

СУЧАСНА ІНФОРМАЦІЙНО-ОСВІТНЯ ПРОГРАМА ПРОФІЛАКТИКИ КУРІННЯ СЕРЕД ПІДЛІТКІВ

Грузєва О.В.

Національний медичний університет імені О.О. Богомольця, Київ, Україна

Ключові слова: куріння, поширеність серед підлітків, причини, ставлення до куріння, профілактика, інформаційно-освітні потреби, інформаційно-освітня програма боротьби з курінням.

Актуальність дослідження

Початок III тисячоліття характеризується значним поширенням тютюнопаління в багатьох країнах світу, що є однією з головних причин передчасної смерті дорослих людей від захворювань, викликаних цією шкідливою звичкою. Серед тютюнозалежної патології найбільш частою є рак легень, порожнини рота, стравоходу та інших локалізацій, серцево-судинні хвороби, хронічні захворювання легень і ін. Внаслідок тютюнопаління, тобто від причини, яку можна усунути, щорічно на планеті помирає 5 млн людей. Прогнозується, що до 2020 року в країнах, що розвиваються, кожного року буде померати більше 7 мільйонів людей внаслідок хвороб, пов'язаних з тютюном. Це більше, ніж від малярії, травматизму та поганих умов життя разом узятих. У зв'язку з настільки великими негативними соціальними наслідками тютюнопаління для громадського здоров'я, боротьбу з ним визначено одним з найважливіших напрямів роботи Всесвітньої організації охорони здоров'я. Питання розглядається в альтернативній площині: або куріння, або здоров'я.

Незважаючи на очевидність і переконливу доказовість величезної шкоди куріння для здоров'я населення та економіки країн світу, сьогодні цю шкідливу звичку має значна чисельність населення, у т.ч. підлітки і молодь. Паління підлітків є однією з найважливіших соціальних проблем. У підлітковому віці закладаються передумови для формування в майбутньому залежності від куріння тютюну, що в подальшому негативно впливатиме на здоров'я. Підлітки не в змозі реально оцінити усі загрози куріння для здоров'я, не усвідомлюють розмірів пов'язаної з ним небезпеки. Вони є частими свідками куріння дорослих, а також зазнають тиску з боку однолітків. Іноді, куріння стає результатом цікавості. Заходи, які вживаються для попередження куріння, є недостатніми і мають невисоку ефективність. Вказані явища та їх причини потребують моніторингу, серйозного вивчення та глибокого аналізу для обґрунтування і розробки дієвих програм профілактики куріння. З огляду на це, дослідження поширеності тютюнопаління серед учнівської молоді та визначення ефективних способів і методів його профілактики мають виняткову актуальність.

Мета і завдання дослідження

Метою роботи є обґрунтування сучасної інформаційно-освітньої програми боротьби з курінням серед

підлітків. Завдання дослідження передбачають аналіз даних наукової літератури з питань підліткового тютюнопаління, вивчення масштабів куріння серед учнів загальноосвітніх шкіл, причин цього явища, його особливостей у різних групах, визначення рівня знань учнів з проблем контролю над тютюном, встановлення інформаційно-освітніх потреб з цих питань та розробку програми попередження куріння і надання допомоги у відмові від цієї шкідливої звички.

Обсяги і методи дослідження

Методологія дослідження ґрунтувалася на застосуванні методів системного підходу, контент-аналізу, соціологічного, медико-статистичного і експертного. В якості соціологічного інструментарію було використано спеціально розроблені анкети з вивчення поширеності куріння серед учнів загальноосвітніх шкіл та карти експертної оцінки інформаційно-освітньої програми для учнів загальноосвітніх шкіл.

Анкета була анонімною і містила питання, які стосувалися ставлення школярів до куріння, їх курильного статусу, частоти, віку залучення до цієї звички, мотивації, курильного статусу оточення, знань з проблем тютюнопаління, їх джерел, освітніх потреб тощо.

Карта експертної оцінки інформаційно-освітньої програми для учнів загальноосвітніх шкіл, яку було розроблено з урахуванням результатів проведеного соціологічного дослідження серед школярів, ставила за мету експертизу педагогічним персоналом і фахівцями охорони здоров'я спрямованості та основних положень освітнього курсу з профілактики куріння.

Дослідження проводилося в загальноосвітніх школах м. Києва. Обсяг вибірки становив 1200 осіб, які навчалися в V-XI класах, а також 50 вчителів загальноосвітніх шкіл і 50 фахівців центрів здоров'я та первинної ланки охорони здоров'я. Відгук на анкетування школярів склав 89,3%, на проведення експертної оцінки – 96,0%.

Обговорення результатів дослідження

Результати дослідження свідчать, що проблема поширення куріння у підлітковому середовищі є загальносвітовою. Глобальне дослідження поширеності куріння серед підлітків 13-15 років у різних країнах світу виявило, що в цілому цю шкідливу звичку мають 12% вказаного контингенту. Існують суттєві відмінності між окремими регіонами

світу щодо поширеності підліткового куріння. Найвищий його рівень виявлено в Європі, де показник досягає 21% та в Регіоні Західної частини Тихого океану – 19%. Відносно невисокий середній рівень паління підлітків є характерним для країн Регіону Східного Середземномор'я (7%) та країн Регіону Південно-Східної Азії (10%) [1].

Аналіз статевих особливостей підліткового куріння свідчить, що серед хлопчиків найбільше палять в Папуа-Новій Гвінеї (52,1%), Східному Тиморі (50,6%), Ісландії (39,6%), Мікронезії (36,9%), Малазії (36,3%), Латвії (36,3%), Грузії (35,5%), Литві (33,8%), Білорусі (31,2%). Серед дівчаток високими рівнями поширеності куріння вирізняються Острова Кука (49,6%), Чилі (39,2%), Папуа-Нова Гвінея (35,8%), Чехія (32,7%), Болгарія (31,6%), Латвія (30,2%), Мексика (27,1%), Естонія (26,2%), Литва (25,9%).

