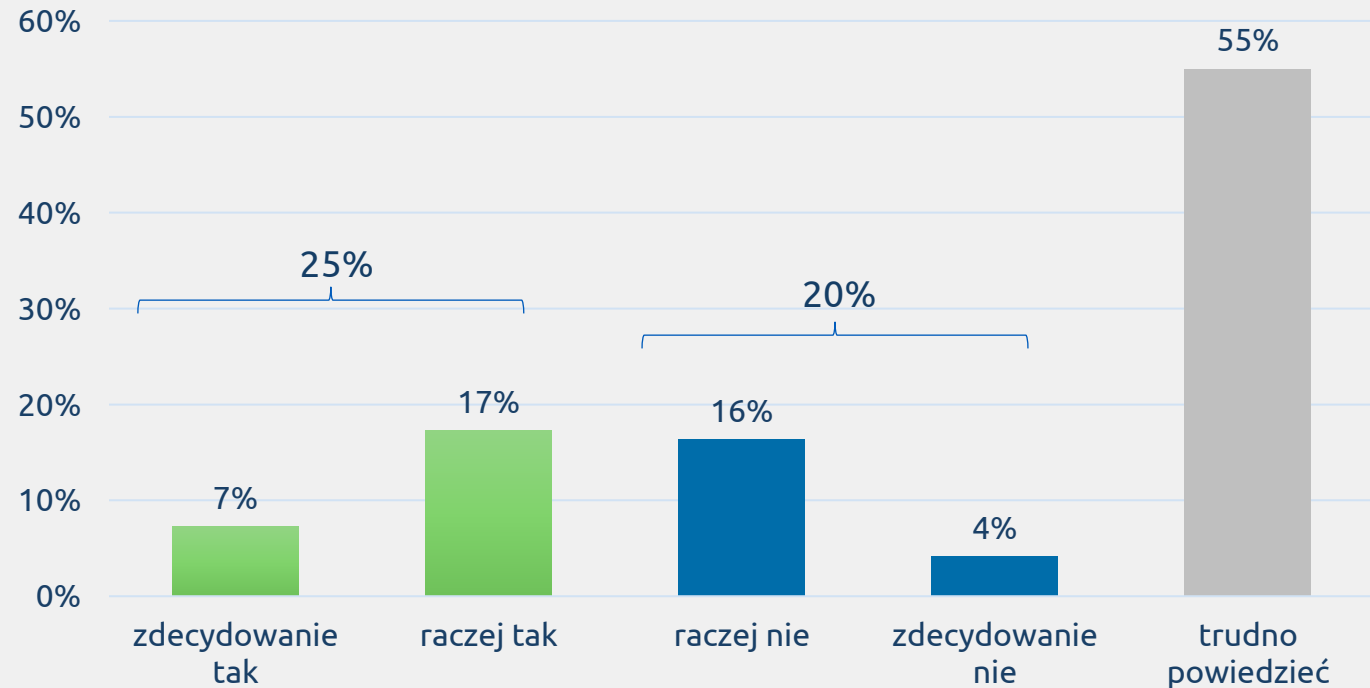
Czy masz trudności w pracy (zmniejszenie wydajności) wynikające z senności?



