

## ЧАСТОТА КУРЕНИЯ ТАБАКА СРЕДИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ И МОТИВАЦИИ ПРОДОЛЖЕНИЯ КУРЕНИЯ В ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ

Т.П.Дюбкова, С.В.Альшевская

Белорусский государственный университет, г. Минск

*Изучена частота курения табака студентами классического государственного университета. Установлено, что курящими являются  $26,39 \pm 1,53\%$  девушек и юношей, обучающихся в вузе. Около половины ( $46,09 \pm 4,65\%$ ) опрошенных курящих студентов испытывают потребность в систематическом ежедневном курении. По данным теста Фагерстрема, более четверти из них страдают табачной зависимостью средней и высокой степени. Подавляющее большинство ( $85,20 \pm 2,38\%$ ) девушек и юношей начали курить в подростковом возрасте. Причинами дебюта курения явились любопытство, курение сверстников, неумение разрешать жизненные проблемы конструктивным способом. Продолжение курения в период обучения в вузе мотивировано отсутствием желания бросить курить, влиянием курящего окружения, отсутствием опыта преодоления трудностей, безуспешностью самостоятельных попыток прекращения курения. Студенческая молодежь в большинстве случаев не осознает наличие табачной зависимости и имеет слабую мотивацию к отказу от курения.*

### Введение

Согласно данным Всемирной организации здравоохранения, в настоящее время в мире насчитывается более 1,1 миллиарда потребителей табака. Курение – одна из основных предотвратимых причин преждевременной смертности населения от злокачественных новообразований, болезней сердечно-сосудистой системы и органов дыхания [1–4]. Наша страна теряет ежедневно 42 человека из-за болезней, причинно связанных с курением табака. Эти потери составляют 15,5 тысяч человеческих жизней в год. По официальным данным, опубликованным Министерством здравоохранения в 2005 году, в Республике Беларусь курит 42% населения [5]. Наибольшая распространенность курения табака зарегистрирована среди рабочих и тружеников сельского хозяйства, за ними следуют учащиеся ПТУ и безработные. Третье место занимают студенты вузов и учащиеся техникумов. Самые высокие показатели частоты курения отмечаются среди белорусских женщин и мужчин в возрасте 20–29 лет. В стране курит почти половина молодежи старшего подросткового возраста.

Эффективная борьба с курением табака начинается с осознания того, что никотин, входящий в состав табачного дыма – мощное психоактивное средство, способное вызывать зависимость [6]. Это подтверждает тот факт, что только 7% людей, пожелавших бросить курить, выдерживают отказ от курения в течение одного года [7]. Для подавляющего большинства курящих людей потребле-

ние табака – не привычка, а определенный вид болезни, в основе которой лежит табачная зависимость [8]. По результатам исследования, проведенного В.К.Смирновым [9], табачная зависимость диагностируется у 90% лиц, которые курят табак ежедневно. По этой причине лишь около 5% людей, регулярно курящих табак, могут самостоятельно прекратить курение, остальные нуждаются в помощи врача-специалиста.

Курящий человек может недооценивать или отрицать наличие у него табачной зависимости, а также проблем, причинно связанных с курением табака. С момента начала курения до развития болезней, обусловленных канцерогенным и токсическим действием компонентов табачного дыма, проходят обычно годы и даже десятилетия. Курящий старается психологически защитить себя от этой информации, принимая во внимание отсутствие проблем со здоровьем в молодом возрасте и оправдывая таким образом свое курение.

Каждый человек имеет право самостоятельно принимать решение о начале курения или отказе от него. Но это право должно быть реализовано в условиях полной информированности обо всех опасностях курения, влиянии его на здоровье в ближайшем и отдаленном будущем, о признаках табачной зависимости, а также необходимости медицинской помощи в прекращении курения при ее развитии. Одним из ведущих факторов, определяющих результативность медицинской помощи в отказе от курения, является уровень мотивации и готовности курящего к отказу от курения [8]. У

большинства курящих эта готовность формируется постепенно. Но, прежде всего, человек должен осознать наличие у него табачной зависимости и ее последствий. Дефицит знаний сопровождается переоценкой своих возможностей при принятии решения о самостоятельном прекращении курения. Безуспешность предпринимаемых курящим попыток отказа от курения является одной из причин его продолжения, что приводит к усилению табачной зависимости и увеличению риска развития болезней, причинно связанных с курением табака.

