



Poziom umieralności i najczęstsze przyczyny zgonów w Polsce

- [Wprowadzenie](#)
- [Przeczytaj](#)
- [Grafika interaktywna](#)
- [Sprawdź się](#)
- [Dla nauczyciela](#)



Poziom umieralności i najczęstsze przyczyny zgonów w Polsce

Źródło: dostępny w internecie: <https://pixabay.com/pl/photos/cz%C5%82owiek-%C5%BCa%C5%82oba-smutek-%C5%9Bmier%C4%87-2829510/>, domena publiczna.

„Na tym świecie pewne są tylko śmierć i podatki” – ten cytat przypisywany jest Benjaminowi Franklinowi – amerykańskiemu politykowi, uczonemu i wynalazcy, jednemu z założycieli Stanów Zjednoczonych. O ile druga część sentencji jest sprawą dyskusyjną, o tyle śmierć fizyczna nie jest kwestią sporną. Chociaż zdajemy sobie sprawę z nieuchronności śmierci, to jednak nigdy nie jesteśmy na nią w pełni przygotowani. Wydaje nam się, że nie mamy wpływu na to zdarzenie. Czy jednak na pewno? Nasze życiowe, codzienne wybory i zachowania, mogą wpływać na stan zdrowia i pośrednio uchronić nas od wielu chorób. Zdrowy styl życia, racjonalne i zbilansowane odżywianie, aktywność fizyczna, mogą w znaczący sposób ograniczyć ryzyko niektórych przyczyn zgonów. Wiedza o tym, z jakich przyczyn umierają ludzie w Polsce, powinna mieć dla Ciebie charakter edukacyjny. Jeśli już teraz – jako nastolatek – zadbasz o swoje zdrowie, masz szansę na długie i szczęśliwe życie.

Twoje cele

- Określisz przeciętną dalszą długość trwania życia w Polsce.
- Wskażesz główne przyczyny zgonów w Polsce.
- Uzasadnisz tendencje zmian w przyczynach zgonów.
- Ocenisz ryzyko śmierci i jej przyczyny według struktury wieku i płci.
- Przedstawisz regionalne zróżnicowanie przyczyn zgonów w Polsce.

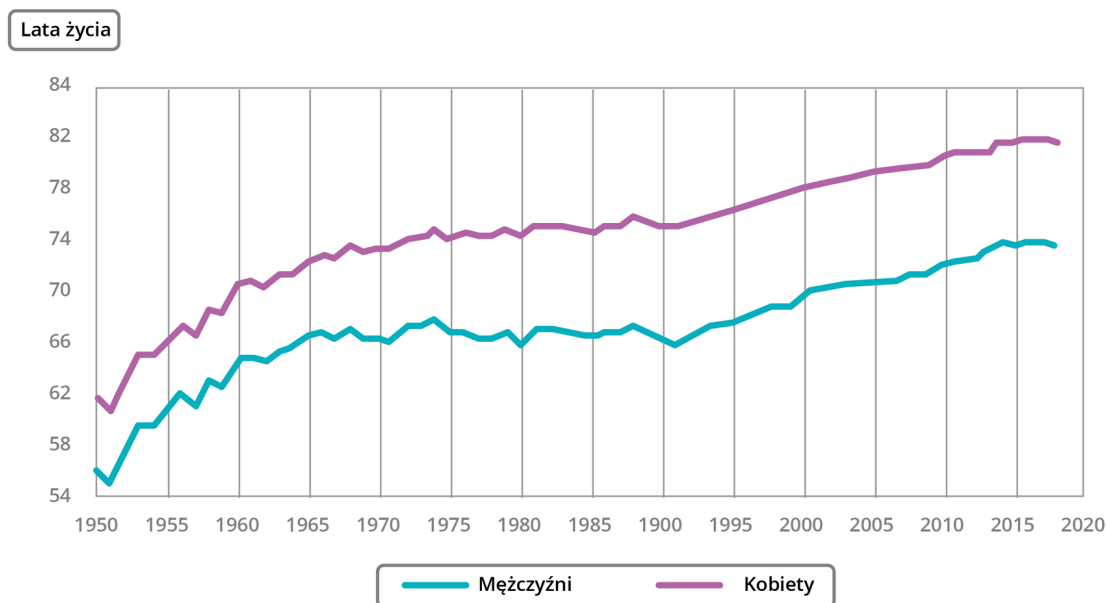
Przeczytaj

Na strukturę wieku i płci ludności Polski wpływają głównie dwa elementy ruchu naturalnego: współczynnik urodzeń oraz współczynnik zgonów. Jednym ze wskaźników ukazujących stan zdrowotny ludności oraz stopień rozwoju opieki medycznej w kraju są dane dotyczące **przeciętnego dalszego trwania życia**. To liczba lat, jaką ma jeszcze do przeżycia osoba w wieku X przy założeniu umieralności z okresu, dla którego opracowano tablice trwania życia.