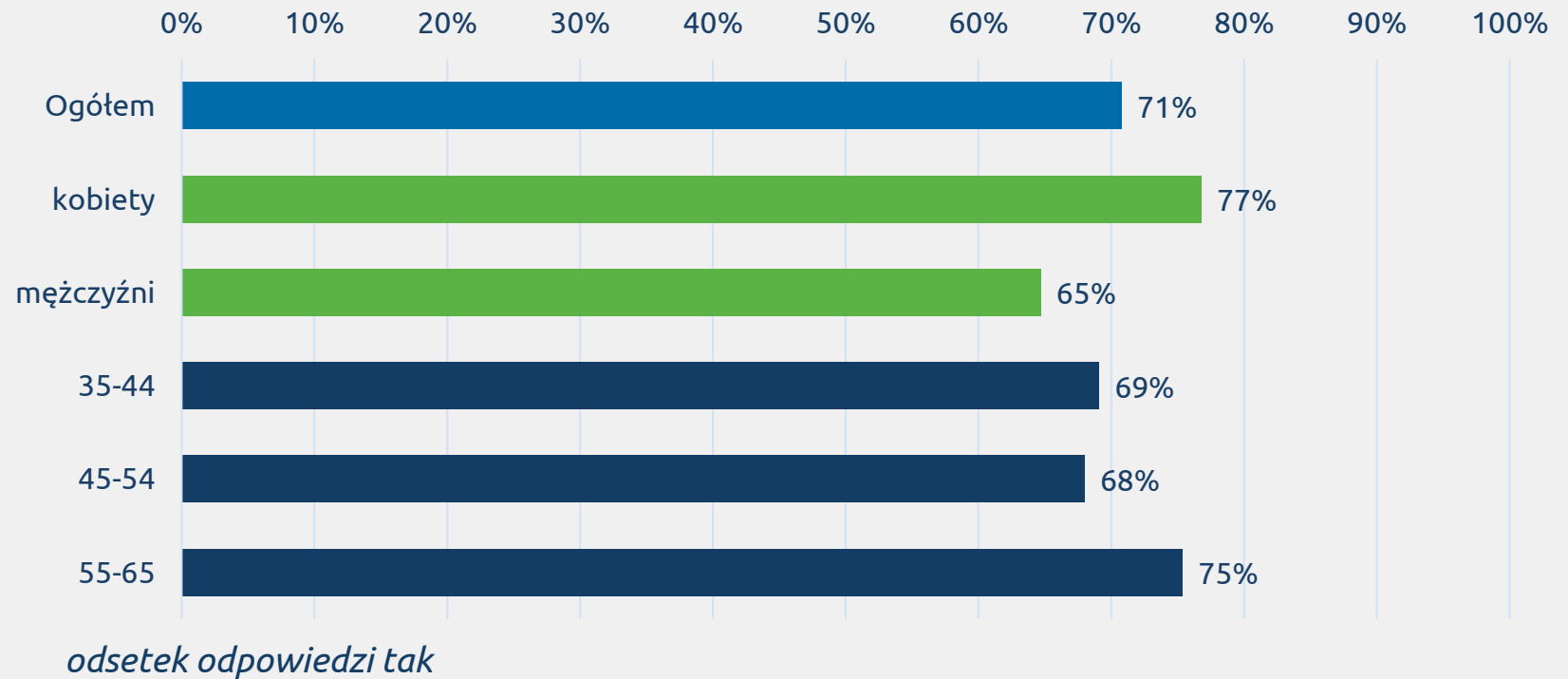
Czy uważasz, że chrapanie ma wpływ na relacje z osobami, z którymi mieszkamy?