*Цель настоящего исследования* – проанализировать показатель частоты курения табака среди студенческой молодежи, побудительные причины начала курения и основные мотивы, обуславливающие продолжение курения в период обучения в вузе.

Данная публикация является продолжением серии научных работ, посвященных изучению поведенческих факторов риска среди молодежи и оценке влияния курения на общественное и индивидуальное здоровье, опубликованных авторами в ведущих медицинских журналах страны в последние годы.

#### Материал и методы

Для достижения поставленной цели проведено поперечное научное исследование методом анонимного опроса (в форме анкетирования) 837 студентов классического государственного университета. Расчет объема выборочной совокупности для получения репрезентативных результатов осуществляли по общепринятой формуле для относительных величин. Участие респондентов в исследовании было добровольным. Предварительно они были ознакомлены с целью проведения опроса и условиями соблюдения конфиденциальности персональной информации. Исследование проводилось в два этапа. На первом этапе получены сведения о численности курящих девушек и юношей, их возрастно-половом составе. На втором этапе после информированного согласия на участие в исследовании 468 респондентам была предложена специально разработанная анкета, включавшая 22 вопроса. В доступной форме респондентам были объяснены правила заполнения анкеты. На каждый сформулированный вопрос требовался только один ответ, который респонденты выбирали самостоятельно из числа предложенных вариантов ответа. Перечень вопросов для курящих включал тест Фагерстрема для оценки степени табачной зависимости [10].

Общее количество анкет, пригодных для статистической обработки, анализа и интерпретации

данных, составило 830 единиц (из-за несоблюдения правил заполнения 7 анкет и соответствующее им число респондентов были исключены из выборочной совокупности). В исследовании приняли участие студенты девяти факультетов вуза. Средний возраст респондентов составил  $20,01 \pm 0,83$  лет (минимальный – 18 лет, максимальный – 26 лет). Девушек было 651 (78,43%), юношей – 179 (21,57%).

Статистическую обработку результатов исследования проводили с использованием пакета компьютерных программ Statistica 6.0. При анализе количественных признаков вычисляли выборочное среднее  $\bar{X}$ , минимальное ( $X_{\min}$ ) и максимальное ( $X_{\max}$ ) значения, выборочное стандартное отклонение  $s$ , стандартную ошибку среднего  $s_{\bar{x}}$ . Параметры распределения представлены в виде  $\bar{X} \pm s$ . Достоверность различий между двумя группами оценивали с помощью критерия Стьюдента  $t$ . Различия между группами считали статистически значимыми при  $P < 0,05$ .

При анализе качественных признаков совокупности рассчитывали выборочную долю  $\hat{p}$ , стандартное отклонение  $\sigma$  и стандартную ошибку доли  $s_{\hat{p}}$ . Относительные величины, полученные на выборочной совокупности, указаны в тексте и соответствующих таблицах со стандартной ошибкой ( $\hat{p} \pm s_{\hat{p}}$ ). Для сравнения долей после предварительной проверки соответствия рассматриваемых переменных стандартному нормальному распределению использовали критерий  $z$ . При соблюдении условий применимости нормального распределения определяли доверительные границы изучаемой относительной величины с 95% вероятностью безошибочного прогноза [11].

#### Результаты и обсуждение

Согласно полученным данным, курящими являются 219 девушек и юношей из 830 принявших участие в исследовании студентов университета ( $26,39 \pm 1,53\%$ ). Анализ частоты курения респондентов в зависимости от пола показал, что в настоящее время курит каждая четвертая девушка-студентка и почти каждый третий юноша-студент (табл. 1). Достоверных различий между группами респондентов разного пола по показателю частоты курения нами не выявлено.

