

## О ПРОБЛЕМЕ ТАБАКОКУРЕНИЯ И ЕГО ПРОФИЛАКТИКЕ У УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

Т.И. Зиматкина Е.С. Быков, А.В. Быченко

Гродненский государственный медицинский университет,  
[zimatkina@grsmu.by](mailto:zimatkina@grsmu.by)

**Введение.** Основными показателями условий жизни и благополучия любой страны являются здоровье каждого человека и всего общества, а также продолжительность жизни населения [1,7]. Согласно мнению экспертов ВОЗ, изложенному в «Оттавской хартии улучшения здоровья», хорошее здоровье – это важнейший критерий качества жизни и главный ресурс для социального и экономического развития как общества в целом, так и отдельной личности [5].

В настоящее время у нас в стране наблюдается рост общей заболеваемости населения во всех возрастных группах, в том числе, среди детей и молодежи. По данным социально-гигиенического мониторинга около 90% детей школьного возраста и 70% студенческой молодежи имеют отклонения физического и психического здоровья, а также значительные нарушения в образе жизни. Последней, как известно, на 50% определяет здоровье человека. Поэтому основной стратегической задачей белорусского здравоохранения является улучшение здоровья населения страны на основе принципов, направленных на профилактику заболеваний, снижение действия факторов риска, формирование условий и стимулов для ЗОЖ у широких слоев населения и, особенно молодежи [1,3,7].

Одним из наиболее распространенных в мире факторов, губительно влияющих на здоровье, является табакокурение, которое относят к средово-социальным экологическим факторам развития болезней человека. В связи с масштабностью распространения этой вредной привычки в социуме, инициируемые ей нарушения здоровья относят к так называемым болезням цивилизации, а среди последних – к болезням загрязнения, обусловленным загрязнением как внешней, так и внутренней среды организма [5,8]. Следует отметить, что в случае табакокурения, как и при действии других средово-социальных факторов (злоупотреблении алкоголем, лекарственными препаратами, применением психоактивных веществ и наркотических средств), причиной нарушений здоровья и развития заболеваний является само поведение людей. В мире подвержены этой вредной привычке около 60% мужчин и 20% женщин, т.е. около 40% жителей нашей планеты. В Беларуси курит около половины населения в возрасте от 16 лет и старше, 2/3 мужчин и значительная часть молодежи [6]. Остро стоит проблема с табакокурением в ВУЗах, в том числе медицинских университетах, поскольку создаются дополнительные риски для здоровья учащейся молодежи как наиболее ценной и востребованной обществом категории населения [2, 4].

Широкая распространенность этой вредной привычки среди студентов и негативное влияние её на здоровье, делает проблему борьбы с курением в ВУЗах чрезвычайно важной и актуальной.

Цель данной работы заключалась в изучении проблемы табакокурения у студенческой молодежи. В задачи исследования входило: определение степени распространенности табакокурения среди студентов-медиков, установление частоты, интенсивности, причин курения, а также факторов и роли окружающих, способствующих приобщению молодых людей к этой вредной привычке.

**Методы.** В работе использовался метод социологического опроса путем анонимного анкетирования. Объектом исследования явились студенты разных курсов лечебного факультета Гродненского медицинского университета. Полученные данные обрабатывались статистически при помощи Excel-таблиц. В исследовании приняли участие 118 респондентов (30,5% юношей и 69,5% девушек).

**Результаты исследования и их обсуждение.** Установлено, что 25,4% опрошенных студентов курит в настоящее время, 18,6% курили в прошлом и 55,9% никогда не курили. Из числа студентов 1 и 2, а также 3 и 4 курсов к группе курящих отнесены соответственно 28,3% и 25,4%; курили в прошлом 20,0% и 16,3%; никогда не курили 51,7% и 51,2%. Среди студентов 5 и 6 курса курящими являются 11,1%; курили в прошлом 22,2% и никогда не курили 66,6%. Доля курящих студентов на 6 курсе была достоверно ниже ( $p < 0,005$ ) как по сравнению с 1-2, так и 3-4 курсами. В целом общее количество курящих студентов составило около одной четверти от всех респондентов. При этом, наибольшее число курящих зафиксировано на младших, а некурящих на старших курсах.

О сформированности привычки к табакокурению судили по ответам на вопросы: «как часто Вы курите?» и «сколько сигарет выкуриваете в день?». При этом выявлялись случаи спорадического курения (несколько раз в месяц или 2-3 раза в неделю), а также численность студентов, которые курят систематически (ежедневно). Анализ анкетных данных показал, что среди студентов-медиков

имеется немало ежедневно курящих – 67,5%. По-видимому, те молодые люди, которые попали в эту группу, отражают реальную численность студентов с устойчивой вредной привычкой к табакокурению. Доля тех, кто курит 2-3 раза в неделю составила 5,4%, 1 раз в неделю – 8,1%. Эта категория молодых людей имеет еще несформированную привычку.

В подавляющем большинстве случаев приобщение к сигарете произошло через влияние друзей и товарищей (58,7%); 39,1% студентов не могут вспомнить и 4,4% утверждают, что последовали примеру старших по возрасту людей.

Чтобы правильно определить обстоятельства и причины, способствующие распространению табакокурения, студентам были заданы вопросы: «кто приобщил вас к табакокурению?» и «почему, с какой целью Вы курите?». Результаты статистической обработки полученной информации показали, что в подавляющем большинстве случаев приобщение к сигарете произошло через друзей и сверстников (57,7%). В части случаев (3,8%) сыграл роль отрицательный пример родителей и других родственников. Значительное число студентов (38,5%), особенно на старших курсах, не могут вспомнить, кто приобщил их к курению.