За даними ВООЗ у Європейському регіоні палять близько 30% 15-18-річних. З середини 1990-х років поширеність куріння серед молоді у країнах Східної Європи дещо підвищилася, в той час, як у Західній Європі цей показник за такий же період залишався незмінним, а згодом набув тенденції до скорочення. Показники тютюнопаління серед молоді істотно не відрізняються між країнами та субрегіонами. Згідно з глобальним обстеженням тютюнопаління серед молоді, проведеним в п'яти країнах, у т.ч. Фінляндії, Франції, Польщі, Україні, Великій Британії, в яких проживає близько 25% населення Регіону, середній показник куріння у 1999 р. склав 40%, і був на 11% вище, ніж у дорослих [2].

У ході вказаного дослідження було виявлено, що 15-16-річні дівчатка курять більше (25,5%), ніж дорослі жінки (21,5%), про що свідчать порівняльні дані з 13 країн. У дівчаток у віці 16-17 років цей показник був ще вищим (28,3%). У період з 1994 по 1998 рр. поширеність куріння серед дівчаток була меншою або майже такою ж, як серед дорослих жінок. Для чоловіків віковій відмінності за даним показником того ж періоду часу залишалися стабільними – у середньому 29,5% серед хлопчиків і 36% серед чоловіків. Підвищення показників поширеності куріння серед молоді, перш за все, пояснюється їх зростанням у Східній частині Регіону, особливо серед дівчаток. У 1995 р. в країнах Східної Європи курили 18% дівчаток, у той час як в 1999 р. цей показник збільшився до 21%. У Західній частині Регіону поширеність куріння серед хлопчиків і дівчаток є близькою, а в Східній Європі розрив за цим показником між хлопчиками та дівчатками швидко зменшується. В 13 країнах виявлено негативну тенденцію, яка свідчить, що дівчатка курять більше або приблизно стільки ж, скільки і хлопчики.

Вивчення способу життя школярів у розвинених країнах з високим рівнем життя вказує на значну поширеність шкідливих звичок, у т.ч. куріння. Обстеження швейцарських школярів 12-14 років показало, що до 80% з них ризикують стати постійними курцями. Регулярними курцями є 11% американських дівчаток і хлопчиків, які навчаються в VII-XII класах [3]. Серед литовських школярів V-IX класів щодня курять до 20% [4]. Серед школярів Хорватії щодня курять 19,3% хлопчиків та 21,3% дівчаток [5].

За даними російських дослідників частка підлітків-курців коливається на різних територіях і в окремих вибір-

ках. Деякі автори вказують, що поширеність куріння серед учнів освітніх та вечірніх шкіл в містах становить 38,6% у хлопців та 21,6% у дівчат. Основну чисельність успішних школярів (70%) можна віднести до тих, хто курить мало. Середній вік початку куріння підлітків становить 11-12 років. Поширеність куріння серед успішних школярів нижча, ніж серед неуспішних. Куріння більшості підлітків є далеко не сталою звичкою. Значна частка школярів-курців висловлює бажання кинути курити, що необхідно використати при формуванні програм боротьби з тютюнопалінням [6].

Дослідження "Здоров'я школярів та їх поведінка в сфері здоров'я", проведене у Росії за сприяння ВООЗ засвідчило, що серед 15-річних постійно курять 20% хлопчиків і 14% дівчаток. Російські хлопчики починають активно курити в 14 років, у дівчаток цей процес проходить від 13 до 16 років. Відзначено збільшення числа курців у порівнянні з 1993-1994 рр. [7].

За даними Центру моніторингу шкідливих звичок поширеність шкідливих звичок, зокрема куріння, за період з 1991 по 1999 роки достовірно збільшилася за середньоросійськими даними серед міських школярів 15-17 років. Частота куріння збільшилася серед хлопчиків на 10%, серед дівчаток – на 7,5% [8]. Вивчення способу життя школярів м.Волгограда показало, що регулярно курять 31,9% старшокласників обох статей [9]. Обстеження учнів 15-17 років м. Оренбурга виявило такий же відсоток курців-юнаків і суттєво менший показник куріння серед дівчат (7,2%). Висока поширеність куріння характерна і для міських, і сільських підлітків [10]. В Якутії курять 34,2% міських і 49,2% сільських школярів-хлопчиків віком 10-17 років, а також 26,4% і 34,2% дівчаток.

Високою є поширеність куріння серед підлітків м. Москви. Виявлено відмінності в способі життя підлітків, які навчаються в різних типах освітніх установ. Так, серед учнів IX-XI-х класів курять до 30% опитаних обох статей, серед п'ятнадцятирічних вихованців дитячих будинків та шкіл-інтернатів – більше половини [11-12]. Серед підлітків, які навчаються у професійних училищах, поширеність куріння часто перевищує аналогічні дані старшокласників, досягаючи 60-70% серед юнаків і 40-50% серед дівчат [13].

Моніторинг шкідливих звичок серед московських підлітків за період з 1990 по 2006 рр. дозволив виявити дві важливі тенденції в поширеності тютюнокуріння: переважний приріст числа курців серед дівчат, що призводить до згладжування традиційних відмінностей в поширеності куріння серед підлітків різної статі, а також зниження віку початку паління. Тепер 80% курців починають палити до 15 років, тоді як 10-12 років тому таких було вдвічі менше. Основний вік початку куріння змістився на середній шкільний вік – 12-13 років. Цей факт говорить про збільшення курців зі стажем серед учнів старшого підліткового віку, що створює подальші проблеми в боротьбі з тютюнопалінням.