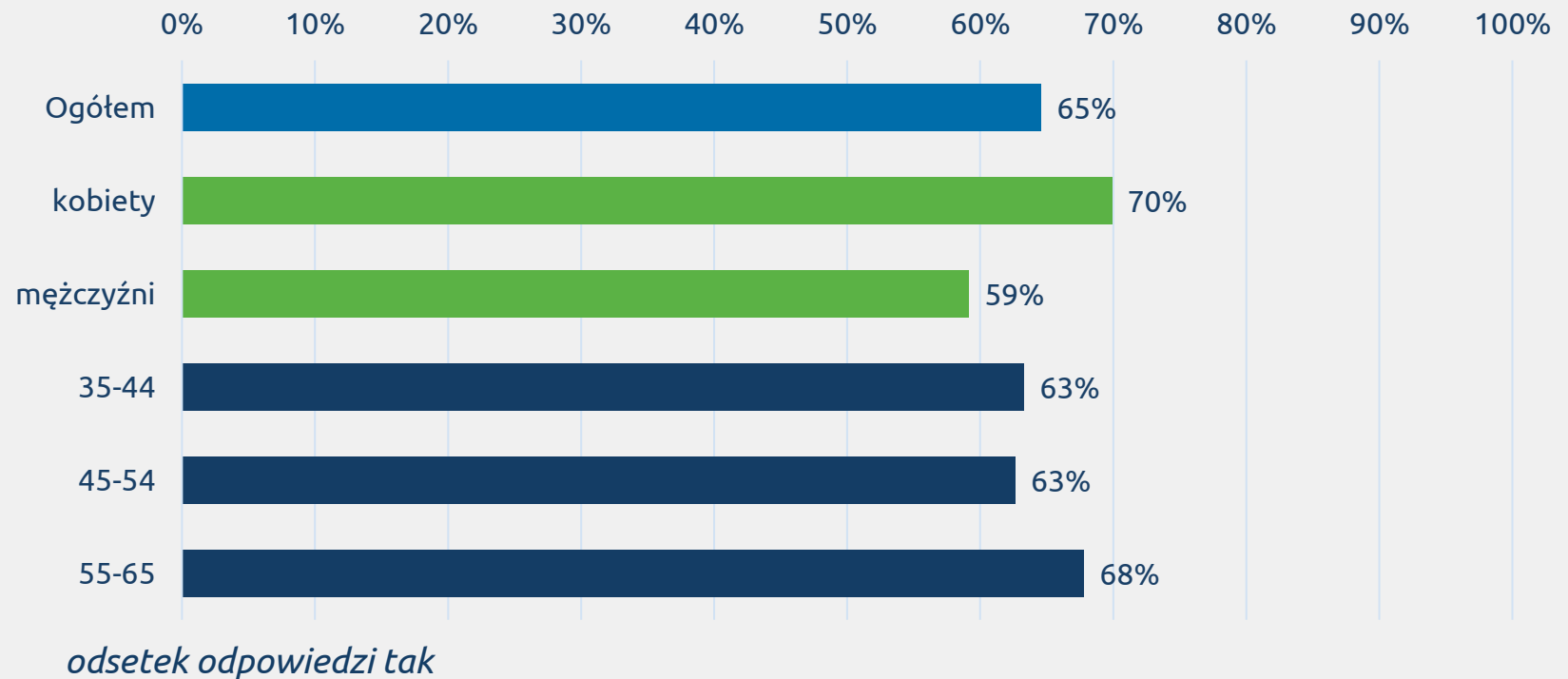
Czy uważasz, że chrapanie może mieć negatywny wpływ na libido?



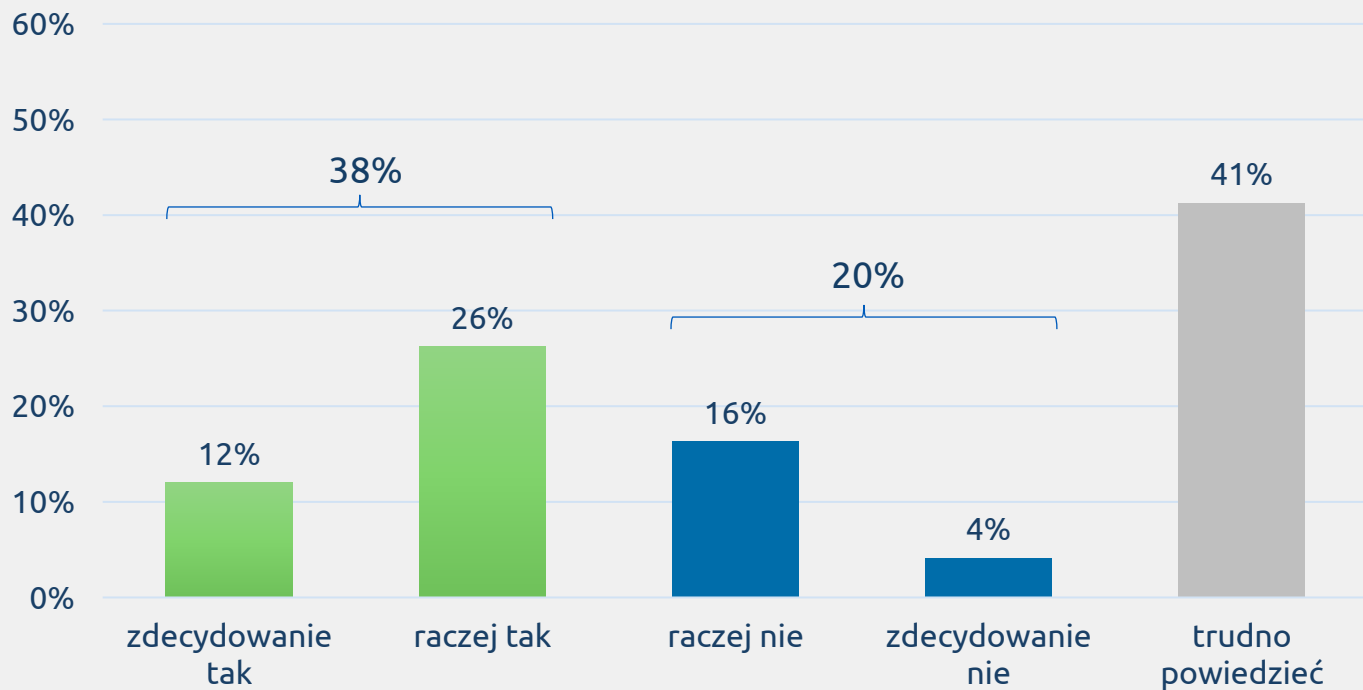
Czy słyszałeś, że chrapanie można leczyć?



