

І. С. Рыткис

## К ВОПРОСУ О РАСПРОСТРАНЕННОСТИ И ПРОФИЛАКТИКЕ ТАБАКОКУРЕНИЯ И ТАБАЧНОЙ ЗАВИСИМОСТИ У СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА

Украинский НИИ социальной и судебной психиатрии и наркологии МЗ Украины, г. Киев

**Ключевые слова:** студенты медицинского ВУЗа, табакокурение, табачная зависимость, распространенность, профилактика

Распространенность табакокурения среди молодежи в Украине продолжает оставаться высокой - более 500 тысяч молодых людей ежегодно приобщаются к курению [1;2]. В последние годы, чтобы оградить молодежь от соприкосновения с табаком, со стороны органов государственной власти предпринимается много усилий. Так, в 2006 году Украина ратифицировала Рамочную конвенцию Всемирной организации здравоохранения по борьбе против курения табака, а с 2010 года действует Государственная целевая социальная программа уменьшения вредного влияния табака на здоровье населения, в результате чего в нашей стране наметилась тенденция к уменьшению количества курильщиков. Согласно данным "Глобального опроса взрослого населения о потреблении табака" (GATS) [3], который проводился в рамках сотрудничества правительства Украины с ВОЗ, распространенность ежедневного курения за последние 5 лет снизилась на 13%. Так, среди мужчин старше 18 лет курильщиков уменьшилось с 49% до 46,5%, а среди женщин - с 6,2% до 5,8%. Однако, среди подростков 14-17 лет отмечается увеличение курящих - с 3,6% до 4,3%. Особую озабоченность вызывает то, что многие представители молодого поколения и даже студенты-медики, практикуют безответственное отношение к своему здоровью, не воспринимают его как самоценность и не предпринимают усилий для его сохранения и укрепления [4]. ВОЗ рассматривает здоровье молодежи, посредством ключевых индикаторов, включая табакокурение, которое является одной из основных причин высокой заболеваемости и смертности среди взрослого населения [5-8].

**Цель исследования** - изучить распространенность и интенсивность табакокурения и табачной зависимости среди студенческой молодежи одного из медицинских Вузов страны.

**Материал и методы исследования.** Проведено исследование 1000 студентов 1-6 курсов Донецкого национального медицинского университета им. М. Горького в 2010-2011 гг. При проведении исследования нами были изучены следующие аспекты: формирование привычки табакокурения с анализом побудительных мотивов; отношение курящих к рекламе сигарет и борьбе с курением; изучение потребностей студентов в оказании им медицинской помощи при отказе от курения, а также информирование их о формировании у них табачной зависимости. В работе с изучаемым контингентом использовали социометрический (анкетирование, интервьюирование, тестирование), клинический

и социально-демографический и статистический методы. Социально-демографический метод был применен нами для анализа факторов, влияющих на формирование и течение табакокурения у обследуемого контингента. С целью выявления наличия и степени выраженности табачной зависимости у курящих молодых людей использован тест Фагерстрома [9].

В результате проведенного исследования установлено, что из числа опрошенных студентов никогда не курили  $39,2 \pm 1,5\%$ , а  $55,7 \pm 1,6\%$  курят в настоящее время ( $42,6 \pm 1,6\%$  - ежедневно и  $13,1 \pm 1,5\%$  - редко).

На вопрос о постоянном курении положительно ответили  $62,3 \pm 2,1\%$  юношей и  $57,6 \pm 2,1\%$  девушек. Не курят лишь  $38 \pm 2,1\%$  юношей и  $42,4 \pm 2,1\%$  девушек. Причем из числа тех, кто дал отрицательный ответ в отношении курения в настоящее время  $36,9 \pm 1,7\%$  студенток и  $45,2 \pm 1,8\%$  студентов имели уже определенный опыт или пробы курения.