Polecenie 1

Odszukaj na wykresie przeciętnego trwania życia rok urodzenia twoich dziadków, rodziców oraz twój własny. Zwróć uwagę na długość życia kobiet oraz mężczyzn. Sformułuj wniosek dotyczący tendencji zmian długości przeciętnego trwania życia od czasu urodzenia twoich dziadków do dziś.

Przeciętne trwanie życia noworodka w Polsce



Przeciętne trwanie życia noworodka w Polsce

Źródło: Główny Urząd Statystyczny, *Trwanie życia w 2018 r.*, s. 13, dostępny w internecie: <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/trwanie-zycia/trwanie-zycia-w-2018-r,2,13.html>.

Przeciętne dalsze trwanie życia w Polsce od wielu lat systematycznie wzrasta. Niemowlę urodzone kilka dni temu ma szansę na przeżycie około 75-80 lat. Jak możesz odczytać z wykresu, przeciętne trwanie życia kobiet w Polsce jest o około 8 lat dłuższe niż życie mężczyzn. Żyjemy coraz dłużej, powiększa się też liczba osób, które ukończyły 100 lat.

Według danych Głównego Urzędu Statystycznego na koniec 2017 roku w Polsce żyło 4 900 osób, które obchodziły już setne urodziny.

Ciekawostka

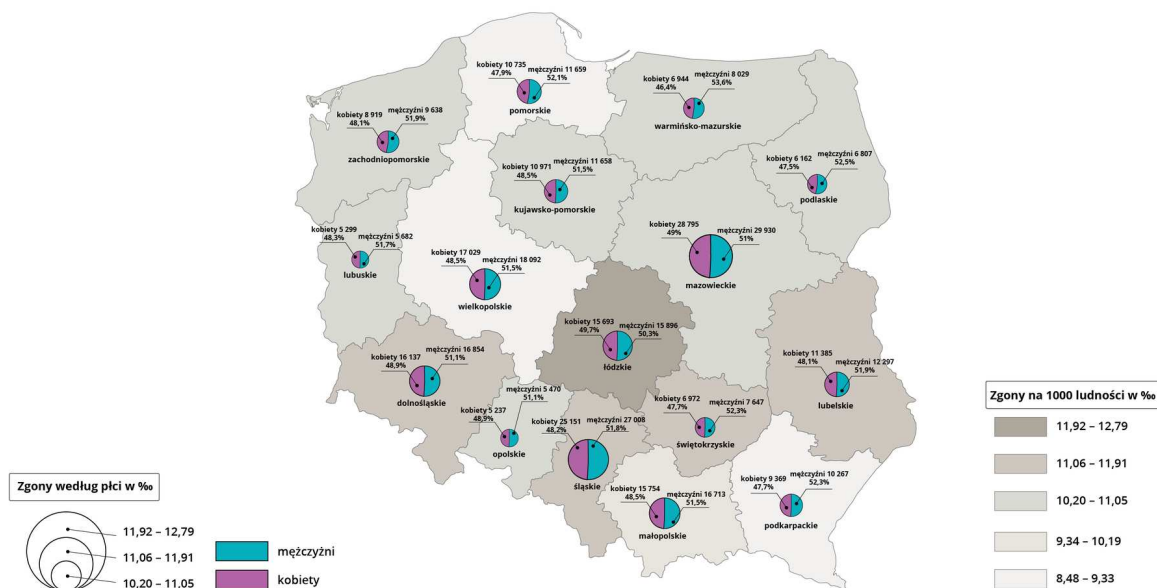
Stulatków możemy określić, jako „żyjące historie”. Najstarszą mieszkanką naszego kraju w 2019 r. była pani Tekla Juniewicz – superstulatka, która ukończyła 113 lat! Pani Tekla Junkiewicz urodziła się w 1906 r., czyli jeszcze zanim Polska odzyskała niepodległość. Za jej życia miały miejsce I i II wojna światowa oraz wiele innych historycznych wydarzeń, o których czytasz dzisiaj w podręcznikach do historii XX wieku.