Аналогічні тенденції було виявлено у ході наукових досліджень, проведених в попередні роки в Україні. Результати опитування більше 7,5 тис. підлітків, проведені фахівцями Інституту гігієни та медичної екології ім. О.М. Марзеева, показали, що частка щоденних курців є досить значною

і становить 23,7%, у т.ч. 29,0% серед хлопчиків і 16,3% – серед дівчаток. Встановлено негативні тенденції до стирання традиційних статевих відмінностей у палінні та до зменшення віку початку паління [14].

За період з 1999 року відбулося збільшення числа дітей у віці до 11 років, які вперше спробували курити з 34% до 42% у хлопчиків, у дівчаток – з 11% до 28% [15]. Ці дані підтверджують загальні закономірності поширеності тютюнокуріння в багатьох східноєвропейських країнах. Перший досвід куріння 20-30% школярів України та Білорусі набувають у молодшому шкільному віці до 10 років. До числа постійних курців серед 13-15-літніх можна віднести кожного третього хлопчика і кожен п'яту дівчинку [16-17].

Вивчення поширеності куріння серед молоді м. Харкова, що навчається в закладах різних типів, виявило найвищі показники серед учнів ПТУ (46,5%). В коледжах і ВУЗах рівень куріння був дещо нижчим (25,1% та 26,%). В школах палили 15,8% школярів [18]. Юнаки палили в 1,7 рази частіше, ніж дівчата. Динаміка поширеності куріння є негативною, про що свідчить зростання питомої ваги курців серед молоді з 59,2% у 1999 р. до 64,3% – у 2001 р. і 66,4% – у 2005 р.

За даними вивчення поширеності куріння серед школярів м. Вінниці встановлено, що курять 12,9% 13-річних та 24,2% 15-річних дітей та підлітків [19].

Україна брала участь у проведенні міжнародних опитувань серед підлітків, у т.ч. в Європейському опитуванні учнівської молоді щодо вживання алкоголю та наркотичних речовин (ESPAD), “Здоров'я та поведінкові орієнтації учнівської молоді” (HBSC), Глобальному опитуванні молоді про тютюн (GYTS).

Опитування ESPAD проводилося в Україні в 1995, 1998, 2003 і 2007 рр. [20]. Виявлено, що показник куріння хоча б раз протягом життя статистично вірогідно зріс між 1995 р. та 1999 р. та зменшився в 2007 р.

Опитування HBSC “Здоров'я та поведінкові орієнтації учнівської молоді” проводилося паралельно в багатьох країнах серед дітей трьох вікових груп, а саме 11, 13, 15 років. Україна брала участь в опитуванні у 2001-2002 рр. і 2005-2006 рр. У ході дослідження виявлено, що в країні високою є частка дітей шкільного віку, які оцінюють свій стан здоров'я як поганий, як і в Латвії, Литві і Росії. Україна входить в групу країн з найнижчим рівнем задоволеності життям, висловленим дітьми шкільного віку, разом з Латвією і Литвою та має високі рівні куріння хоча б раз у житті, як і Гренландія, Естонія, Латвія та Литва.

В Україні існують значні гендерні відмінності щодо паління хоча б раз у житті, щотижневого та щоденного паління, поширеність паління серед хлопців вища, ніж серед дівчат. Серед хлопчиків 11 років курять 41,7%, 13 років – 73,8%, 15 років – 88,1%. Дівчата починають курити, в середньому, на два роки пізніше хлопців.

Національний звіт за результатами опитування 2006 р. свідчить, що в період 2002-2006 рр. серед підлітків 11-12 років поширеність куріння як протягом життя, так і на час опитування майже не змінилася [21]. У віковій групі 15-16 років курило 42% хлопців та 26% дівчат. Найбільше щоденно палили першокурсники ПТУ: 46% хлопців і 25% дівчат. Серед хлопців-першокурсників ВНЗ таких було 26%, серед хлопців-десятикласників – 18%. Серед тих, хто вза-

галі курил, частка щоденних курців була різною серед учнів різних класів та закладів: 72% серед першокурсників ПТУ, 55% – серед курців-першокурсників ВНЗ, 50% – серед курців-десятикласників, 40% – серед курців-восьмикласників і лише 15% – серед тих, хто курил у VI класі.

Глобальне опитування молоді про тютюн (Global Youth Tobacco Survey (GYTS), було проведено в Україні в 1999 та 2004 рр. Оскільки вибірки підлітків відрізняються за віком, їх пряме порівняння є некоректним. Частка дітей, які почали курити у віці до 10 років, збільшилася серед дівчаток (з 7,6% до 9,7%), і зменшилася серед хлопчиків (з 28,5% до 25,6%). Молоді дівчата і жінки в Україні зараз мають вищий ризик більш раннього куріння їх першої сигарети, ніж ті, хто народився раніше. Середній вік початку куріння серед жінок зменшувався на 3 роки за кожний 5-річний період часу. Також було виявлено, що як чоловіки, так і жінки мають зараз більший ризик перейти до щоденного куріння, ніж ті, хто почали курити кілька років тому. Діти з молодших вікових груп починають курити раніше, ніж діти зі старших. Ризик раннього початку куріння вищий серед хлопчиків, ніж серед дівчаток, з тенденцією до зрівнювання. Ранній початок куріння пов'язаний з високою поширеністю куріння в школі і курінням батьків [22].