Установлено, что  $33,2 \pm 1,9\%$  студентов стали курить до учёбы в медуниверситете (в том числе,  $6,2 \pm 1,9\%$  студентов начинали курить с 11 - 12 лет),  $54,8 \pm 2,1\%$  - на первом курсе и  $12,0 \pm 2,1\%$  - на втором. Причинами возникновения привычки к табакокурению студенты называют психоэмоциональные перегрузки, связанные с проблемами в учебной деятельности ( $62,8 \pm 2,0\%$ ), изменение режима жизни, стимуляцию работоспособности ( $53,8 \pm 2,1\%$ ), любопытство и желание «повзрослеть» ( $30,5 \pm 1,9\%$ ), влияние друзей, знакомых, своего ближайшего окружения ( $48,4 \pm 1,7\%$ ), снижение родительской опеки ( $20,2 \pm 1,8\%$ ). Из полученных результатов исследования следует, что подавляющая часть студенческой молодежи пристрастилась к курению в старшем подростковом возрасте, для которого характерны - неустойчивая система ценностей, подверженность внешним воздействиям (особенно негативным), расширение сферы общения и деятельности, приоритет авторитета сверстников над родителями и взрослыми людьми, проблемы «отцов и детей», жажда свободы, желание «все попробовать». В результате систематического курения с юношеского возраста к 23 годам возникает стойкая привычка табакокурения, с которой молодые люди не хотят, а часто, не могут справиться самостоятельно, без квалифицированного вмешательства специалистов. Так, высокая степень табачной зависимости выявлена у  $14,4 \pm 1,5\%$  студенческой молодежи. При этом количество выкуриваемых сигарет составляло от 15-20 до 25 штук в сутки. Курили они как в компании, так и в одиночестве, единовременно выкуривая до 2-3 сигарет,

особенно во время эмоционально-значимых разговоров и переживаний. У 54,7±2,1% студентов диагностирована средняя степень никотиновой зависимости (от 5-7 до 10 сигарет в сутки). Курение происходило как в компании сверстников, так и в одиночестве, когда, по словам студентов, им было необходимо «собраться, сосредоточиться, отвлечься от неприятных мыслей, успокоиться».

27,9±2,1% студентов не имели сильной табачной зависимости – выкуривали до 5-7 сигарет в сутки, причем курение происходило только в присутствии других «за компанию».

Настораживает тот факт, что многие студенты начинают курить в тот момент жизни, когда они не могут оценить риск, связанный с курением, а когда осознают пагубность этой привычки, табачная зависимость является главным препятствием к его прекращению. При этом у студентов, выкуривающих более пачки сигарет в день, можно предположить наличие сформированной табачной зависимости, когда так называемое случайное курение закономерно переходит в привычное регулярное курение, а в последующем - в зависимое. Также нами была отмечена закономерность увеличения процента курящих с увеличением возраста.

Кроме того, обращает на себя внимание рост популярности курения кальяна среди студенческой молодежи. На вопрос о регулярном курении кальяна положительно ответили 23,6±1,5% девушек и 25,6±1,3% юношей. Эпизодически курят кальян соответственно 26,4±1,6% и 25,3±1,4% молодых людей. Из числа некурящих сигареты 23,6±1,8% девушек и 27,5±2,1% юношей регулярно или эпизодически курят кальян.

По результатам исследования, основным источником наиболее доступных и исчерпывающих сведений о вреде курения для курящих и некурящих студентов являются в большинстве случаев родители (48,4±1,9% и 59,7±2,3% соответственно), затем медицинские работники (35,8±1,5% и 49,3±2,1% соответственно) и средства массовой информации (18,2±1,2% и 19,5±1,3% соответственно).

Фактор курения в семье, как один из определяющих моментов начала курения в подростковом возрасте, общеизвестен. Установлено, что ещё в детском возрасте исходным и основополагающим мотивом начала курения является подражание взрослым или курящим сверстникам. Вследствие этого наличие курильщиков в ближайшем окружении школьника, а затем студента, является значимым фактором риска развития у них этой привычки. Полученные данные продемонстрировали, что распространение курения среди родственников и близких курящих студентов значимо выше, чем среди родственников и близких некурящих студентов. Так, у 80,8±1,7% курящих студентов курили отцы и у 30,5±1,9% - матери, тогда как у некурящих студентов отцы курили в 35,9±2,0% случаев и в 8,8±1,2% матери. Кроме того, по нашим данным, только 26,9±1,8% родителей курящих студентов

не знали, что их дети курят.