Ciekawostka

Stanisław Kowalski ze Świdnicy (ur. 14.04.1910 r.) to nie tylko najstarszy żyjący w Polsce mężczyzna, ale również rekordzista halowych mistrzostw Europy weteranów w lekkoatletyce. Jest najstarszą osobą w Europie, która ukończyła bieg na 100 metrów. Ciekawostką jest fakt, że pan Stanisław zaczął uprawiać biegi, dopiero kiedy ukończył 104 lata.

Umieralność w Polsce

W 2016 roku zmarło w Polsce 388 tys. ludzi, ale w 2018 już ponad 414 tys. - [wskaźnik zgonów](#) (najczęściej podawany w promilach), określany jako liczba zgonów na 1000 mieszkańców, wyniósł w 2016 roku 10,10‰. Najwyższy wskaźnik zgonów na 1000 mieszkańców odnotowano w województwie łódzkim (12,14‰), a najniższy - w podkarpackim (8,98‰). Statystycznie częściej umierają mężczyźni, w niektórych przedziałach wiekowych różnica między liczbą zgonów kobiet i mężczyzn jest na tyle duża, że zjawisko to określane jest jako „[nadumieralność](#) mężczyzn”.



Poziom umieralności w Polsce w 2018 roku

Źródło: Główny Urząd Statystyczny, Projekty SISP i SISP-2, dostępny w internecie: <http://swaid.stat.gov.pl>.

Główne grupy chorób zagrażających życiu Polaków

Mimo postępu medycyny, szczególnie w zakresie diagnostyki oraz leczenia, nie udało nam się wyeliminować z życia człowieka chorób. Nawet w krajach o wysokim stopniu rozwoju gospodarczego, a tym samym wysokiej jakości usług medycznych, nadal istnieją tzw. choroby społeczne. **Chorobami społecznymi** określa się schorzenia występujące u co najmniej 10% populacji. Mają one najczęściej charakter przewlekły, a proces ich leczenia jest długotrwały. Z tego względu koszty ponoszone przez społeczeństwo na kurację i rekonwalescencję stanowią znaczne obciążenie budżetu państwa.

W krajach rozwijających się oraz o wysokim stopniu rozwoju gospodarczego do chorób o znacznym zasięgu społecznym zaliczane są:

- choroby sercowo-naczyniowe, w tym nadciśnienie tętnicze, choroby niedokrwienne serca, udary, zawały
- choroby związane z układem pokarmowym, np. choroba wrzodowa, zaburzenia odżywiania (anoreksja, bulimia)
- choroby dróg oddechowych, takie jak: astma, przewlekła obturacyjna choroba płuc
- cukrzyca
- nowotwory
- nadwaga i otyłość

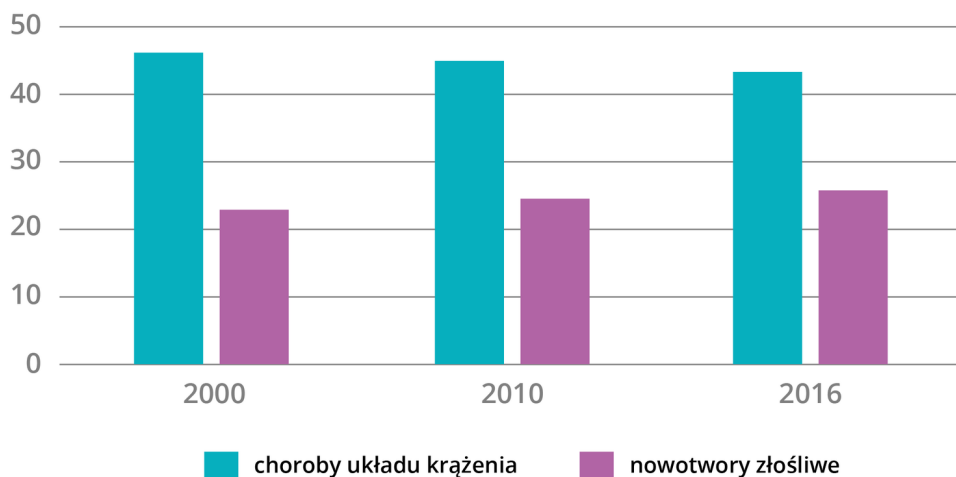
- alergie

Ponieważ cechą wspólną wielu schorzeń występujących w krajach wysokorozwiniętych jest podobny zbiór przyczyn, określamy je wspólnym mianem **chorób cywilizacyjnych**.