Проведене нами дослідження в загальноосвітніх школах м. Києва виявило значну поширеність куріння серед підлітків. Частка щоденних курців складає 24,5%, у т.ч. 30,9% – серед хлопців і 18,1% – серед дівчат. Ще 22,8% школярів є нерегулярними курцями, які курять 1-2 рази на місяць.

Одним із завдань дослідження було вивчення мотивації підлітків щодо вибору здорового способу життя та непаління. Серед осіб, які не курять, вважають, що це може зашкодити здоров'ю 92,4% респондентів. В 86,5% приклад батьків формує ставлення до цієї шкідливої звички. Велике значення у формуванні негативного ставлення до куріння має позитивний приклад кумирів, відомих особистостей (84,7%). Страх перед можливим звиканням є причиною непаління у 72,6%. Можливість проблем з батьками та з вчителями є стримуючим чинником для 67,1% та 59,3% школярів. Матеріальні міркування визначають курильний статус на 63,3%.

Вивчення інтенсивності куріння засвідчило, що до 5 сигарет в день викурюють 76,6% щоденних курців. Від 6 до 10 сигарет на добу курять 15,2%, від 11 до 20 – 5,9%, понад 20 – 2,3%. Як видно з наведених даних, більшість школярів, які палять, мають відносно незначну інтенсивність куріння. Проте у чверті школярів-курців вона є дуже небезпечною. Як відомо, куріння може закономірно переходити з випадкового у постійне, а потім – в залежне, що негативно позначиться на здоров'ї юнаків і дівчат.

Відомо, що чим раніше підліток почав курити, тим більша ймовірність того, що він стане регулярним курцем, і менша – що кине палити. У зв'язку з цим багато дослідників приділяють велику увагу вивченню причин початку куріння в дитячому та підлітковому віці. Встановлено досить ранній вік першої спроби куріння, який у 60,1% респондентів становив 11 років і молодше, у 31,8% – 12–13 років. Ранній початок куріння у віці, коли підліток ще не в змозі оцінити пов'язаний з ним ризик, часто

призводить до появи тютюнової залежності, яку важко перекласти.

Аналіз соціально-психологічних умов виникнення і поширення куріння є етапом розробки ефективних профілактичних програм. Серед мотивів першої спроби закурити більшість підлітків називали бажання відчувати себе дорослим, за компанію, через цікавість тощо. Причиною подальшого куріння і переходу його в постійну звичку 62,7% опитаних вказали намагання відчувати себе комфортно у компанії курців, 38,5% – через неприємності, 57,4% – наслідування прикладу кумирів, відомих особистостей, 55,9% – наслідування прикладу друзів, 11,6% – неможливість кинути, залежність від тютюну.

Важливу роль у вирішенні проблем підліткового куріння відіграють батьки і родичі школярів. Основою мотивом початку куріння є уподібнення дорослим і курцям-одноліткам. При малому життєвому досвіді та недостатній гігієнічній культурі підлітки орієнтуються на поведінку дорослих і друзів та копіюють її. Найважливішим фактором ризику у них цієї шкідливої звички. Отримані дані свідчать, що поширеність куріння серед батьків школярів, які палять, (62,4% – батько, 17,1% – мати), є суттєво вищою, ніж серед батьків тих школярів, які не палять (41,8% – батько, 8,7% – мати).

Дослідженням виявлено, що підлітки зазнають значного негативного впливу пасивного куріння внаслідок паління дорослих вдома і в громадських місцях в їх присутності. На питання “Чи курять дорослі у твоїй присутності вдома?” позитивно відповіли 46,9% респондентів. Зазнають впливу вторинного тютюнового диму у громадських місцях 71,3% опитаних. Це є прямим порушенням права дітей і підлітків на здорове довкілля та на охорону здоров’я, чинником ризику багатьох хвороб.

Окремий блок питань анкети стосувався оцінки рівня знань школярів щодо впливу куріння на здоров’я. У ході дослідження встановлено, що 78,8% підлітків знають про шкідливість куріння. Проте значна частина опитаних не може визначитися з питаннями дії куріння на організм, на формування певних видів патології. Понад третину опитаних мають хибне уявлення про легку можливість припинення куріння. Половина респондентів не вважає, що куріння погіршує зовнішній вигляд. Знання підлітків про шкоду куріння не відображають суті проблем і є досить поверховими. Неоднозначним є ставлення до куріння. Лише 28,7% школярів вважають куріння неприпустимим. Часто юнаки і дівчата переоцінюють свої знання з проблем здоров’я та чинників ризику для здоров’я. Все це свідчить про недостатню роботу серед учнівської молоді щодо профілактики куріння та про брак вірогідної інформації про його шкоду, невідповідність та неефективність існуючих освітніх шкільних програм з питань тютюнопаління.

На формування здорового способу життя дітей та підлітків може і повинна впливати школа. Закон України “Про освіту” покладає на школи відповідальність за здоров’я учнів, програми гігієнічного навчання і виховання повинні зайняти відповідне гостроті проблеми місце в програмах навчання дітей від молодшого до старшого віку. В даний час питання охорони здоров’я представлено

в недостатньому обсязі в шкільному курсі “Основи безпеки життєдіяльності”, про що свідчить значна поширеність куріння та низький рівень знань про його шкоду для здоров’я.

Серед джерел знань з питань тютюнопаління підлітки найчастіше називали розмови з батьками (52,8%), дорослими (41,6%) та друзями (33,9%), уроки в школі (30,7%). Невисока їх результативність може бути пов’язана з негативним прикладом, який подають батьки-курці, навіть якщо вони осуджують і забороняють куріння дітям, з невисокою неавторитетністю їхньої думки. Перешкоджають формуванню здорового способу життя натиск завульованої тютюнової реклами, несанкціонований продаж тютюнових виробів та за доступними цінами. Значна поширеність куріння у підлітковому середовищі обумовлюється також недостатньою участю педагогічного і медичного персоналу в профілактиці паління, непереконливістю їхніх доказів на користь здорового способу життя та непаління, що потребує пошуку сучасних ефективних форм і методів його попередження.

