



ZDRAVJE MOŽGANOV

Poudarki iz raziskave na vzorcu
slovenske laične javnosti

Oblak L in Blinc L. Zdravje možganov: poudarki iz raziskave na vzorcu slovenske laične javnosti. SiNAPSA, Slovensko društvo za nevroznanost, 2022.

Izvirni vir:

Tomat N, Perovnik M, Vidmar G, van Midden V, Fabjan S, Hawlina H, Trol D, Holnthaner A, Krajnc S, Grešak M, Žerdin L, Vidmar J, Bresjanac M (2021) Lay Public View of Neuroscience and Science-Based Brain Health Recommendations in Slovenia. *Frontiers in Public Health* 9. DOI=10.3389/fpubh.2021.690421; ISSN 2296-2565; <https://www.frontiersin.org/article/10.3389/fpubh.2021.690421>

Nastanek brošure so omogočili:

Ministrstvo Republike Slovenije za zdravje s podporo programu Zdrav duh v zdravi glavi

Javna agencija Republike Slovenije za raziskovalno dejavnost s projektom UM

IBRO Global Engagement Seed Grant 2021.

Nastisnjeno v 400 izvodih.

Za hiter dostop do spletišča zdravaglava.si, ki je nastalo na podlagi predstavljene raziskave, skenirajte QR-kodo.



KAZALO

Uvod	4
Kaj je zdravje možganov?	5
Ozaveščanje javnosti o zdravju možganov	6
Povzetek raziskave	9
Cilj in zasnova raziskave	9
Podatki o udeležencih	10
Ključni izsledki	12
Viri informacij o možganih	16
Ovire zdravim navadam	18
Ovire pri iskanju informacij	19
Kako naprej?	20
Povzetek	21
Literatura in dodatni viri	22

UVOD

Zdravje možganov je eden od temeljev dolgega in polnega življenja. Tveganje za razvoj mnogih možganskih motenj je povezano z življenjskim slogom, zato je tvorna skrb za zdravje možganov ključnega pomena za spopadanje z naraščajočo razširjenostjo duševnih in nevroloških bolezni. Pri načrtovanju učinkovitih strategij za promocijo zdravja možganov je treba upoštevati znanje, razumevanje in že obstoječe preventivno vedenje splošne javnosti. Naša raziskava ponuja vpogled v zanimanje za možgane in skrb za njihovo zdravje na vzorcu slovenske laične javnosti. Gre za prvo tovrstno raziskavo v Sloveniji in eno prvih v svetu.