

УДК 378:316.6(061.3)
ББК 74.58:88.5
С56

Рекомендовано
редакционно-издательским советом
ГУО «Республиканский институт высшей школы»
(протокол № 4 от 25 августа 2011 г.)

Рецензенты:
доктор медицинских наук, профессор С. А. Игумнов;
кандидат психологических наук, доцент А. А. Аладьин

Современные подходы в организации работы по сохранению
и укреплению здоровья студентов, профилактике табакокурения
и иного зависимого поведения : материалы междунар. науч.-практ.
конф., Минск, 31 мая 2011 г. – Минск : РИВШ, 2011. – 220 с.
ISBN 978-985-500-486-9.

В издании освещаются современные подходы в организации работы по сохранению и укреплению здоровья студентов, профилактике табакокурения и иного зависимого поведения.

Адресуется педагогическим работникам из числа профессорско-преподавательского состава, научным работникам, организаторам воспитательного процесса и руководителям учреждений высшего образования.

УДК 378:316.6(061.3)
ББК 74.58:88.5

ISBN 978-985-500-486-9

© Оформление. ГУО «Республиканский институт высшей школы», 2011

ТАБАЧНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ У СТУДЕНТОВ КАК ОДНА ИЗ ПРИЧИН ПРОДОЛЖЕНИЯ КУРЕНИЯ В ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ

Т. П. Дюбкова
БГУ, Минск

Актуальность проблемы, обсуждаемой в рамках данной публикации, обусловлена неуклонным увеличением количества курящих девушек и юношей и значительным ухудшением состояния их здоровья в последние десятилетия. Эта тенденция отчетливо прослеживается на территории всех стран постсоветского пространства, в том числе в Беларуси. По официальным данным, опубликованным Министерством здравоохранения в 2005 г., в нашей стране курит 41,6 % населения [1]. Наибольшая распространенность курения табака регистрируется среди рабочих и тружеников сельского хозяйства, за ними следуют учащиеся ПТУ и безработные. Третье место занимают студенты вузов и учащиеся техникумов. Среди мужчин курение распространено больше, чем среди женщин (соответственно 64,1 % и 19,7 %). Самые высокие показатели частоты курения отмечаются среди белорусов в возрасте 20–29 лет. В Беларуси курит 43,6 % молодежи в возрасте 15–19 лет, из них почти 1/3 составляют девушки. Курение табака – одна из основных предотвратимых причин преждевременной смертности населения от злокачественных новообразований, болезней сердечно-сосудистой системы и органов дыхания. В нашей стране ежедневно умирают 42 человека от болезней, причинно связанных с курением. Эти потери составляют 15,5 тыс. человеческих жизней в год. Систематическое курение позиционируется в настоящее время как хроническое заболевание, в основе которого лежит пожизненная табачная зависимость [2]. Основным активным компонентом табака, вызывающим зависимость, является никотин. Критерии табачной (никотиновой) зависимости и ее отличительные черты от курения как вредной привычки изложены автором настоящей статьи в одной из ранее опубликованных работ [3]. По данным В. К. Смирнова, табачная зависимость диагностируется у 90 % людей, курящих табак ежедневно, остальные 10 % имеют привычку к курению [4]. В связи с развитием зависимости лишь около 5 % регулярно курящих мужчин и женщин могут самостоятельно прекратить курение, остальные нуждаются в помощи врача-специалиста.

Цель работы – установить наличие табачной зависимости у курящих студентов классического университета с помощью опросника Фагерстрема и оценить уровень мотивации к отказу от курения. Данная публикация яв-

ляется фрагментом научно-исследовательской работы автора, выполненной в период 2005–2010 гг.

Материал и методы исследования. Для достижения поставленной цели было запланировано поперечное научное исследование методом анонимного опроса (в форме анкетирования) 1800 студентов классического университета. На момент проведения исследования 197 человек отсутствовали, 1577 респондентов согласились принять участие в анкетировании. Они были ознакомлены с целью проведения опроса и правилами заполнения анкеты. Исследование проводилось в два этапа. На первом были получены сведения о численности курящих девушек и юношей, их возрастном-половом составе. На втором этапе респондентам была предложена специально разработанная анкета-опросник для изучения анамнеза курения и готовности к отказу от него. Перечень вопросов для курящих включал тест Фагерстрема для оценки степени табачной зависимости. На каждый сформулированный вопрос анкеты требовался только один ответ, который респонденты выбирали самостоятельно из числа предложенных вариантов ответа. Вопросы были составлены таким образом, чтобы получить возможность уточнения или косвенной перепроверки информации, предоставляемой респондентами. Анкеты, не соответствующие правилам заполнения ($n = 92$), были исключены из выборочной совокупности в процессе обработки данных. Общее количество анкет, пригодных для анализа и интерпретации результатов, составило 1485 единиц. Среди студентов 12 факультетов университета, принявших участие в исследовании, девушек было 1171 (78,86 %), юношей – 314 (21,14 %). Средний возраст респондентов на момент исследования составил $20,04 \pm 0,78$ года. Статистическая обработка результатов выполнена с использованием пакета компьютерных программ Statistica 6.0.