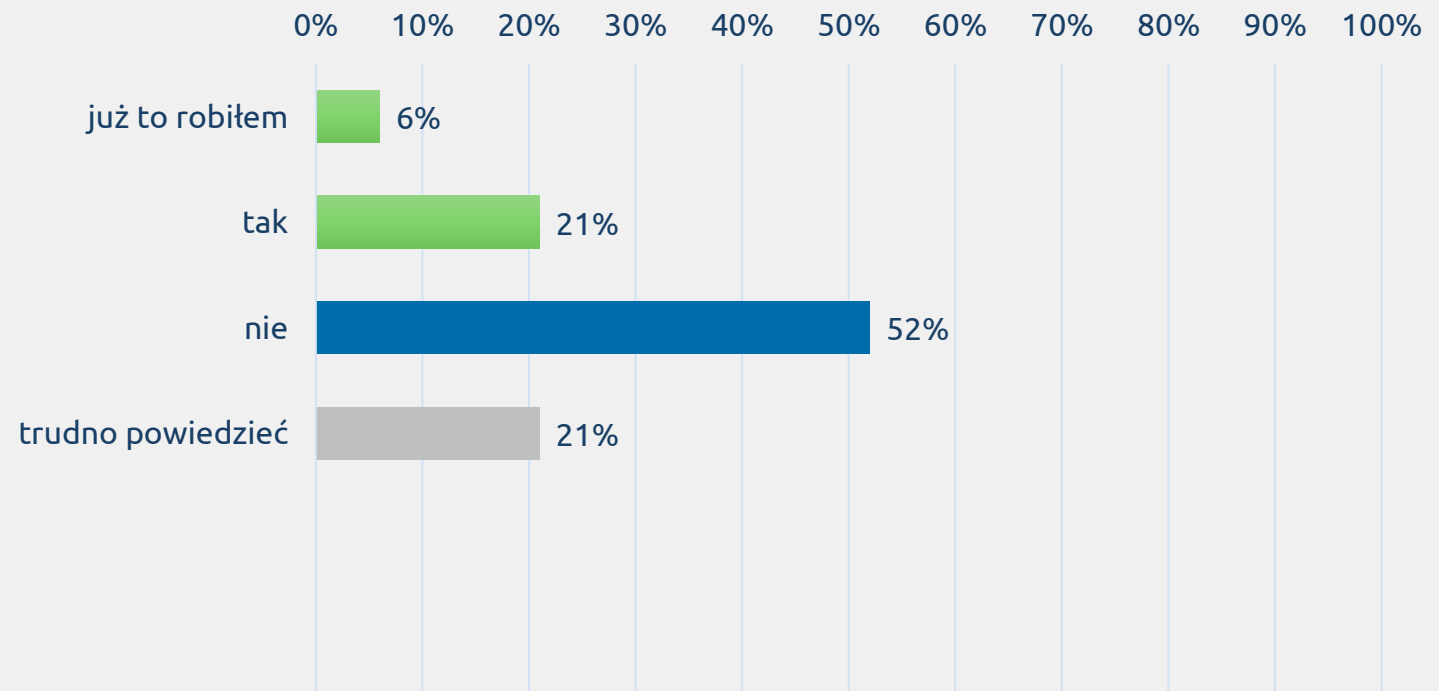
Czy chrapanie może wywołać negatywne skutki dla zdrowia?