Однако детальный опрос 468 студентов на втором этапе исследования свидетельствует о том, что опыт курения табака имеет значительно большее число девушек и юношей. После уточнения анамнеза курения (возраст начала курения, длительность и интенсивность, попытки отказа от курения, их кратность и результат) репрезентативная

Таблица 1

Распределение респондентов по критерию курения и полу<sup>1</sup>

| Признак   | Девушки<br>(n=651) |                               | Юноши<br>(n=179) |                               | Всего<br>(n=830) |                               |
|-----------|--------------------|-------------------------------|------------------|-------------------------------|------------------|-------------------------------|
|           | абс.               | $\bar{p} \pm s \bar{p}, \%$   | абс.             | $\bar{p} \pm s \bar{p}, \%$   | абс.             | $\bar{p} \pm s \bar{p}, \%$   |
| Курящие   | 167                | 25,65±1,71<br>(22,30 – 29,00) | 52               | 29,05±3,39<br>(22,37 – 35,73) | 219              | 26,39±1,53<br>(23,39 – 29,39) |
| Некурящие | 484                | 74,35±1,71<br>(71,00 – 77,70) | 127              | 70,95±3,39<br>(64,27 – 77,63) | 611              | 73,61±1,53<br>(70,61 – 76,61) |

<sup>1</sup> – здесь и в табл. 2–6  $n$  – объем выборки. В столбцах, содержащих относительные величины с ошибкой, в скобках указан 95% доверительный интервал (95% ДИ).

выборочная совокупность подразделена на три подгруппы: курящие на момент исследования, никогда не курившие, курившие ранее (регулярно или эпизодически) либо пробовавшие курить, но бросившие (табл. 2). Как видно из таблицы, в целом опыт курения табака (в прошлом и/или в настоящее время) имеют 2/3 респондентов. С 95% вероятностью безошибочного прогноза можно утверждать, что в генеральной совокупности наличие этого опыта подтвердят не менее 64,83% студентов вуза (но не более 73,21%). Удельный вес курящих на момент исследования и куривших ранее (в сумме) практически одинаков в когорте девушек и юношей. Данный показатель более чем в два раза превышает долю никогда не куривших. Только 30,98±2,14% студентов университета, достигших в среднем 20-летнего возраста, никогда не пробовали курить табак. В то же время 42,74% респондентов отмечают, что курили ранее или пробовали курить, но бросили.

Принимая во внимание тот факт, что потребность в ежедневном курении является одним из ведущих признаков табачной зависимости, нами выделена в подгруппе курящих категория лиц, которые курят каждый день ( $n=53$ ). Их удельный вес составил 46,09±4,65% (95% ДИ 36,88–

55,30%). Затем оценена в баллах и проанализирована интенсивность курения, время закуривания первой сигареты утром после пробуждения, способность воздержания от курения в местах, где оно запрещено, успешность самостоятельных (без помощи врача) попыток отказа от курения. Согласно результатам теста Фагерстрема, 7,55±3,63% студентов, испытывающих потребность в ежедневном поступлении в организм никотина, страдают табачной зависимостью высокой степени (6–7 баллов). Каждый пятый студент университета (20,75±5,57%) из числа ежедневно курящих имеет табачную зависимость средней степени (5 баллов). Следовательно, 28,30±6,19% ежедневно курящих девушек и юношей страдают табачной зависимостью средней и высокой степени. Для 43,40±6,81% респондентов характерна зависимость слабой степени (3–4 балла). У 28,30±6,19% девушек и юношей выявлена зависимость очень слабой степени (до 2 баллов). Представляет интерес тот факт, что более половины (66,04±6,51%) респондентов, курящих ежедневно, неоднократно предпринимали самостоятельные попытки бросить курить, но ни в одном случае они не увенчались успехом. Длительность периода воздержания от курения у подавляющего большинства