Wraz z rozwojem gospodarczym kraju wzrasta w populacji zachorowalność na te schorzenia. Ze względu na powszechność występowania chorób, przyczyn należy poszukiwać w ogólnych warunkach życia, między innymi w stanie środowiska przyrodniczego oraz stylu życia, jaki prowadzimy. Większość z tych schorzeń nie ma nagłego przebiegu, ale „zapracowujemy” sobie na nie przez wiele lat. Skutki naszych zaniedbań widoczne są dopiero w dojrzałym lub w podeszłym wieku i stanowią wówczas bezpośrednią przyczynę zgonów. Gdybyśmy zmienili nasze codzienne nawyki i uzależnienia, moglibyśmy znacząco poprawić stan własnego zdrowia.

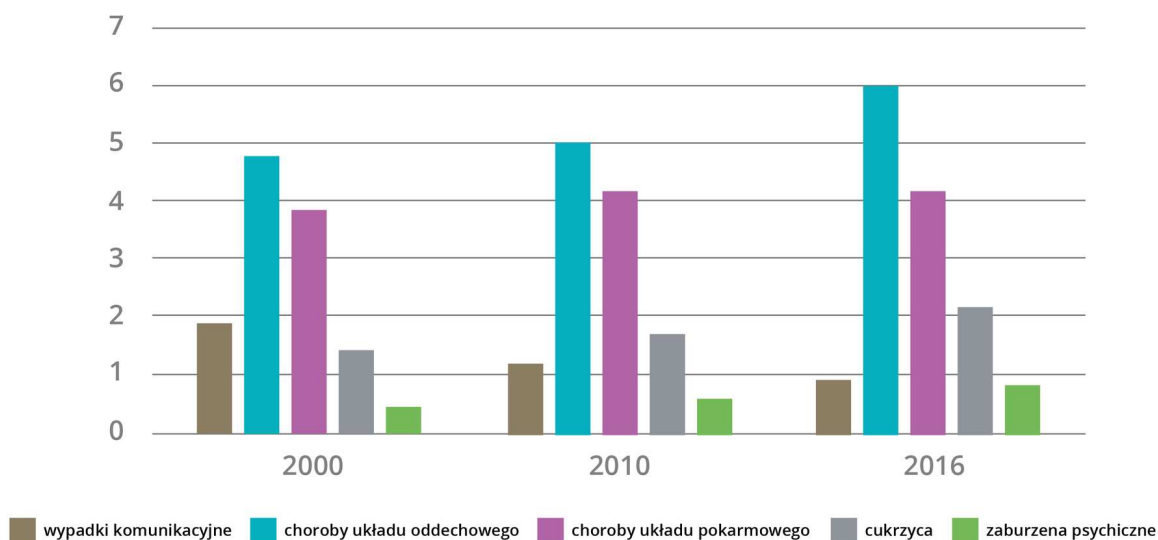
Polecenie 2

Dla każdego z podanych lat uszereguj przyczyny zgonów w kolejności od najczęściej występującej. Porównaj przyczyny zgonów, wskaż te schorzenia, których udział w liczbie zgonów w Polsce wzrósł lub zmalał.



Główne przyczyny zgonów na 10 tys. ludności w Polsce

Źródło: Główny Urząd Statystyczny, *Rocznik Demograficzny 2018*, s. 322, dostępny w internecie: <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/roczniki-statystyczne/roczniki-statystyczne/rocznik-demograficzny-2018,3,12.html>.



Inne wybrane przyczyny zgonów na 10 tys. ludności w Polsce

Polecenie 3

Wymień, które z naszych codziennych zachowań czy nawyków mogą tłumaczyć udział chorób wskazywanych jako główne przyczyny zgonów wśród Polaków.

W Polsce od kilkadziesiąt lat główną przyczyną zgonów są choroby układu krążenia, między innymi choroby: nadciśnieniowa, miażdżycy oraz choroba niedokrwienna serca, w tym zawał. Choć udział tych chorób w ogólnej liczbie zgonów nieznacznie maleje, to z tego powodu w 2016 roku zmarło około 168 tys. Polaków. Stanowi to 43% przyczyn zgonów ludności naszego kraju.