Среди причин курения в качестве основных студенты назвали: «чтобы расслабиться» (54,4%); «уйти от проблем и стрессов» (47,8%); «уменьшить волнение» (43,5%); «неосознанно» (41,3%). Среди менее значимых причин студенты отметили: «ради удовольствия» (28,3%); «по другим причинам» (28,3%); «из-за неудержимого желания сделать это» (26,1%); «чтобы собраться и сосредоточиться» (19,6%); «для общения в компании» (17,4%); «под влиянием друзей и товарищей» (15,2%). Наименее значимыми были выделены следующие причины: «из-за любопытства» (8,7%); «из-за моды» (2,2%). Полученные данные подтверждают наличие у компонентов табачного дыма психоактивного действия, в связи с чем относиться к сигаретам надо как к веществам с наркотическим эффектом. Кроме того, некоторая часть студентов всех курсов признала, что прибегает к табакокурению как средству общения, иногда молодыми людьми движет любопытство или неправильное представление о моде.

Установлено, что основными факторами, способствующими табакокурению являются: «доступность табачных изделий» (54,5%); «пример друзей и товарищей» (47,6%); «пример взрослых» (21,8%). Менее значимыми студенты считают такие факторы как: «современная поп-культура» (17,7%); «реклама табачных изделий» (11,3%); «другое» (8,9%); «пример преподавателей» (0,8%).

При оценке вреда курения для здоровья студенты считают, что это: «вредная привычка, способствующая заболеваниям органов дыхания, сердечно-сосудистой системы» (81,8%); «очень вредная привычка, способная не только усугубить и инициировать ряд болезней, но и значительно увеличить риск возникновения онкологических заболеваний» (77,4%); «вредная привычка, способная усилить негативные эффекты других вредных факторов» (64,2%); «привычка, связанная с некоторым риском для здоровья» (19,7%); «достаточно безобидная привычка» (1,5%). Полученные данные дают основание говорить о недостаточной осознанности частью студентов вреда курения для здоровья.

На вопрос: «хотите ли Вы бросить курить» 48,7% студентов ответили утвердительно; 5,1% - отрицательно, а 17,9% - не задумывались об этом. На наличие сильного желания отказа от курения указали 5,3% студентов, средней степени – 52,6%, слабого желания – 13,2%, а 7,9% не видели в этом необходимости.

При оценке эффективности антитабачных программ студенты в качестве наиболее эффективных мер отметили следующие варианты: «ограничение свободной продажи табачных изделий» (70,0%); «повышение стоимости табачных изделий» (62,1%), «введение штрафов за курение в общественных местах и туалетах» (56,4%), «запрещение рекламы табачных изделий» (40,7%). Менее эффективны, по мнению студентов, «премирование или моральное поощрение бросивших курить» (22,9%), «лишение стипендий за курение в медицинских учреждениях, ВУЗе» (18,6%), «лишение премий за курение в медицинских учреждениях, ВУЗе» (10,0%), «отчисление из университета» (4,3%).

**Выводы.** Таким образом, полученные данные свидетельствуют о распространенности табакокурения среди студентов-медиков с сохранением значительной доли курящих с первого по четвертый курсы и достоверным снижением к концу обучения. В качестве основных причин курения студентами названы: желание расслабиться, уменьшить волнение, уйти от проблем и стрессов, то есть - снять высокое нервно-эмоциональное напряжение. Основными факторами, способствующими распространенности курения среди учащейся молодежи, студенты считают: доступность табачных изделий, пример друзей, товарищей и более взрослых людей. Наиболее эффективными мерами борьбы с курением, по мнению студентов, являются: ограничение свободной продажи и запрещение рекламы табачных изделий, повышение их стоимости, введение штрафов за курение в общественных

местах. Положительное восприятие табакокурения, недооценка его вредного воздействия на организм и несформированность устойчивой привычки у части студентов свидетельствует о необходимости усиления среди учащейся молодежи воспитательно-образовательной деятельности, особенно в начальный период обучения в ВУЗе.

### Литература:

1. Жарко, В.И., Состояние здоровья населения Республики Беларусь и стратегия развития здравоохранения / В.И. Жарко, В.З. Черенко, А.К. Цыбин // Здравоохранение. – 2007. - №1. – С. 4-13.
2. Купчинов Р.И. Формирование здорового образа жизни студенческой молодежи. – Минск: УП «ИВЦМинфина», 2004. – 211 с.
3. Национальная стратегия устойчивого социально-экономического развития Республики Беларусь на период до 2020 года. – Минск: «ЮНИПАК», 2004. – 201 с.
4. Нефедовская, Л.В. Состояние и проблемы здоровья студенческой молодежи / Л.В. Нефедовская. – М.: Литтерра, 2007. – 192 с.
5. Павлович, С.А. Социальная экология. Биологические и медицинские аспекты: учеб. пособие / С.А. Павлович. – Гродно: ГрГУ, 2005. – 254 с.
6. Секач, А.С. Распространенность табакокурения среди населения республики / А.С. Секач, Т.С., Мисяченко, О.Н. Матюшевич // Здравоохранение. – 2006. - №7. – С. 23-25.
7. Филонов, В.П. Отношение к здоровью - главная область деятельности по формированию здорового образа жизни / В.П. Филонов, А.С. Секач, Т.С. Мисяченко, О.Н. Матюшевич // Здравоохранение. – 2006. - №9. – С. 42-43.
8. Экологическая медицина: пособие для студентов лечебного и педиатрического факультетов / Е.И. Макшанова [и др.]. – Гродно: ГрГМУ, 2011. – 236 с.