Таблица 2

Распределение респондентов в зависимости от наличия опыта курения табака

| Подгруппа респондентов                                                   | Девушки<br>(n = 382) |                               | Юноши<br>(n = 86) |                               | Всего<br>(n=468) |                               |
|--------------------------------------------------------------------------|----------------------|-------------------------------|-------------------|-------------------------------|------------------|-------------------------------|
|                                                                          | абс.                 | $\bar{p} \pm s \bar{p}, \%$   | абс.              | $\bar{p} \pm s \bar{p}, \%$   | абс.             | $\bar{p} \pm s \bar{p}, \%$   |
| Курящие                                                                  | 98                   | 25,65±2,23<br>(21,28 – 30,02) | 25                | 29,07±4,90<br>(19,32 – 38,82) | 123              | 26,28±2,03<br>(22,30 – 30,26) |
| Никогда не курившие                                                      | 120                  | 31,41±2,37<br>(26,76 – 36,06) | 25                | 29,07±4,90<br>(19,32 – 38,82) | 145              | 30,98±2,14<br>(26,79 – 35,17) |
| Курившие ранее или пробовавшие курить, но бросившие                      | 164                  | 42,93±2,53<br>(37,97 – 47,89) | 36                | 41,86±5,32<br>(31,27 – 52,45) | 200              | 42,74±2,29<br>(38,25 – 47,23) |
| Итого:                                                                   | 382                  | 100,00                        | 86                | 100,00                        | 468              | 100,00                        |
| Курящие и курившие ранее или пробовавшие курить, но бросившие (суммарно) | 262                  | 68,59±2,37<br>(63,94 – 73,24) | 61                | 70,93±4,90<br>(61,18 – 80,68) | 323              | 69,02±2,14<br>(64,83 – 73,21) |

(86,84±5,48%) респондентов колебалась от одной недели до одного месяца. Однако проявления синдрома отмены и патологическое влечение к табаку обусловили рецидив, и они возобновили курение. Лишь небольшая часть (5,26%) курящих девушек и юношей, страдающих табачной зависимостью, смогла выдержать отказ от курения в течение одного года, но возникшие проблемы в жизни и стрессовые ситуации обусловили возврат к курению табака. Минимальная продолжительность воздержания от курения после предпринятой попытки бросить курить составила два дня. Такой промежуток времени смог выдержать без поступления никотина в организм респондент мужского пола с высокой степенью табачной зависимости. Полученные нами данные подтверждают основанное на принципах доказательной медицины положение о том, что табачная зависимость является хроническим заболеванием, требующим лечения. Подавляющее большинство курящих, мотивированных на отказ от курения, нуждаются в профессиональной медицинской помощи. В последние годы помощь курящим в прекращении курения стала позиционироваться именно как лечение табачной зависимости, что подчеркивает не только медицинский аспект проблемы, но и ее актуальность.

Количество выкуриваемых студентами университета сигарет в день значительно варьирует (табл. 3). Интенсивность курения табака определяется различными факторами: психоэмоциональным состоянием респондентов, времяпрепровождением в компании курящих друзей, наличием жизненных проблем, потребностью в очередной дозе никотина. Часть респондентов (21,62±3,91%) отмечают, что желание закурить возникает только в курящем окружении, причем количество выкуриваемых сигарет пропорционально длительности совместного времяпрепровождения, зависит от интенсивности курения друзей и нередко – от принятой дозы алкоголя. Основная масса девушек и юношей выкуривает в день менее 10 сигарет (в среднем 5,29±2,30 штук). При возникновении стрессовых ситуаций, обусловленных трудностями с учебой, проблемами в личной жизни, количество выкуриваемых сигарет значительно возра-

стает. По утверждению некоторых девушек и юношей, курение помогает им справиться с последствиями стресса, устранить психоэмоциональное напряжение и расслабиться. В то же время другие респонденты, пытавшиеся изменить свое внутреннее состояние с помощью табака, но не достигнувшие желаемого результата, откровенно называют эти ощущения иллюзией.

Среди ежедневно курящих девушек и юношей 37,77±6,66% выкуривают в день от 11 до 20 сигарет, 9,43±4,01% – более 20 сигарет. По данным опроса, основная часть интенсивно курящих студентов испытывает потребность в курении. Она реализуется независимо от социального окружения.