Na drugim miejscu znajdują się choroby nowotworowe, które były w 2016 roku przyczyną ponad 27% zgonów. Z tego powodu zmarło niemal 106 tys. osób. W odróżnieniu od chorób układu krążenia, na choroby nowotworowe z roku na rok umiera coraz więcej osób. Największy udział w zgonach mają nowotwory złośliwe układu oddechowego (płuc), układu rozrodczego kobiet oraz mężczyzn, nowotwory układu pokarmowego (żołądka, trzustki, jelita grubego), nowotwory sutka u kobiet.

Na kolejnych miejscach wśród przyczyn zgonów znajdują się choroby układu oddechowego (powikłania pogrypowe, zapalenie płuc), układu trawiennego oraz zewnętrzne przyczyny zatrucia i urazów, w tym wypadków komunikacyjnych.

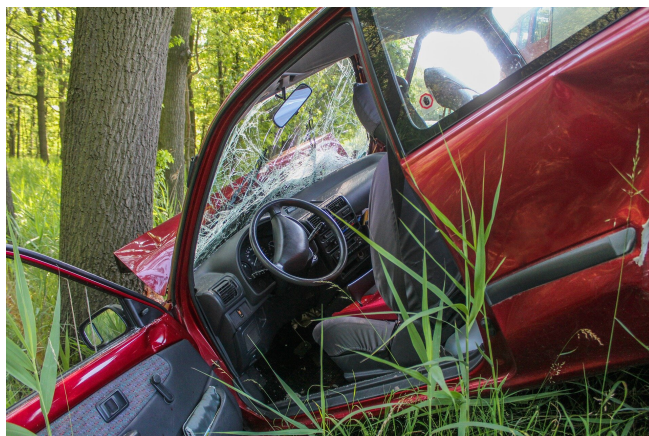
Przyczyny zgonów według wieku i płci

Znasz już główne przyczyny zgonów mieszkańców naszego kraju. Okazuje się jednak, że ryzyko zgonu z danej przyczyny jest zróżnicowane i zależy między innymi od wieku osoby oraz jej płci.

Przyczyną zgonów osób do 44 roku życia są najczęściej tzw. przyczyny zewnętrzne (przyczyny nienaturalne). Zaliczane są do nich zatrucia, urazy i wypadki, w tym

głównie komunikacyjne, utonięcia oraz samobójstwa. Większość ofiar w tej grupie wiekowej stanowią mężczyźni.

Wraz z wiekiem zmienia się główna przyczyna zgonów. Dla mężczyzn między 45 a 59 rokiem życia, są to choroby układu krążenia, a dla kobiet - nowotwory złośliwe. Po 60 roku życia dominują choroby typowe dla seniorów, które określane są jako **choroby wieku podeszłego**. Zalicza się do nich choroby układu nerwowego (choroba Parkinsona, Alzheimer, demencja starcza), nadciśnienie tętnicze, choroby miażdżycowe (udar mózgu, zawał serca) oraz choroby zwyrodnieniowe stawów i kręgosłupa. Wzrasta również ryzyko zachorowania na cukrzycę oraz nowotwory złośliwe. Dla obu płci w tym przedziale wiekowym główną przyczyną zgonów są choroby układu krążeniowego oraz nowotwory złośliwe.



W wypadkach drogowych co roku w Polsce ginie około 3 tys. osób, głównie młodych mężczyzn.

Źródło: Pixabay License, <https://pixabay.com/pl/service/terms/#license>, dostępny w internecie: www.pixabay.com.



Problem z samodzielnym poruszaniem się nie jest bezpośrednią przyczyną zgonów, ale może być przyczyną urazów i wypadków, na które narażeni są seniorzy.

Źródło: Pixabay License, <https://pixabay.com/pl/service/terms/#license>, dostępny w internecie: www.pixabay.com.