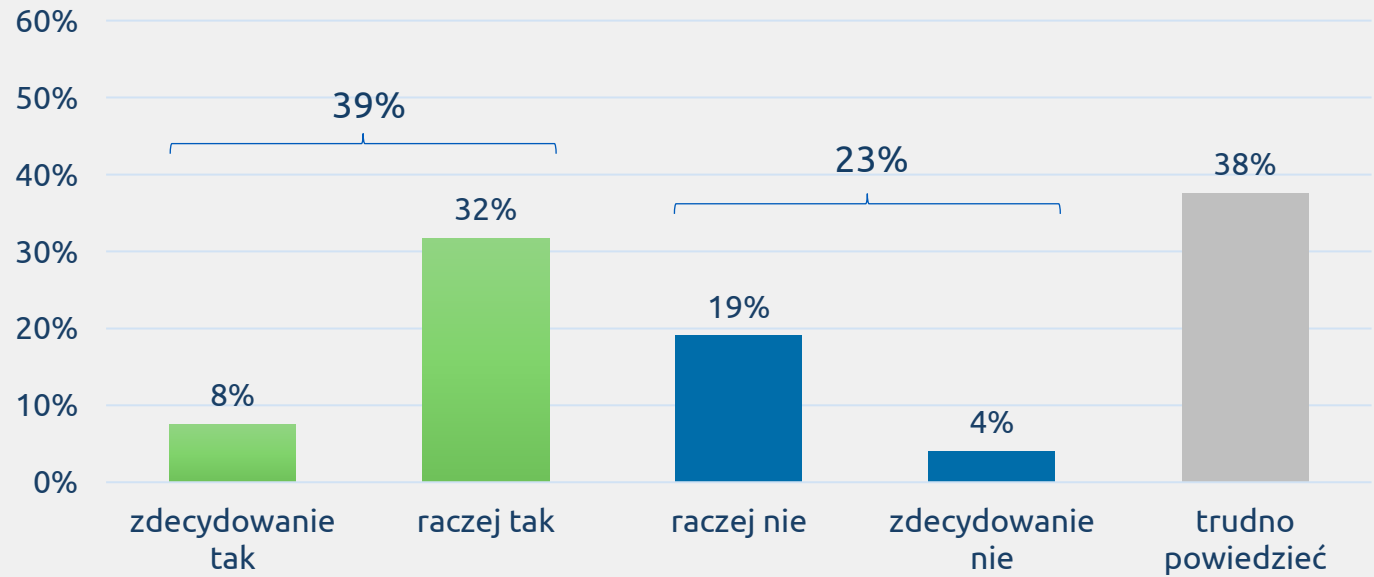
Czy uważasz, że chrapanie lub zła jakość snu mają wpływ na utrzymanie prawidłowej wagi?



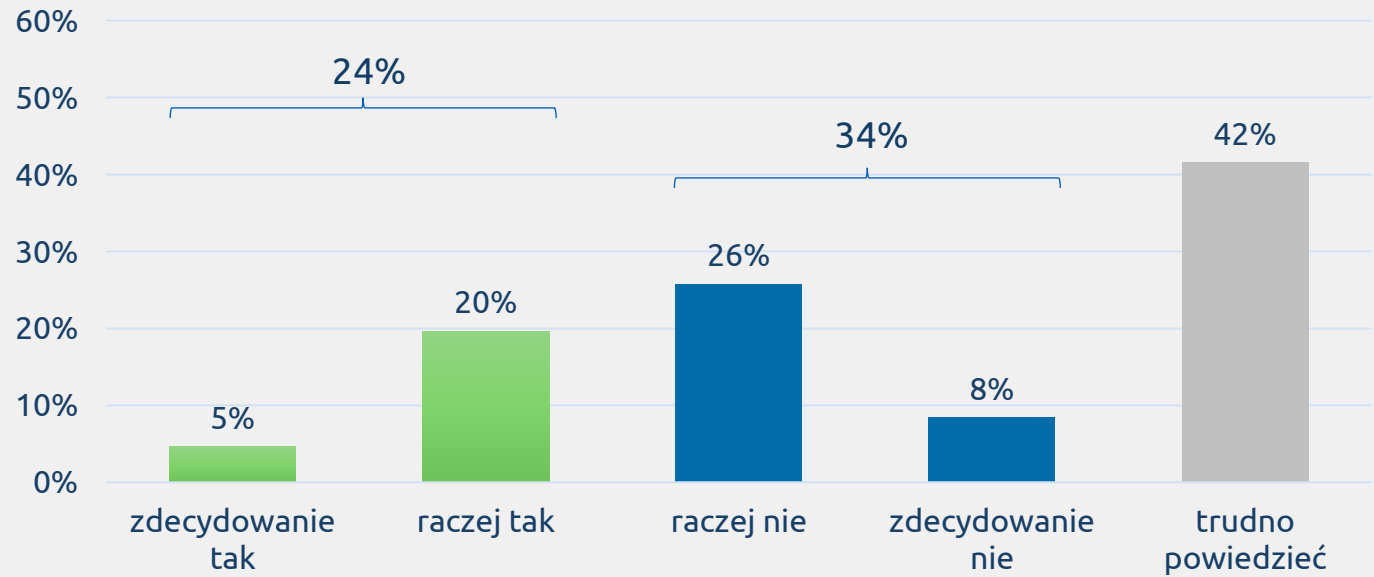
Czy brałbyś pod uwagę kontakt z ekspertem do spraw snu w kontekście wsparcia w odchudzaniu?



