

## ОЦЕНКА И АНАЛИЗ ОСВЕДОМЛЕННОСТИ МОЛОДЕЖИ О ВЛИЯНИЕ НИКОТИНА НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

**П.С. Каленчук**, 10 «Б» класс  
Научный руководитель – **Т.Г. Курган**  
Средняя школа №12 г. Пинска

**Введение.** По данным ООН табакокурение значительно повышает заболеваемость сердечно-сосудистой системы, а также риск возникновения рака легких, хронических бронхитов и другой патологии. Увеличение количества заболеваний вызывает повышенную смертность среди курильщиков.

Табачный дым содержит большое количество химических веществ, неблагоприятно влияющих на здоровье человека: угарный газ, синильную кислоту, сероводород, аммиак и концентрат из жидких и твердых продуктов горения и сухой перегонки табака, называемый табачным дегтем, который в свою очередь содержит около сотни химических соединений, в том числе канцерогены.

Реальную угрозу представляют тяжёлые металлы, содержащиеся в дыме, которые попадают в организм человека в виде аэрозоля и имеют биологически и химически активную форму [1].

У людей, выкуривающих более десяти сигарет в день в течение десяти лет и больше, тяжелые металлы (свинец, кадмий, медь) в повышенных концентрациях обнаруживают даже в хрусталике глаз [2].

Некоторые электронные сигареты содержат большое количество ионов свинца и других тяжелых металлов, ионы которых выделяются из спирали накаливания испарителя. Установлено, что в паре вейпов содержится свинец, никель, хром и марганец. При этом доля тяжелых металлов в испарениях превышает норму в десятки раз.

Согласно статистическим данным, более 30 % заболеваний, ассоциированных с табаком, обусловлены пассивным курением. То есть в группе риска являются как сами курильщики и вейперы, так и окружающие их люди [3].

Поступление в организм повышенного количества тяжёлых металлов препятствует усвоению эссенциальных (жизненнонеобходимых) элементов, способствует развитию микроэлементозов – состояний, объединяющих все симптомы и заболевания, являющиеся следствием наличия дефи-

цита, избытка или дисбаланса микроэлементов в организме. А согласно современным научным представлениям, микроэlementозы являются одной из основополагающих причин в развитии нарушений состояния здоровья человека [4, 5].

Таким образом, целью нашей работы являлось выявить особенности элементного статуса курящих молодых людей (18-22 лет).

**Методика и объекты исследования.** Метод анкетирования – опрос, проводимый письменно с использованием анкеты. К достоинствам метода следует отнести следующие характеристики: а) это наиболее оперативный метод сбора первичной информации; б) результаты анкетирования более доступны для математической обработки; в) за короткий промежуток времени можно опросить большое количество людей.

Анкетирование проводилось среди молодых людей в возрасте 18-22 лет, обучающихся в УО ПолесГУ. В результате проведенной работы были собраны данные о возрасте, курении, стаже курения.

**Результаты и их обсуждение.** В исследовании участвовали 69 студентов УО ПолесГУ. Из них 36 курящих и 33 некурящих по результатам анкетирования.

У курящих молодых людей стаж курения в среднем составляет 1-3 года. В результате были сформированы группы курящих (15 девушек и 21 юноша) со стажем курения в основном от 1 до 3 лет и некурящих (12 девушек и 21 юноша) молодых людей в возрасте 18-22 лет. Среди курящих было 15 девушек и 21 парней со стажем курения от 1 до 35 лет, среди некурящих – 12 девушек и 21 парней. Из опроса установлено, что юноши предпочитают обычные табачные изделия, а девушки отдают предпочтение электронным сигаретам. Количество сигарет, которое выкуривают молодые люди в день, варьирует от 3 до 25 штук. В среднем это 13 шт./сутки (медиана – 12 шт./сутки). Количество “парений” у вейперов изменяется от 200 до 1000. В среднем это 562 парений/сутки (медиана – 525 шт./сутки).

Одной из частых причин курения является нервное перенапряжение (50 %), вторым по популярности был ответ “следование модным тенденциям” (22 %), ответы иногда “влияние круга общения (молодые люди не хотят быть “белыми воронами” в компании курящих сверстников)” и “реже для веселья для поднятия настроения” – на 3-ем месте по популярности (по 14 %).

Кроме того, 22 % курящей молодежи считает, что таким образом они “следуют модным тенденциям”, 14 % респондентов подвержены влиянию круга общения: молодые люди не хотят быть “белыми воронами” в компании курящих сверстников. Столько же считает, что курение способствует поднятию настроения.

Стоит отметить, что 66 человек из 69 опрошенных респондентов считает необходимым придерживаться здорового образа жизни, среди них все некурящие студенты (100 %) и 33 курящих студента (92 %).

Ответы на вопрос “что Вы лично делаете для сохранения и укрепления своего здоровья?” курящих студентов распределились следующим образом: большинство студентов ответили, что придерживаются правильного питания и здорового сна (более 30 %), 24 % занимаются спортом, 15 % принимают БАДы.

При анкетировании студентов установлено, что большинство респондентов — 56% (39 чел.) знакомы с позицией Министерства здравоохранения РБ (МЗ РБ) по поводу негативного влияния электронных сигарет на здоровье человека, но при этом продолжают употреблять вейп-системы.

**Выводы.** Проведенное исследование подтверждает, что употребление сигарет и электронных аналогов широко распространено в молодежной аудитории. Но основное число курящих вейп системы наблюдается среди молодежи в возрасте 18-20 лет. При этом женский пол используют вейпы значительно чаще мужской. Большинство студентов знают о вредном влиянии никотина на дыхательную и сердечно-сосудистую системы, часть из них ощутили на себе его негативное влияние, однако это незначительно повлияло на их отказ от сигарет.

#### Список использованных источников

1. Андреева, Т.И., Красовский, К.С, Табак и здоровье / Андреева, Т.И., Красовский, К.С, 2004. – 100 с.
2. Авдеев С. Н. Хроническая обструктивная болезнь легких как системное заболевание/ С.Н. Авдеев // Пульмонология. – 2007. – № 2. – С. 104-116

3. Антонов, Н. С. Электронные сигареты: оценка безопасности и рисков для здоровья / Н. С. Антонов, Г. А. Сахарова, Ж. З. Донитова / Пульмонология. – 2014. – № 3. – 123–127 с.
4. Влияние электронных сигарет на слизистую оболочку полости рта / С.М. Габдулгалива [и др.] / Bulletin of Medical Internet Conferences. – 2017. – V. 7. – № 1. – С. 398–399.
5. Евсеева, Г. П. Микроэлементный статус и взаимосвязь его дисбаланса с развитием заболеваний у детей: автореф. Дис. д-ра мед. Наук: 14.00.09 / Г. П. Евсеева; Науч.-исслед. Ин-т охраны материнства и детства. – Хабаровск, 2009. – 44 с.