**Тревожность во время пандемии**

📈 Во время пандемии коронавируса во многих странах выросли показатели соматизации, то есть проявления психических нарушений в виде физических симптомов. Специалисты Высшей школы экономики провели опрос, чтобы выяснить, как сейчас оценивают своё здоровье россияне.

📊 Большинство респондентов признали своё здоровье хорошим (45,1%) или удовлетворительным (31,8%), 19,1% считают его отличным и менее 5% называют плохим или очень плохим.

На вопрос, что беспокоило, 86% участников исследования отметили чувство усталости и недостаток энергии, 74,5% — головную боль, 67,8% — боль в спине, а 66,7% — проблемы со сном. Ещё 58,2% россиян пожаловались на боль в руках, ногах или суставах, 57,5% — на проблемы с желудочно-кишечным трактом, 47,1% — на головокружение и 38,4% — на боль в груди или одышку.

😧 Почти треть (31,9%) опрошенных испытывают волнение и беспокойство при просмотре новостей о пандемии. При этом респонденты отмечают, что боятся заразиться коронавирусом (25,8%) и умереть от него (29,1%).

👩‍💻 Подробнее об исследовании читайте в статье на нашем сайте: <https://bit.ly/3G1qU2z>

🙏 Прививка помогает предотвратить тяжёлое течение коронавируса. Записаться можно на портале Госуслуги (<https://bit.ly/3rBoy3e>) и по телефонам 122 или 8‑800‑2000‑112.

#стопкоронавирус #здоровьевприоритете #coronavirus