Подавляющее большинство (85,20±2,38%) девушек и юношей, обучающихся в университете, начали курить в подростковом возрасте. При этом 1/3 студентов вуза приобрела опыт курения табака в периоде раннего пубертата, половина респондентов приобщилась к курению в старшем подростковом возрасте (табл. 4). Установлено, что чем раньше человек начинает курить, тем быстрее формируется табачная зависимость и тем менее успешной является его попытка самостоятельно бросить курить. Анализ ответов респондентов продемонстрировал, что 2,24±0,99% из них впервые попробовали курить табак в дошкольном и младшем школьном возрасте. Инициатива приобщения несовершеннолетних детей к табаку принадлежала в трех случаях из пяти курящим родителям. Каждый восьмой студент университета сделал осознанный выбор, начав курить в возрасте старше 18 лет.

Учитывая возраст начала курения, сочтено целесообразным проанализировать характер субъективных ощущений, которые испытывают начинающие курильщики. Выборка включала респондентов, курящих на момент опроса и куривших ранее или пробовавших курить, но бросивших (n=270). Полученные результаты превзошли ожидания. Более половины (64,07±2,92%) девушек и юношей испытали негативные ощущения (головокружение, тошнота, мышечная дрожь) при выкуривании первой сигареты. Им был неприятен вкус сигареты и запах табачного дыма. Некото-

Таблица 3

Интенсивность курения табака студентами университета

| Число выкуриваемых в день сигарет | Девушки и юноши (n=110) |                               |               |
|-----------------------------------|-------------------------|-------------------------------|---------------|
|                                   | абс.                    | $\bar{p} \pm s$ $\bar{p}, \%$ | 95% ДИ        |
| 10 и менее                        | 85                      | 77,27±4,00                    | 69,35 – 85,19 |
| 11 – 20                           | 20                      | 18,18±3,68                    | 10,89 – 25,47 |
| 21 – 30                           | 5                       | 4,55±1,99                     | 0,61 – 8,49   |



Таблица 4

Распределение респондентов в зависимости от возраста начала курения<sup>1</sup>

| Возраст начала курения | Девушки и юноши (n=223) |                             |               |
|------------------------|-------------------------|-----------------------------|---------------|
|                        | абс.                    | $\bar{p} \pm s \bar{p}, \%$ | 95% ДИ        |
| До 12 лет              | 5                       | 2,24±0,99                   | 0,30 – 4,18   |
| 12 – 15 лет            | 74                      | 33,18±3,15                  | 27,01 – 39,35 |
| 16 – 18 лет            | 116                     | 52,02±3,35                  | 45,45 – 58,59 |
| Старше 18 лет          | 28                      | 12,56±2,22                  | 8,21 – 16,91  |

<sup>1</sup> – здесь и в табл. 5 численность выборки (n) включает курящих на момент исследования и куривших ранее или пробовавших курить, но бросивших.

рые респонденты отмечают головную боль и чувство разбитости, которые сохранялись длительное время после прекращения курения. Для части студентов первый негативный опыт приобщения к табаку послужил веским аргументом против продолжения курения. Абсолютное большинство (82,08±2,15%) бросивших курить по настоящее время испытывают дискомфорт и неприятные ощущения, когда курят окружающие.

Менее трети (27,78±2,73%) респондентов хранят в памяти позитивные воспоминания о первом эпизоде курения. Они отмечают приятные ощущения, легкость в мыслях, расширение чувства свободы и приобретение уверенности в себе после курения. Им понравился вкус и запах табачного дыма. Доля юношей, получивших удовольствие и испытывавших приятные ощущения от первой выкуренной сигареты, в 1,6 раза превышала долю девушек (40,91±7,41% и 25,22±2,89% соответственно,  $P=0,05$ ). У небольшой части (8,15±1,67%) начинающих курильщиков ощущения были индифферентными: курение не вызвало негативной реакции, но и не увенчалось ожидаемым чувством удовлетворения.

Возраст начала курения табака в значительной степени обуславливает его мотивации. Среди побудительных причин начала курения в изучаемой совокупности лидирующими по частоте являются любопытство и желание девушек и юношей соответствовать стандартам поведения курящих сверстников (табл. 5).

Приобщение к табаку (так же, как и к наркотикам, алкоголю) часто происходит в подростковом возрасте в ходе "экспериментирования". Желание испытать новые, непривычные ощущения стало для большинства девушек и юношей побудительной причиной дебюта курения. Характерно, что этот мотив занял в группе девушек приоритетное место среди других причин начала курения и регистрировался у них в два раза чаще, чем в группе юношей ( $P<0,001$ ).