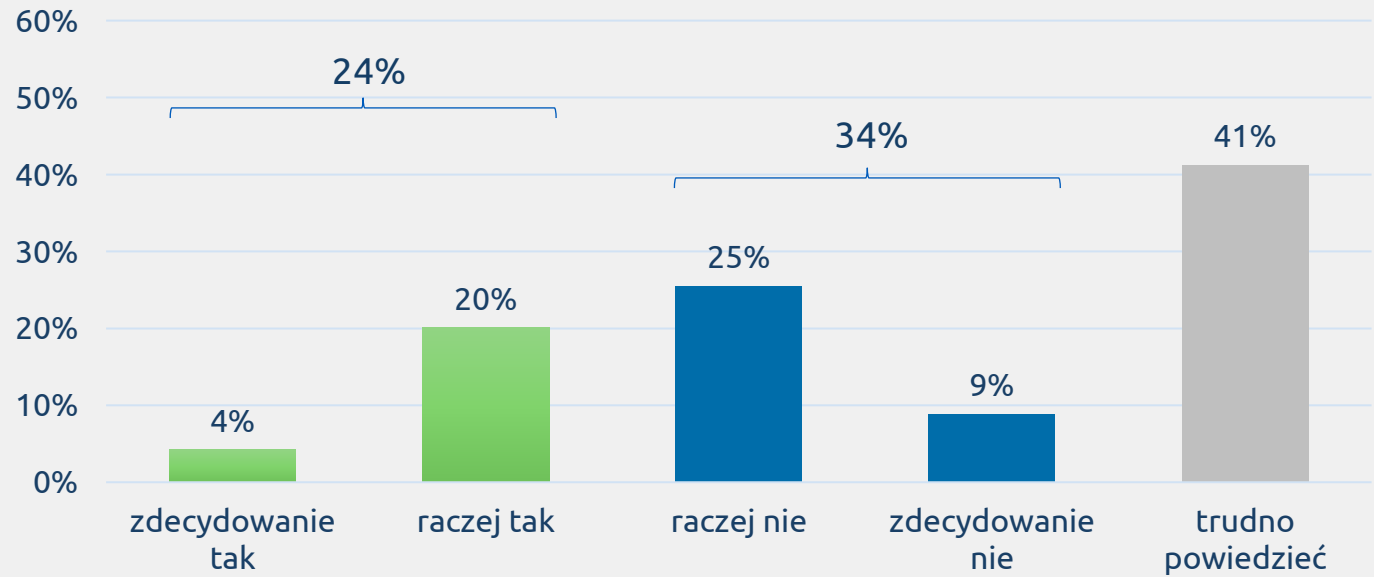
Czy zgadzasz się ze stwierdzeniem,
że nieodpowiednia długość
lub jakość snu (w tym chrapanie
lub bezdech senny) mogą mieć wpływ
na równowagę hormonalną?