З огляду на вказане, важливим є розуміння того, чию думку школярі вважають для себе найбільш авторитетною. Результати дослідження свідчать, що для підлітків поряд зі значущістю переконань і настанов вчителів та батьків, досить авторитетним є ставлення до куріння однолітків (63,4%) і старших товаришів (67,9%). Даний факт потрібно ширше використовувати при плануванні запобіжних заходів, залучаючи до профілактичної роботи активістів з числа школярів і студентів, які мають міцні переконання щодо необхідності здорового способу життя та можуть з позицій “рівний рівному” доводити правдиву і вірогідну інформацію про шкідливість куріння до ровесників.

Серед джерел інформації з питань тютюнопаління підлітки віддають перевагу бесідам з товаришами (82,3%), презентаційним матеріалам з мультимедійним супроводом (84,7%), активним заходам з використанням методів навчання, таким як конкурси, театралізовані вистави, вікторини (78,3%), виступам відомих особистостей в засобах масової інформації (79,1%), участі в спортивних і культурних заходах з антитютюновою спрямованістю (85,4%).

Зважаючи на значну поширеність куріння серед підлітків, раннє залучення до цієї шкідливої звички, її негативний вплив на здоров’я, успішність навчання і працездатність школярів, профілактика куріння та боротьба з ним, у т.ч. шляхом підвищення їх обізнаності з вказаною проблемою, є надзвичайно актуальним завданням.

До його вирішення було застосовано системний підхід, який ґрунтувався на результатах власного дослідження з поширеності куріння серед школярів, їхнього ставлення до проблеми, рівня знань та переконань з питань тютюнопаління, мотивації курильної поведінки, джерел інформації та побажань щодо профілактичної інформаційно-освітньої роботи з урахуванням міжнародного, зарубіжного та вітчизняного досвіду.

Було розроблено програму інформаційно-освітньої діяльності з питань тютюнопаління та спеціальний освітній курс для учнів загальноосвітніх шкіл з попередження куріння. Підґрунтям для формування програми стали

основні положення вітчизняних стратегічних програмних документів, у т.ч. Міжгалузевої комплексної програми “Здоров’я нації” на 2002-2011 роки, Державної цільової соціальної програми зменшення шкідливого впливу тютюну на здоров’я населення на період до 2012 р., а також положення міжнародних документів, зокрема стратегії ВООЗ “Комплекс заходів MPOWER”, Європейської стратегії боротьби з тютюном тощо.

Програма ставить за мету сприяння духовному і фізичному розвитку особистості, підвищенню рівня знань з проблем тютюнопаління, умінь і навичок з питань профілактики цієї шкідливої звички. Освітня програма передбачає здійснення освітнього процесу, який включає сукупність ресурсів і власне діяльності, виходячи з цілей, потреб тих, хто навчається, і тих, хто навчає, очікуваних результатів.

Змістова частина програми включає інформаційно-освітній матеріал за низкою тем, що охоплюють питання шкідливості, токсичності тютюнового диму, негативної його дії на організм людини в цілому, окремі органи та системи, комплексу різних порушень стану здоров’я в результаті дії як активного, так і пасивного куріння, несприятливого впливу куріння на розумову діяльність, успішність навчання, на зовнішній вигляд, привабливість тощо. В програмі висвітлено також правові аспекти куріння, економічні проблеми, пов’язані з курінням, питання допомоги у відмові від куріння психологічного та медичного характеру. Реалізація змістової частини передбачає надання повної сучасної нової інформації з різнобічних питань тютюнопаління, розвінчання міфів про нешкідливість цієї звички, про легкість її припинення та про її престижність і прийнятність. При цьому головним завданням є переконання учнів в необхідності і престижності непаління, показ його значних переваг, формування позитивного іміджу здорового способу життя.

Традиційно навчання з питань здорового способу життя та профілактики шкідливих звичок проводиться педагогами, за участі медичних працівників, фахівців з медичної профілактики. Умовами успішної реалізації програми є відповідність осіб, які її здійснюватимуть, вимогам щодо компетентності, професійності, достатнього рівня знань і навичок з профілактики куріння і формування здорового способу життя, вмотивованості та зацікавленості в результатах роботи, відсутності шкідливих звичок. Враховуючи отримані нами дані щодо надання підлітками переваги в бажанні отримувати освітню інформацію від однолітків або близьких за віком людей, ми пропонуємо задіяти у цьому процесі також старших товаришів і ровесників школярів, які мають відповідну підготовку з вказаних питань. Доцільним бачиться залучення до такої роботи студентів вищих медичних навчальних закладів, які прослухали освітній курс “Контроль над тютюном”, пройшли спеціальний тренінг з вказаних питань і мають відповідні знання та вміння здійснення вказаної роботи, а також активістів-учнів з числа слухачів. Як свідчить дослідження, їх думка є досить авторитетною для підлітків. Застосування в процесі такого навчання, поряд з іншим, принципу викладання “рівний – рівному” сприятиме ефектив-

нішому освоєнню школярами профілактичної програми. Адже відомо, що інформація, отримана школярами від однолітків та молодих людей, сприймається підлітками з більшою довірою, ніж від дорослих.