Поиск внешних подтверждений собственной значимости и признания в кругу сверстников, желание избавиться от одиночества и скуки, неумение организовать свой досуг обусловили подражание курящим друзьям и подверженность их влиянию у четверти респондентов (различий в частоте по полу нами не выявлено). Заслуживает внимания тот факт, что начинающие курить девушки и юноши формируют новый стандарт поведения чаще по примеру своих сверстников, чем курящих родителей. Эта закономерность особенно отчетливо прослеживается в группе девушек (23,33±2,73% и 4,17±1,29% соответственно,  $P<0,001$ ). Более того, часть некурящих студенток демонстрировала отказом от курения свой протест против курения родителей и других членов семьи, о чем были сделаны соответствующие комментарии к ответам в анкете. Следует отметить, что из 10 курящих семей, в которых воспитывались начавшие курить девушки, в 6 семьях курили двое и более членов семьи.

Таблица 5

Основные мотивы начала курения табака современной молодежью (по данным опроса студентов университета)<sup>1</sup>

| Побудительная причина                   | Девушки (n=240) |                             | Юноши (n=49) |                             | Всего (n=289) |                             |
|-----------------------------------------|-----------------|-----------------------------|--------------|-----------------------------|---------------|-----------------------------|
|                                         | абс.            | $\bar{p} \pm s \bar{p}, \%$ | абс.         | $\bar{p} \pm s \bar{p}, \%$ | абс.          | $\bar{p} \pm s \bar{p}, \%$ |
| Любопытство                             | 141             | 58,75±3,18                  | 15           | 30,61±6,58*                 | 156           | 53,98±2,93                  |
| Курение друзей                          | 56              | 23,33±2,73                  | 13           | 26,53±6,31                  | 69            | 23,88±2,51                  |
| Стремление уйти от реальных проблем     | 28              | 11,67±2,07                  | 11           | 22,45±5,96                  | 39            | 13,49±2,03                  |
| Курение родителей и других членов семьи | 10              | 4,17±1,29                   | 6            | 12,24±4,68                  | 16            | 5,54±1,35                   |
| Желание быть таким (такой), как все     | 5               | 2,08±0,92                   | 4            | 8,16±3,91                   | 9             | 3,11±1,02                   |

<sup>1</sup> – ответы ранжированы, \* – различия между группами девушек и юношей достоверны ( $P<0,05$ ).

Приобщение к курению отражает стремление каждого пятого юноши и каждой девятой девушки уйти от решения сложных жизненных проблем, изменить свое внутреннее эмоциональное состояние, погрузившись в мир субъективных ощущений, обусловленных токсическим воздействием табачного дыма. Эта побудительная причина начала курения нередко маскирует неспособность сопротивляться трудностям жизни, заниженную самооценку, неумение конструктивно решать возникающие вопросы. Данный факт подтверждает характер ощущений, испытываемых при курении некоторыми респондентами. Так,  $3,11 \pm 1,02\%$  из них утверждают, что после выкуривания первой сигареты они ощутили прилив новых сил, почувствовали свободу и уверенность в себе. Однако часть студентов, бросивших курить после первой попытки курения, справедливо отмечает, что табак создает лишь иллюзию решения проблемы. С этим утверждением нельзя не согласиться. В то же время отсутствие эмоционального удовлетворения, физический и психический дискомфорт после выкуривания первой сигареты могут стать причиной усугубления депрессии, понижения самооценки и уверенности в себе.

Согласно результатам опроса, половина курящих девушек и юношей сожалеют о том, что начали курить. Абсолютное большинство из них осознают, что курение причиняет вред их здоровью. Несмотря на это, каждый четвертый студент вуза продолжает курить. В связи с вышеизложенным, одним из фрагментов исследования является детальный анализ мотиваций продолжения курения табака студентами университета (табл. 6).