Słownik

choroby cywilizacyjne

zespół chorób występujących głównie w państwach o wysokim stopniu rozwoju gospodarczego

choroby wieku podeszłego (choroby wieku starczego)

zespół chorób typowych dla seniorów, zachorowalność na nie wzrasta proporcjonalnie do wieku człowieka

choroby społeczne

przewlekłe choroby dotykające znaczną część danego społeczeństwa. Są trudno wyleczalne, wymagają długotrwałego leczenia i obciążają system opieki zdrowotnej

nadumieralność

zjawisko występowania nadmiernej wobec przeciętnej umieralności w danej grupie społecznej, kulturowej lub wiekowej

przeciętne dalsze trwanie życia

średnia liczba lat jaką ma do przeżycia, przy danych warunkach umieralności populacji, osoba w wieku X ukończonych lat

wskaźnik zgonów




liczba zgonów w stosunku do liczby ludności danego regionu w przeliczeniu na 100 lub 1000 mieszkańców, podawana w % lub ‰

Grafika interaktywna

Polecenie 1

Przeanalizuj zróżnicowanie przestrzenne zgonów według województw. Wytypuj województwa o najmniejszej i największej umieralności. Zapoznaj się ze zróżnicowaniem przestrzennym zgonów według województw. Wytypuj województwa o najmniejszej i największej umieralności.

Sprawdź się

Pokaż ćwiczenia:   

Ćwiczenie 1



Ćwiczenie 2



Ćwiczenie 3



Ćwiczenie 4



Ćwiczenie 5



Ćwiczenie 6

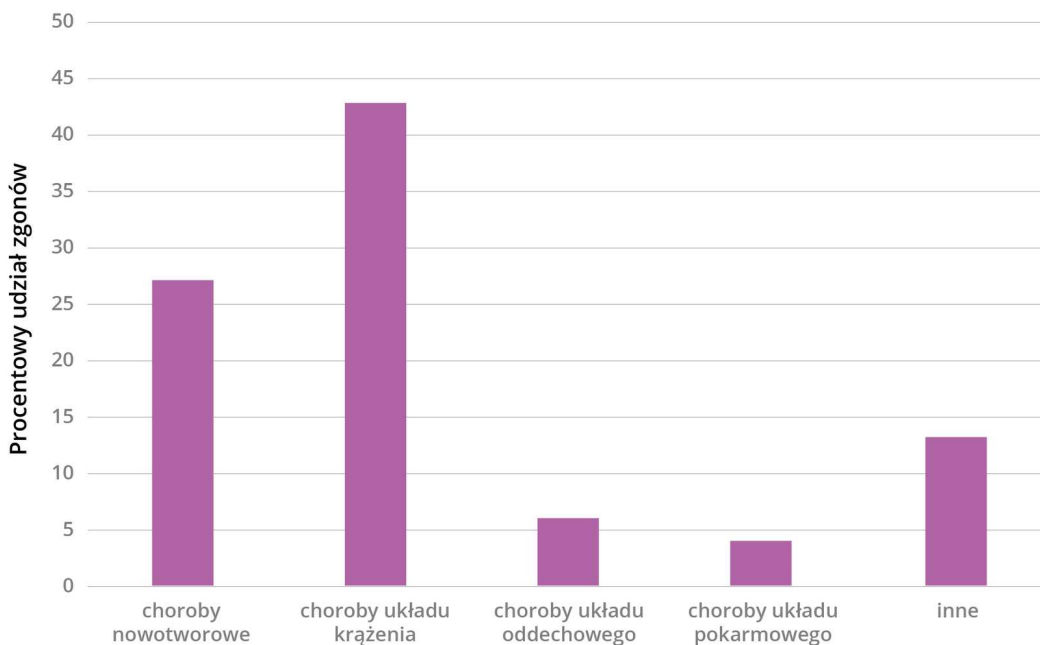


Nadwaga nie jest zaliczana do bezpośrednich przyczyn zgonów, ale znacząco zwiększa ryzyko zapadalności na niektóre choroby. Podaj przykłady chorób, które mogą być przyczyną otyłości.

Ćwiczenie 7



Przeanalizuj wykres i wskaż na suwaku odpowiednie wartości procentowe odpowiadające za grupy chorób, które podawane są jako przyczyny zgonów ludności Polski. Dane, które poddane są analizie, pochodzą z 2016 roku.