Залучення до реалізації курсу студентів-медиків надасть освітньому процесу відповідної ваги, оскільки молоді викладачі є представниками медичної галузі, які з фахових позицій висвітлюватимуть різнобічні питання контролю над тютюном. Серед бажаних джерел інформації щодо здорового способу життя інформація від медичних працівників займає, як правило, провідні місця.

Розроблена інформаційно-освітня програма для навчання школярів передбачає підвищення їхніх мотиваційно-ціннісних орієнтацій. Тому важливими питаннями є врахування існуючих відмінностей в ціннісних орієнтаціях різних груп підлітків і формування у них розуміння здоров’я як непересічної цінності, що потребує збереження і захисту. При здійсненні інформаційно освітньої діяльності необхідно дотримуватися принципів ставлення до учнів як до особистостей, поваги до їхньої гідності та індивідуальності, співпраці та диференційованого підходу з урахуванням статево-вікових особливостей. Проблема необхідно розглядати у 2 аспектах, а саме плані негативного впливу куріння на здоров’я підлітків і можливості вибору ними альтернативної поведінки, спрямованої на збереження здоров’я.

Реалізація програми профілактики куріння повинна проводитися з урахуванням потреб учнів, будуватися на міжсекторальній основі і реалізовуватися з допомогою сучасних психолого-педагогічних методів. В її основу необхідно покласти сучасні технології навчання, спрямовані на формування здорового способу життя, збереження здоров’я, широкого інформування з різнобічних питань даної проблеми та інтерактивного навчання, групового та індивідуального консультування.

Заняття з профілактики куріння в процесі реалізації інформаційно-освітньої програми можуть проводитися у різних формах, в т.ч. у формі лекцій, бесід, семінарів, тренінгів тощо. Бажаним є використання таких форм як рольові ігри, круглі столи, дебати, запитання-відповіді, конкурси та інші. Відповідно до побажань опитаних респондентів заняття рекомендується проводити за модульним принципом з використанням комплексу сучасних технологій, включаючи отримання усної інформації, застосування аудіовізуальних засобів, друкованих матеріалів, комп’ютерних програм, мультимедійних презентацій тощо. Важливу роль в досягненні цілей профілактичної роботи відіграють наочна агітація, роздаткові матеріали за темою тощо.

Основним завданням програми є підвищення поінформованості школярів з питань тютюнопаління, розкриття механізмів патогенетичної дії тютюнового диму на організм людини, висвітлення як медичних, так і соціально-економічних наслідків куріння для окремого індивідууму, сім’ї, громади, населення в цілому, представлення альтернативи курінню, її переваг.

Кінцевою метою впровадження інформаційно-освітнього курсу з профілактики куріння є отримання учнями достатнього обсягу інформації, усвідомлення основних,

пов'язаних з тютюном проблем та загроз для здоров'я і благополуччя, підвищення рівня знань і розуміння, формування нових установок, закріплення або поява нових переконань, зміна поведінки та способу життя на більш здоровий.

Інформаційно-освітня програма з профілактики тютюнопаління може бути впроваджена в діяльність шкіл, що сприяють здоров'ю. В таких формах проведення інформаційно-освітньої діяльності питання формування здоров'я та здорового способу життя органічно включаються до програми викладання різних предметів, охоплюючи учнів різних класів. Зокрема, для учнів молодших класів освітня програма може бути інтегрована в курс природознавства, для учнів середніх класів – в курс біології та охорони і безпеки життєдіяльності, для старших класів – в курс охорони і безпеки життєдіяльності.

Важко переоцінити роль лікарів у проведенні профілактичної роботи з дітьми підлітками. Проте пріоритети профілактичної діяльності в медичній практиці лікаря залишаються багато в чому декларативними. Разом з тим, в зниженні поширеності тютюнокуріння ефективною формою визнано індивідуальні конкретні поради та рекомендації лікаря. Лікарі, які надають допомогу учням в школах, лікарі дитячих поліклінік і лікарі центрів здоров'я є основною ланкою з профілактичної роботи з учням різного віку. Фахівці центрів здоров'я повинні активніше взаємодіяти зі школами і здійснювати антитютюнове гігієнічне виховання дітей і підлітків, що включає попередження вживання тютюнових виробів, підвищення інформованості про шкоду куріння для здоров'я, а також допомогу в ліквідації звички до паління вже долучився до нього, просвітницьку роботу з батьками. Успішність антитютюнового виховання дозволить досягти дієвих результатів за умови систематичної планованої та комплексної роботи із залученням освітніх та медичних установ і закладів, сім'ї та засобів масової інформації та інших причетних структур. Необхідним є прийняття рішень на державному, регіональному, місцевому рівнях та на рівні окремих закладів освіти, охорони здоров'я щодо дієвої протидії тютюнопалінню та формуванню здорового способу життя.

Результативність впровадження інформаційно-освітньої програми оцінюється за показниками підвищення рівня знань з проблем тютюнопаління, поліпшення вмінь і навичок з його профілактики, підвищення цікавості до даної проблеми, формування нових переконань стосовно цінності здоров'я і необхідності його захисту та зміцнення, задоволеність процесом навчання.

Експертна оцінка інформаційно-освітньої програми викладачами загальноосвітніх закладів та працівниками закладів охорони здоров'я програми засвідчила її відповідність сучасним потребам з гігієнічного виховання і навчання підростаючого покоління, інформування з основних проблем тютюнопаління, психолого-педагогічним вимогам проведення інформаційно-освітнього процесу, стратегічним завданням попередження куріння серед підлітків і молоді. Використання традиційних та нових форм і методів в процесі її реалізації, на думку експертів, дозволить більш ефективно здійснювати профілактику куріння в учнівському середовищі та сприяти припинен-

ню його у тих, хто почав курити. Результати експертної оцінки свідчать про можливість і бажаність її впровадження в навчальний процес.