Как видно из табл. 6, у одной трети девушек и юношей отсутствует желание бросить курить. Они находят в курении табака больше позитивных аспектов, чем негативных, не задумываясь о будущем состоянии здоровья и болезнях, причинно связанных с курением. Именно опасения за здоровье, ухудшение самочувствия или уже развившиеся болезни являются наиболее частым мотивом к принятию решения об отказе от курения

среди взрослых людей [8]. Каждый десятый респондент подчеркивает отсутствие стимула для отказа от курения.

Ранжирование побудительных причин продолжения курения в период обучения в вузе по частоте наглядно продемонстрировало, что второе место стабильно занимает курение сверстников. Напомним, что для четверти девушек и юношей окружение курящих друзей стало ведущей причиной начала курения табака. Вне всяких сомнений, желание избавиться от одиночества в кругу курящих, добиться признания друзей, приспособившись и подражая им, развивая в себе привычки и качества, которые нравятся курящим сверстникам, может отражать определенные личностные качества индивида и его глубинные внутренние переживания. Девушки и юноши могут испытывать одиночество из-за трудностей установления контакта с некурящими сверстниками в силу низкой самооценки, неуверенности в себе. Курение облегчает контакт с окружающим миром благодаря общности интересов, связующим звеном которых становится совместное выкуривание очередной сигареты. Самостоятельные, уверенные в себе девушки и юноши справляются с одиночеством, ставя перед собой определенные цели, зависящие преодолевают его, полагаясь на внешнюю поддержку. Некоторые респонденты откровенно признаются, что серьезным препятствием для них при принятии решения об отказе от курения являются курящие друзья и алкоголь. Учитывая вышеизложенное, следует подчеркнуть актуальность совершенствования психологической помощи студенческой молодежи, важность тренингов, индивидуальных и групповых занятий по формированию уверенности в себе и избавлению от зависимости.

Почти каждый пятый респондент считает необходимым прибегать к курению при возникновении проблемных ситуаций, для устранения последствий стресса и психоэмоционального пере-

Таблица 6

**Основные мотивы продолжения курения табака в период обучения в вузе  
(по данным опроса студентов университета)<sup>1</sup>**

| Побудительная причина                                       | Девушки и юноши (n=119) |                             |               |
|-------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------------------|---------------|
|                                                             | абс.                    | $\bar{p} \pm s \bar{p}, \%$ | 95% ДИ        |
| Отсутствие желания бросить курить                           | 39                      | $32,77 \pm 4,30$            | 24,25 – 41,29 |
| Курение друзей                                              | 29                      | $24,37 \pm 3,94$            | 16,58 – 32,16 |
| Стрессовые ситуации, жизненные трудности, проблемы с учебой | 21                      | $17,65 \pm 3,49$            | 10,73 – 24,57 |
| Безуспешность попыток бросить курить                        | 13                      | $10,92 \pm 2,86$            | 5,23 – 16,58  |
| Отсутствие мотивации к отказу от курения                    | 11                      | $9,24 \pm 2,65$             | 3,98 – 14,50  |
| Другие причины                                              | 6                       | $5,04 \pm 2,01$             | 1,06 – 9,02   |

<sup>1</sup> – ответы ранжированы

напряжения. За подобным стандартом поведения скрывается, как правило, неудачная модель формирования жизненных навыков: отсутствие опыта преодоления жизненных трудностей, заниженная самооценка, требующая внешних проявлений своей значимости, отсутствие целеустремленности, неумение организовать активный отдых и планировать время.

Одной из причин продолжения курения в период обучения в вузе  $10,92 \pm 2,86\%$  респондентов называют отсутствие результата от самостоятельных попыток бросить курить. При этом часть курящих неоднократно предпринимала попытки отказа от курения, но из-за потребности в поступлении в организм никотина возобновляла его. Следует отметить, что оба признака (безуспешность самостоятельных попыток отказа от курения и потребность в систематическом курении) являются классическими критериями табачной зависимости [9, 12]. Наряду с этим  $83,49 \pm 3,56\%$  курящих девушек и юношей утверждают, что при желании могут бросить курить. Переоценка возможностей самостоятельного прекращения курения табака свидетельствует о том, что курящая студенческая молодежь в большинстве случаев не осознает наличие табачной зависимости и, следовательно, имеет слабую мотивацию к отказу от курения.