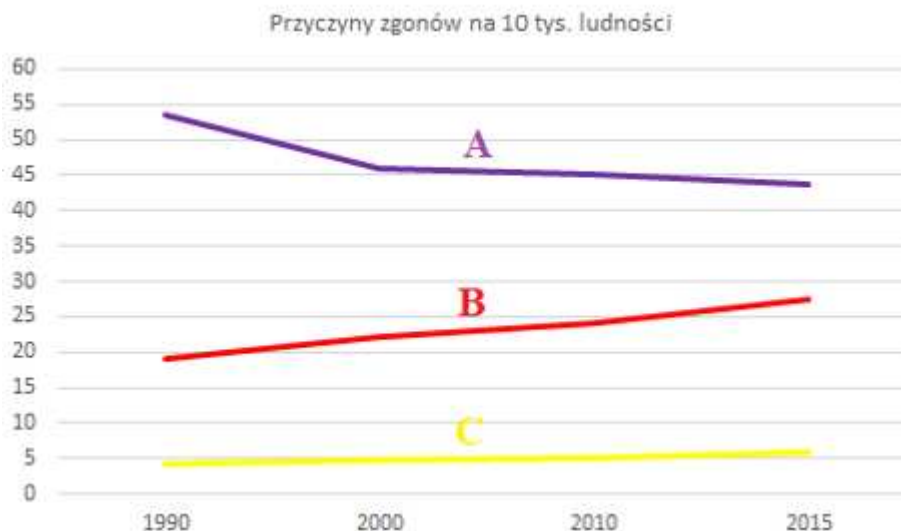
Procentowy udział przyczyn zgonów Polaków w 2016 roku.

Źródło: Źródło: opracowanie własne na podstawie danych dostępnych bld.stat.gov.pl.

Ćwiczenie 8



Do wyszczególnionych przyczyn zgonów przyporządkuj odpowiednie wykresy liniowe pokazujące tendencje zmian w ostatnim ćwierćwieczu.



Dla nauczyciela

Imię i nazwisko autora: Anna Ruszczyk

Przedmiot: geografia

Temat zajęć: Poziom umieralności i najczęstsze przyczyny zgonów w Polsce.

Grupa docelowa: III etap edukacyjny, liceum/technikum, zakres podstawowy, klasa III

PODSTAWA PROGRAMOWA

XV. Społeczeństwo i gospodarka Polski: rozmieszczenie ludności i struktura demograficzna, saldo migracji, struktura zatrudnienia i bezrobocie, urbanizacja i sieć osadnicza, warunki rozwoju rolnictwa, restrukturyzacja przemysłu, sieć transportowa, atrakcyjność turystyczna.

Uczeń: 2) analizuje strukturę demograficzną ludności Polski na podstawie danych liczbowych oraz piramidy wieku i płci; 3) analizuje, na podstawie źródeł informacji geograficznej, zmiany liczby ludności, przyrostu naturalnego i rzeczywistego ludności Polski oraz prognozuje skutki współczesnych przemian demograficznych w Polsce dla rozwoju społeczno-gospodarczego kraju.

Kształtowane kompetencje kluczowe

- kompetencje w zakresie rozumienia i tworzenia informacji,
- kompetencje matematyczne oraz kompetencje w zakresie nauk przyrodniczych, technologii i inżynierii,
- kompetencje cyfrowe,
- kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie umiejętności uczenia się.

Cele operacyjne

Uczeń:

- określa przeciętną dalszą długość trwania życia w Polsce,
- podaje główne przyczyny zgonów w Polsce,
- uzasadnia tendencje zmian w przyczynach zgonów,
- ocenia ryzyko śmierci i jej przyczyny według struktury wieku i płci,
- przedstawia regionalne zróżnicowanie przyczyn zgonów w Polsce.

Strategie nauczania: asocjacyjna, problemowa

Metody nauczania: pogadanka, dyskusja, mapa myśli, metody operatywne (praca z grafiką interaktywną i tekstem e-materiału)

Formy zajęć: praca indywidualna, praca grupowa, praca zbiorowa

Środki dydaktyczne: tablica interaktywna/monitor dotykowy/tablety, e-materiał

Materiały pomocnicze:

Jagielski A., *Geografia ludności*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1978.

bdl.stat.gov.pl - grupa urodzenia i zgony

PRZEBIEG LEKCJI

Faza wprowadzająca

- Czynności organizacyjne, ewentualne sprawdzenie pracy domowej.
- Nauczyciel wprowadza uczniów w tematykę zajęć. Przeprowadza pogadankę: od jakich czynników zależy długość naszego życia?, ile lat może przeżyć człowiek?, czy możemy wydłużyć ten czas?.
- Nauczyciel podaje temat i cele lekcji.