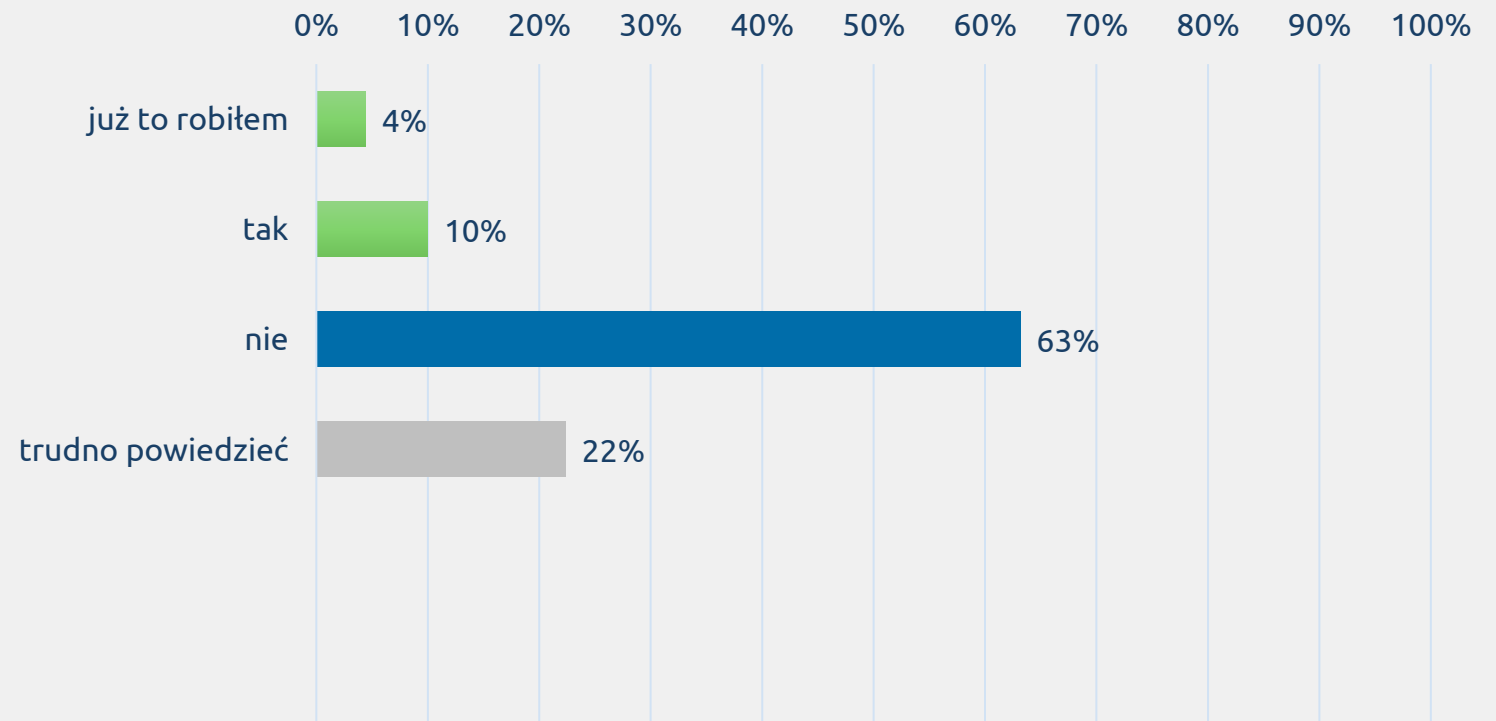
Czy zgadzasz się ze stwierdzeniem,
że nieodpowiednia długość
lub jakość snu (w tym chrapanie
lub bezdech senny) mogą mieć
wpływ na szansę poczęcia dziecka?



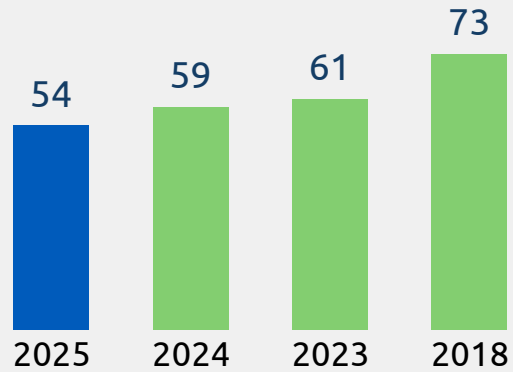
Czy zgadzasz się ze stwierdzeniem, że nieodpowiednia długość lub jakość snu (w tym chrapanie lub bezdech senny) mogą mieć wpływ na próby zajścia w ciążę lub planowanie potomstwa?