Результаты и обсуждение. Частота курения табака среди студентов классического университета, достигших в среднем 20-летнего возраста, составляет $26,06 \pm 1,14$ %. Анализ частоты курения по полу показал, что в вузе курит в настоящее время четверть девушек-студенток ($25,28 \pm 1,27$ %) и почти треть юношей ($28,98 \pm 2,56$ %). Подавляющее большинство ($85,20 \pm 2,38$ %) респондентов начало курить в подростковом возрасте. Обращает внимание тот факт, что $\frac{1}{3}$ студентов приобрела опыт курения табака в возрасте до 15 лет. Половина девушек и юношей приобщилась к курению в возрасте 15–18 лет, каждый восьмой студент – старше 18 лет.

Среди побудительных причин начала курения лидирующими по частоте являются любопытство ($53,98 \pm 2,93$ %) и желание девушек и юношей соответствовать стандартам поведения курящих сверстников ($23,88 \pm 2,51$ %). Приобщение к курению отражает стремление каждого пятого юноши и каждой девятой девушки уйти от решения сложных жизненных проблем и трудностей, связанных с учебой. Абсолютное большинство ($97,22 \pm 1,94$ %) куря-

щих студентов университета осознает, что курение причиняет вред здоровью. Несмотря на это, каждый четвертый студент вуза продолжает курить. Анализ побудительных причин продолжения курения табака в период обучения в вузе показал, что у одной трети ($32,77 \pm 4,30$ %) девушек и юношей отсутствует желание бросить курить. Второе место среди мотиваций продолжения потребления табака занимает курение сверстников ($24,37 \pm 3,94$ %). Почти каждый пятый ($17,65 \pm 3,49$ %) респондент считает необходимым прибегать к курению при возникновении проблемных ситуаций и для устранения последствий стресса. Каждый десятый ($9,24 \pm 2,65$ %) респондент отмечает отсутствие стимула для отказа от курения. 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. Характерно, что ведущим мотивом ($39,45 \pm 4,68$ %) отказа от курения была просьба любимого или близкого человека прекратить курение в связи с обеспокоенностью состоянием здоровья курящего. Четверть респондентов ($26,61 \pm 4,23$ %) намеревалась проверить отказом от курения собственную силу воли. Каждый седьмой респондент пытался бросить курить, начав заниматься спортом. У части студентов ($11,01 \pm 3,00$ %) отказ от курения был обусловлен ухудшением состояния здоровья. Наличие желания прекратить курение в связи с осознанием вреда для здоровья отмечают лишь $9,17 \pm 2,76$ % респондентов. Следует подчеркнуть, что все вышеназванные мотивы прекращения курения реализуются, как правило, в благоприятном микросоциальном окружении без традиций курения табака. Наличие курящих друзей и совместное времяпрепровождение с ними могут быть провоцирующим фактором возобновления курения табака. Так, $38,53 \pm 4,66$ % студентов назвали курение друзей основной причиной своего возврата к курению. Стрессовые жизненные ситуации и проблемы с учебой обусловили возобновление курения у $11,01 \pm 3,00$ % студентов. Чуть больше четверти ($27,52 \pm 4,28$ %) респондентов испытывали непреодолимое желание закурить, $22,94 \pm 4,03$ % отмечали плохое настроение и самочувствие, которые улучшались при поступлении в организм никотина. Таким образом, половина ($50,46 \pm 4,49$ %) студентов, прекративших курение табака, испытывали проявления абстинентного синдрома. Безуспешность самостоятельных попыток отказа от курения и наличие синдрома отмены являются классическими критериями табачной зависимости. В то же время $83,49 \pm 3,56$ % 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 слабо мотивирована на отказ от курения.