Реалізація сучасної інформаційно-освітньої програми з профілактики паління в учнівському середовищі сприятиме формуванню ціннісних установок щодо зміцнення здоров'я, профілактики захворювань, необхідності боротьби з курінням та утвердження здорового способу життя.

Висновки. Таким чином, проведене дослідження виявило значну поширеність куріння серед учнівської молоді в Україні, як серед хлопців, так і серед дівчат, що співпадає з тенденціями в країнах СНД та країнах Східної Європи.

Встановлено досить ранній початок залучення курців до цієї шкідливої звички, що є несприятливим в прогностичному плані явищем з точки зору впливу на здоров'я, успішність, працездатність та можливість припинення куріння. Цілком очевидно, що профілактичні програми, спрямовані на формування стійких стереотипів здорового способу життя, повинні впроваджуватися в більш ранніх вікових періодах життя.

Важливе значення у формуванні курильної поведінки підлітків належить сім'ї, де діти вперше дізнаються про куріння і часто стають пасивними курцями. У ході дослідження встановлено зв'язок між курінням батьків та формуванням цієї звички у дітей.

Кількісні зміни в поширеності куріння серед підлітків закономірно переходять у негативні якісні, а саме в збільшення частки підлітків зі сформованою залежністю до куріння. Це обумовлює необхідність реалізації профілактичних програм формування стійких стереотипів здорового способу життя у всіх вікових групах. У підлітків старшої групи, поряд з потребою в сучасних інформаційно-освітніх технологіях, існує необхідність в наданні конкретної допомоги у відмові від куріння за участі психологів та медичних працівників.

Вирішення невідкладного завдання щодо зниження поширеності шкідливих звичок серед підлітків, підвищення їхньої обізнаності з питань профілактики тютюнопаління вимагає міжвідомчої взаємодії, об'єднання зусиль лікарів, педагогів, батьків, соціальних працівників, всього суспільства.

Для успішної роботи з профілактики куріння потрібно є ефективна пропаганда шкоди куріння для здоров'я через засоби масової інформації, освітні та медичні установи, заклади торгівлі, організація вільних від тютюну освітніх і медичних установ і громадських місць, включаючи театри, кіно, спортивні споруди, заклади харчування, інші установи дозвілля і відпочинку.

У ході дослідження встановлено низький рівень знань підлітків про шкідливість куріння, їх поверховість, хибність багатьох переконань, що свідчить про недостатню ефективність існуючих методів профілактики куріння серед підлітків і необхідність пошуку шляхів її удосконалення.

Важливу роль у профілактиці куріння повинні відігравати сучасні інформаційно-освітні програми, які спрямовані на підвищення обізнаності школярів з питань негативного впливу куріння на здоров'я, поширеності хвороб, обумовлених цією шкідливою звичкою, соціальних та

економічних збитків від тютюнопаління, на усвідомлення шкідливості куріння, на формування переконаності молоді в його неприйнятності і непрестижності.

За результатами проведеного дослідження запропоновано інформаційно-освітню програму з профілактики куріння у підлітковому середовищі, яку розроблено з урахуванням сучасних тенденцій поширеності куріння серед школярів, його особливостей, фактичних знань підлітків з проблем паління, їхніх інформаційно-освітніх потреб та побажань щодо форм, методів реалізації освітніх технологій, джерел інформації тощо.

В її основу покладено сучасні стратегії боротьби з курінням, рекомендовані ВООЗ, іншими впливовими міжнародними та національними організаціями, нормативні положення законодавчих актів державного рівня, комплексний підхід до розкриття матеріалу, багатоаспектний розгляд проблем, мотиваційно-ціннісну орієнтацію, застосування принципу “рівний – рівному”, модульний метод викладання з використанням сучасних технологій, у т.ч. інтерактивних.

Впровадження програми в освітній процес з гігієнічного навчання і виховання підлітків і молоді сприятиме ефективній реалізації профілактичного напрямку у вітчизняній охороні здоров'я, збереженню і зміцненню здоров'я підростаючого покоління.