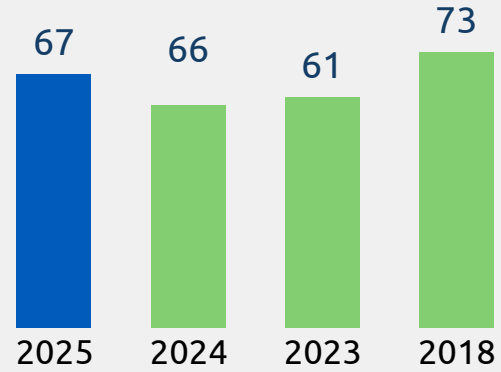
Czy brałbyś pod uwagę kontakt z ekspertem do spraw snu w kontekście wsparcia Twojej płodności?



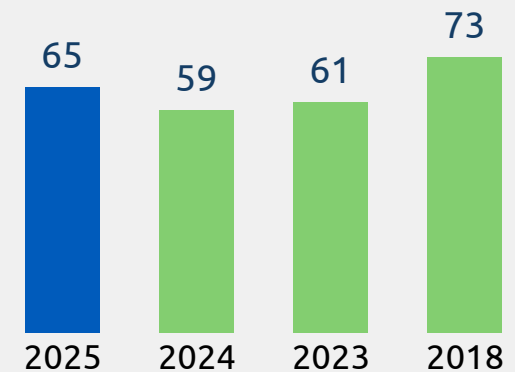
Porównanie z poprzednimi falami badania



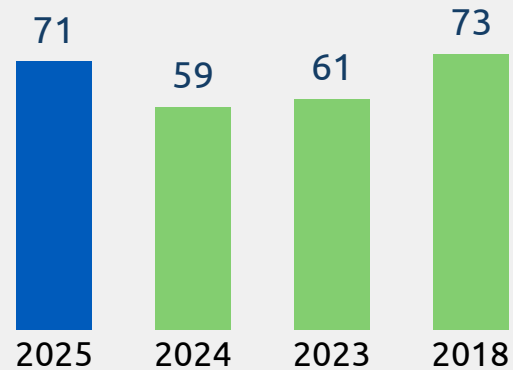
Czy ktoś z Twojego otoczenia zwrócił Ci uwagę, że chrapiesz?



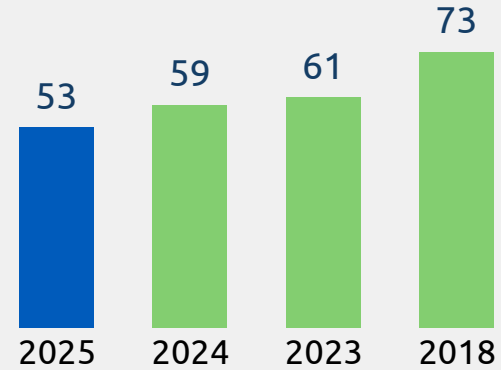
Czy ktoś z Twojego otoczenia chrapie?



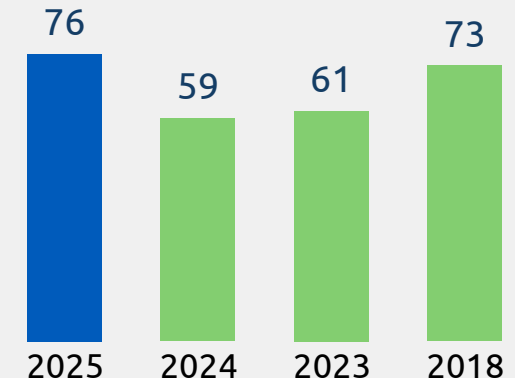
Czy chrapanie może wywołać negatywne skutki dla zdrowia?



Czy słyszałeś, że chrapanie można leczyć?



Czy po przebudzeniu czujesz się wypoczęty?



Czy zdarza Ci się, że podczas prowadzenia auta odczuwasz senność?

DZIĘKUJEMY ZA UWAGĘ