Учитывая, что потребность в ежедневном курении является одним из ведущих признаков табачной зависимости, мы выделили в подгруппе курящих категорию лиц, которые курят каждый день ($n = 125$). Их удельный вес составил $32,30 \pm 2,38$ %. Согласно результатам теста Фагерстрема, $6,40 \pm 2,19$ % респондентов, испытывающих потребность в ежедневном поступлении в организм никотина, страдают табачной зависимостью высокой степени. Каждый шестой ($16,80 \pm 3,34$ %) студент из числа ежедневно курящих сверстников 20-летнего возраста имеет табачную зависимость средней степени. Следовательно, почти четверть ($23,20 \pm 3,78$ %) ежедневно курящих девушек и юношей страдает табачной зависимостью средней и высокой степени. Более чем $\frac{1}{2}$ респондентов ($37,60 \pm 4,33$ %) имеет зависимость слабой степени, у $39,20 \pm 4,37$ % девушек и юношей выявлена зависимость очень слабой степени. Более половины ($60,00 \pm 4,38$ %) студентов, курящих ежедневно, неоднократно предпринимали попытки прекращения курения, но они оказались безуспешными. Длительность периода воздержания от курения у подавляющего большинства 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 ($4,00 \pm 1,75$ %) курящих девушек и юношей, страдающих табачной зависимостью, смогла выдержать отказ от курения в течение одного года. Полученные нами данные подтверждают основанное на принципах доказательной медицины положение о том, что табачная зависимость является хроническим заболеванием, требующим лечения. Лица с табачной зависимостью не могут прекратить курение самостоятельно, они нуждаются в помощи врача. Опрос студентов вуза показал, что $87,50 \pm 3,90$ % девушек и юношей не знакомы с современными программами лечения табачной зависимости. Абсолютное большинство ($91,67 \pm 3,26$ %) студентов не знает, к специалисту какого профиля следует обращаться за помощью в прекращении курения. В связи с этим необходимы образовательные антитабачные программы, специально разработанные для курящей студенческой молодежи с учетом уровня мотивации и готовности к отказу от курения табака.

Выводы.

1. Частота курения табака среди студентов классического университета, достигших в среднем 20 лет, составляет $26,06 \pm 1,14$ %.

2. Потребность в систематическом ежедневном курении испытывают $32,30 \pm 2,38$ % курящих студентов вуза. Почти четверть ($23,20 \pm 3,78$ %) ежедневно курящих девушек и юношей страдает табачной зависимостью средней и высокой степени, для $37,60 \pm 4,33$ % респондентов характерна зависимость слабой степени.

3. Табачная зависимость является одной из стойких причин продолжения курения студентов в период обучения в вузе. В большинстве случаев студенческая молодежь не осознает наличия табачной зависимости и имеет слабую мотивацию к отказу от курения.

Список литературы

1. Некоторые проблемы здравоохранения Беларуси и расширение его социальной базы / Л. А. Постоялко [и др.] // Вопросы организации и информатизации здравоохранения. – 2005. – № 3. – С. 3–9.
2. 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.
3. Дюбокова, Т. П. Табакокурение – вредная привычка или табачная зависимость? / Т. П. Дюбокова // Вопросы организации и информатизации здравоохранения. – 2006. – № 2. – С. 33–37.
4. Смирнов, В. К. Клиника и терапия табачной зависимости / В. К. Смирнов. – М., 2000. – 96 с.

ПРОФИЛАКТИКА НАРКОТИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТИ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Е. И. Сутович

Институт пограничной службы Республики Беларусь, Минск

Исторический анализ данных по распространению наркомании свидетельствует о том, что за последний век эта проблема, являясь когда-то предметом психиатрии, перешла в разряд междисциплинарных, общесоциальных и рассматриваемых на международном уровне. Употребление наркотических веществ и психотропных препаратов сегодня наблюдается среди представителей всех социальных групп, нанося непоправимый ущерб не только здоровью конкретного индивида, но и окружающим его людям, обществу, государству.

Актуальность проблемы наркомании в научном плане подтверждает и количество исследований, проводимых в последнее десятилетие в этом направлении. Так, в психологической науке проблеме профилактике наркомании посвящены работы С. А. Томиловой (2004), А. В. Печерского (2006), В. А. Юренкова (2005) и др. Особый интерес ученых отмечен по вопросу поведения наркозависимой личности в социуме (Ю. В. Аносова (2005), Е. И. Зайцева (2003), Н. Г. Идрисова (2003), А. М. Шишкова (2009), Е. П. Тимофеева (2008), М. Е. Серебрякова (2010)), что связано прежде всего