Рецензент: чл.-кор. НАМН України, д.мед.н., професор В.Ф. Москаленко

ЛІТЕРАТУРА

1. *Global Tobacco Surveillance System. The GTSS Atlas / C. W. Warren, S. Asma, J. Lee, V. Lea, J. Mackay. – CDC, 2009. – 112 p.*
2. *Опасное сближение показателей распространенности курения среди европейской молодежи // Доклад о политике по борьбе против табака в европейском регионе.*
3. *Simantov, E., C. Schoen, and J. D. Klein. 2000. “Health-Compromising Behaviors: Why Do Adolescents Smoke or Drink? Identifying Underlying Risk and Protective Factors.” Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine 154:1025-1033.*
4. *Гринене Э.Ю. Состояние здоровья и некоторые аспекты понятия здорового образа жизни подростков г. Каунас // Материалы Вс. научно- практ. конф. с международным участием “Профессиональное гигиеническое обучение. Формирование здорового образа жизни детей, подростков и молодежи”, г. Москва, 15-17 мая 2006 г. – С.43.*
5. *Шубочкина Е.И. Курение подростков как проблема охраны здоровья (<http://www.ecsocman.edu.ru/db/msg/307973.html>)*
6. *Монастырская Н. А., Семькина Л. Д., Бадаева Л. М., Галандарова С. Х. Распространенность курения среди школьников г. Волжского // Профилактическая медицина (Профилактика заболеваний и укрепление здоровья) – 2005. – № 3. – С. 15-17.*
7. *Журавлёва И.В. Здоровье подростков: социологический анализ. Москва. Институт социологии РАН. 2002. – 240 с.*
8. *Скворцова Е.С. Курение среди городских подростков-школьников в России // Материалы конференции “Ситуация с курением табака в России”. – М., 2001. – С. 29-31.*
9. *Давыденко Л.А. Образ жизни школьников крупного промышленного города: оценка риска // Материалы Вс. научно-практ. конф. с международным участием “Профессиональное гигиеническое обучение. Формирование здорового образа жизни детей, подростков и молодежи”, г. Москва, 15-17 мая 2006 г. – М., 2006. – С. 45–46*
10. *Журавлева М.С., Сетко Н.П.. распространённость вредных привычек среди подростков как медико-социальная проблема современного общества // Материалы Вс. научно-практ. конф. с международным участием “Профессиональное гигиеническое обучение. Формирование здорового образа жизни детей, подростков и молодежи”, г. Москва, 15-17 мая 2006 г. – М., 2006. – С. 53–54*
11. *Шубочкина Е.И., Молчанова С.С., Куликова А.В. Образ жизни и его значение в формировании состояния здоровья подростков // Материалы международного конгресса “Здоровье, обучение, воспитание детей и молодежи в XXI веке”, Г. Москва, 12-14 мая 2004 г. – М., 2004. – С.371-372.*
12. *Шубочкина Е.И., Молчанова С.С., Куликова А.В. Курящие подростки как медико-социальная проблема // Материалы X Съезда педиатров России “Пути повышения эффективности медицинской помощи детям”, г. Москва, 8-10 февраля 2005 г. – М., 2005. – С.6 -11.*
13. *Табакокурение детей и подростков: гигиенические и медико-социальные проблемы и пути решения / Под ред. А.А. Баранова, В.Р. Кучмы, И.В. Звездиной. – М.:Гэотар, 2007. – 216 с.*
14. *Полька Н.С., Яцковська Н.Я., Гозак С.В. Поширеність тютюнопаління серед підлітків України // Довкілля та здоров'я. – 2008. – №1. – С.69–73.*
15. *Полька Н.С., Бердник О.В. Медико-социальные аспекты табакокурения Украины // Материалы Вс. научно-практ. конф. с международным участием “Профессиональное гигиеническое обучение. Формирование здорового образа жизни детей, подростков и молодежи”, г. Москва, 15-17 мая 2006 г. – М., 2006. – С.72.*
16. *Даниленко Г.М., Клыгина И.А. Школа как ядро системы формирования здорового образа жизни учащихся // Материалы Вс. научно-практ. конф. с международным участием “Профессиональное гигиеническое обучение. Формирование здорового образа жизни детей, подростков и молодежи”, г. Москва, 15-17 мая 2006 г. – М., 2006. – С.45–46.*
17. *Застенская И.А, Лазарчик Ж.Г., Фарино Н.Ф. К проблеме табакокурения среди подростков // Материалы Вс. научно-практ. конф. с международным участием “Профессиональное гигиеническое обучение. Формирование здорового образа жизни детей, подростков и молодежи”, г. Москва, 15-17 мая 2006 г. – М., 2006. – С.54–55.*
18. *Профілактика поширення наркозалежності серед молоді: Навч.-метод. посіб. / Під ред. В. В. Бурлаки. – Київ: Герб, 2008. – 224 с.*

19. Слєпченко Н.С. Медико-соціальні аспекти тютюнопаління серед підлітків віком 13-16 років // Вісник Вінницького державного мед університету. – 2003. – №7(1). – С. 45–47.

20. Слєпченко Н.С., Мостовий Ю.М. Вивчення показників якості життя підлітків які курять // Ліки України. – 2005. – № 1(90). – С. 85–87.

21. Динаміка поширення тютюнопаління, вживання алкоголю та наркотичних речовин серед учнівської молоді України: 1995, 1999, 2003 роки / О.М.Балакірева, О.О.Яременко, О.Р.Артюх. – К.: Державний інститут проблем сім'ї та молоді, 2003. – 174 с.

22. Контроль над тютюном в Україні. Національний звіт. – К., 2009. – 127 с.

СОВРЕМЕННАЯ ИНФОРМАЦИОННО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ КУРЕНИЯ СРЕДИ ПОДРОСТКОВ

Грузева Е.В.

Национальный медицинский университет имени А.А. Богомольца, Киев, Украина

Резюме. В статье освещены особенности распространенности курения среди подростков в странах мира, Европы и в Украине. Охарактеризованы различия в распространенности этой вредной привычки в разных половых группах. Проанализированы причины курения, отношение подростков к курению. Выявлен уровень знаний подростков по проблемам табакокурения, его профилактики. Установлены информационно-образовательные потребности по вопросам контроля над табаком. Представлена современная информационно-образовательная программа борьбы с курением.

Ключевые слова: курение, распространенность среди подростков, причины, отношение к курению, профилактика, информационно-образовательные потребности, информационно-образовательная программа борьбы с курением.

CONTEMPORARY INFORMATIVE-EDUCATIONAL PROGRAM OF PREVALENCE OF SMOKING AMONG ADOLESCENTS

Gruzieva O.V.

National O. Bohomolets Medical University, Kyiv, Ukraine

Summary. The article highlights features of the prevalence of smoking among adolescents in the world, Europe and in Ukraine. We characterize the differences in the prevalence of this habit in different sex groups. The reasons of smoking, the ratio of adolescents to smoking. Revealed a level of knowledge on adolescent tobacco use and its prevention. With informational and educational needs for tobacco control. Presented current information and educational program against smoking.

Keywords: smoking prevalence among adolescents, causes of, attitudes toward smoking, prevention, information and educational needs, information and obrazovatel'naya program.