## Выводы

1. Частота курения табака среди студентов классического государственного университета составляет  $26,39 \pm 1,53\%$ . В настоящее время курит каждая четвертая девушка-студентка и почти каждый третий юноша-студент вуза.

2. Около половины ( $46,09 \pm 4,65\%$ ) опрошенных курящих студентов вуза испытывают потребность в систематическом ежедневном курении. По данным теста Фагерстрема, более четверти из них страдают табачной зависимостью средней и высокой степени.

3. Подавляющее большинство ( $85,20 \pm 2,38\%$ ) девушек и юношей, обучающихся в университете, начали курить в подростковом возрасте. Основными побудительными причинами дебюта курения явились любопытство, желание соответствовать стандартам поведения курящих сверстников, неумение разрешать жизненные проблемы конструктивным способом.

4. Продолжение курения в период обучения в вузе мотивировано отсутствием желания бросить курить ( $32,77 \pm 4,30\%$ ), влиянием курящего окружения ( $24,37 \pm 3,94\%$ ), желанием уйти от реальных проблем в субъективные приятные ощущения, связанные с курением ( $17,65 \pm 3,49\%$ ), безуспешностью попыток бросить курить без помощи врача ( $10,92 \pm 2,86\%$ ).

## ЛИТЕРАТУРА

1. Заридзе, Д.Г. Курение – основная причина смерти россиян / Д.Г.Заридзе, Р.С.Карпов, С.М.Киселева [и др.] // Вестн. РАМН. – 2002. – №9. – С.40–45.
2. Оганов, Р.Г. Влияние курения на смертность от хронических неинфекционных заболеваний по результатам проспективного исследования / Р.Г.Оганов, А.Д.Деев, Г.С.Жуковский [и др.] // Профилактика заболеваний и укрепление здоровья. – 1998. – №3. – С.13–15.
3. Ezzati, M. Estimates of global mortality attributable to smoking in 2000 / M.Ezzati, A.D.Lopez // Lancet. – 2003. – Vol.362 (9387), No.13. – P.847–852.
4. Proctor, R.N. Tobacco and the global lung cancer epidemic / R.N.Proctor // Nature Reviews Cancer. – 2001. – Vol.1. – P.82–86.
5. Постоляко, Л.А. Некоторые проблемы здравоохранения Беларуси и расширение его социальной базы / Л.А.Постоляко, А.К.Цыбин, И.В.Малахова, А.А.Гракович // Вопросы организации и информатизации здравоохранения. – 2005. – №3. – С.3–9.
6. Benowitz, N.L. Daily intake of nicotine during cigarette smoking / N.L.Benowitz, P.Jacob 3rd // Clinical Pharmacology and Therapeutics. – 1984. – Vol.35. – P.499–504.
7. Lancaster, T. Effectiveness of interventions to help people stop smoking: findings from the Cochrane Library / T.Lancaster, L.Stead, C.Silagy [et al.] // BMJ. – 2000. – Vol.312. – P.355–358.
8. Левшин, В.Ф. Результаты обследования курильщиков, мотивированных на отказ от курения / В.Ф.Левшин, Н.И.Слепченко, В.Г.Дрожжачих, Н.В.Радкевич // Профилактика заболеваний и укрепление здоровья. – 2004. – №4. – С.24–30.
9. Смирнов, В.К. Клиника и терапия табачной зависимости / В.К.Смирнов. – М., 2000. – 96 с.
10. Чучалин, А.Г. Практическое руководство по лечению табачной зависимости / А.Г.Чучалин, Г.М.Сахарова, К.Ю.Новиков // Русский медицинский журнал. – 2001. – Т.9, №21. – С.904–910.
11. Гланц, С. Медико-биологическая статистика: Пер. с англ. / С.Гланц. – М.: Практика, 1998. – 459 с.
12. Дюбокова, Т.П. Табакокурение – вредная привычка или табачная зависимость? / Т.П.Дюбокова // Вопросы организации и информатизации здравоохранения. – 2006. – №2. – С.33–37.

Поступила 02.12.2008 г.