Faza realizacyjna

- Nauczyciel prosi uczniów, aby utworzyli 5 grup.
- Każda grupa otrzymuje: zadania do opracowania i przedstawienia na mapie myśli, arkusz papieru do tworzenia mapy myśli, pisaki.
- Nauczyciel objaśnia, że grupy opracowują zadania, korzystając z e-materiału i podręcznika.
- Uczniowie zapoznają się z wybraną częścią e-materiału i opracowują mapę myśli.

Zadania dla grup:

1 – Przeciętne dalsze trwanie życia: *Ćwiczenie z bloku tekstowego - odszukaj na wykresie przeciętnego trwania życia rok urodzenia twoich dziadków, rodziców oraz twój własny. Zwróć uwagę na długość życia kobiet oraz mężczyzn. Sformułuj wniosek dotyczący tendencji zmian długości przeciętnego trwania życia od czasu urodzenia twoich dziadków do dziś.*

2 – Umieralność w Polsce: *Dokonaj analizy mapy w e-materiale dotyczącej umieralności w Polsce. W których województwach zgonów jest najwięcej, w których najmniej? Jak wyglądają różnice między liczbą zgonów mężczyzn i kobiet w poszczególnych województwach? Z czego mogą wynikać te różnice? Wyjaśnij termin: nadumieralność mężczyzn.*

3 – Główne grupy chorób zagrażających Polakom: *Wyjaśnij terminy: choroby cywilizacyjne i choroby społeczne. Przedstaw grupy chorób, jakie zagrażają życiu Polaków. Na podstawie diagramów w e-materiale wykonaj ćwiczenie - Dla każdego z podanych lat uszereguj*

przyczyny zgonów w kolejności od najczęściej występującej. Porównaj przyczyny zgonów, wskaż te schorzenia, których udział w wielkości zgonów w Polsce wzrósł lub zmalał (przedstaw tendencje zmian).

4 – Główne grupy chorób zagrażających Polakom: *Przedstaw grupy chorób najbardziej zagrażające życiu Polaków. Wymień, które z naszych codziennych zachowań czy nawyków mogą tłumaczyć udział tych chorób wśród głównych powodów śmierci Polaków. Zaproponuj działania profilaktyczne.*

5 – Przyczyny zgonów według wieku i płci: *Przedstaw przyczyny zgonów ludzi młodych, w średnim wieku i w wieku podeszłym – oceń ryzyko śmierci. Czy te same przyczyny jednakowo dotyczą kobiet i mężczyzn? Zaproponuj działania zmniejszające ryzyko zgonów w każdej z grup wiekowych (ludzie młodzi, w średnim wieku i w wieku podeszłym).*

- Nauczyciel wspiera uczniów, wyjaśnia ewentualne trudności.
- Po upływie wyznaczonego przez nauczyciela czasu przedstawiciele poszczególnych grup przedstawiają odpowiedzi na podane zadania, prezentując mapy myśli.
- Po omówieniu wszystkich prac nauczyciel inicjuje krótką dyskusję – głównie na temat przedstawionych propozycji działań profilaktycznych (grupa 4 i 5).
- Następnie nauczyciel prosi, aby uczniowie zapoznali się z grafiką interaktywną.
- Dyskusja na forum klasy na temat przyczyn zgonów w poszczególnych województwach w Polsce.

Faza podsumowująca

- Nauczyciel podsumowuje etapy lekcji, zestawiając je z założonymi celami – ocenia pracę uczniów, ich zaangażowanie w dyskusję na forum i w pracę w grupach.
- Następnie nauczyciel wprowadza do fazy ćwiczeń na podstawie poznanego materiału – uczniowie indywidualnie wykonują wybrane przez nauczyciela ćwiczenia z e-materiału.
- Uczniowie omawiają ćwiczenia, nauczyciel w razie potrzeby wspiera ich, wyjaśnia trudności.
- Uczniowie dzielą się swoimi doświadczeniami – co było łatwe, trudne, ciekawe, jakie są możliwości zastosowania zdobytej wiedzy.

Praca domowa

- Zaproponuj kilka zmian w codziennym życiu swojej rodziny, które mogą zaowocować wydłużeniem czasu trwania życia jej członków.

Wskazówki metodyczne opisujące różne zastosowania danego multimedium

- Grafikę interaktywną można wykorzystać w toku lekcji dotyczących przemian demograficznych na świecie (zakres podstawowy VIII. 2).

- Grafikę interaktywną uczeń może wykorzystać do samodzielnego powtórzenia wiedzy z działu XV. Społeczeństwo Polski. (zakres podstawowy).