Нельзя забывать о том, что сегодняшние студенты-медики – это будущее врачи. Трудно переоценить роль врача в первичной и вторичной профилактике табакокурения, особенно в Украине, где традиционно вопросами здоровья призван заниматься именно врач. Вместе с тем, всерьез осуществлять профилактику курения и помочь в отказе от него врач может только в том случае, если не курит сам. Большинство (85,2±2,1%) студентов считают, что медработник должен давать каждому курящему рекомендацию бросить курить. Однако, только 63±1,9% уверены, что такой совет может быть действенным. В процессе консультирования, по мнению студентов, есть определенный гендерный аспект – 40,1±1,7% считают, что пол медработника оказывает влияние на действенность совета. Очевидно, что курение студентов-медиков является значимым препятствием на пути реализации их профессиональных обязанностей в будущем – только 28,4±2,3% некурящих и 32,9±1,8% курящих считают, что совет курящего врача бросить курить пациенту может быть действенным. Зачастую мнение и отношение врачей к вопросам табакокурения определяется не профессиональным, а общественным отношением к этой проблеме. Курение порой рассматривается скорее как социальная привычка, а не как фактор риска тех или иных заболеваний.

Кроме того, студенты показали исключительно низкий уровень знаний в области последствий табакокурения для здоровья, а также области современных методов помощи в отказе от курения – только 69,2±2,1% считают, что курение является доказанной причиной хронических заболеваний и злокачественных новообразований, причем статус курильщика не влиял на этот показатель.

83,5±1,6% курящих и 69,2±2,3% некурящих студентов отметили недостаточный уровень освещения вопроса связи курения с заболеваниями в учебной программе медицинского ВУЗа, а 84,5±1,9% считают, что им требуется больше информации о методах лечения табачной зависимости. Специальные вопросы в унифицированной карте обследования относились к оценке уровня знаний студентов о влиянии активного и пассивного курения на здоровье. При этом существенных различий в уровне соответствующих знаний между курящими и некурящими студентами не обнаружено: о вреде активного курения приблизительно правильно были осведомлены 18,4±1,6% и 22±1,8% опрошенных, тогда как о влиянии на окружающих пассивного курения были информированы только 12,7±1,3% студентов соответственно. Причем процент лиц, одобряющих курение больше среди курящих студентов, чем среди некурящих.

Многие студенты в ходе проведения исследования признавались, что неоднократно пытались бросить курить, однако, этот период был кратковременным, болезненным по ощущениям и сопровождался головными болями, невозможностью сосредоточиться на учебной деятельности, заторможенными реакциями, а

также провокациями со стороны ближайшего окружения.  $65,8 \pm 1,6\%$  девушек и  $52,9 \pm 1,6\%$  юношей говорят о желании бросить курить и только  $40,9 \pm 1,6\%$  студентов готовы участвовать в антитабачных мероприятиях, причем на эту готовность не влияли ни пол, ни курильный статус, ни год обучения. Самостоятельно пытались это сделать  $57,6 \pm 1,4\%$  девушек и  $44,5 \pm 1,1\%$  юношей. На момент обследования за медпомощью по поводу отказа от курения обращались лишь  $2,5 \pm 2,1\%$  девушек и  $1,2 \pm 1,1\%$  юношей.

При анализе причин, препятствующих отказу от табакокурения, установлено, что основной причиной являлось отсутствие желания бросить курить ( $47,2 \pm 2,7\%$ );  $24,7 \pm 1,5\%$  курящих студентов не были убеждены в необходимости отказа от курения,  $17,8 \pm 2,1\%$  курящих лиц не имели достаточно убедительной информации против курения.

Несмотря на то, что большинство студентов медицинского ВУЗа поддерживают ратификацию Украиной Рамочной конвенции ВОЗ по борьбе с курением [10], среди студентов-медиков отмечается очень высокая распространенность курения, низкий уровень знаний в вопросах контроля над табаком, а также готовность к консультированию курящих пациентов в будущей практике. Это требует скорейшего пересмотра принципов обучения студентов медицинских специальностей и самих учебных программ, потому что медицинский работник – часто единственный специалист, который имеет возможность помочь курящему пациенту. Эффективное внедрение Рамочной конвенции ВОЗ по борьбе против табака невозможно при таком негативном отношении самих медиков к своим профессиональным обязанностям.

Полученные данные свидетельствуют о необходимости проведения мониторинга курения и перспективности работы по профилактике этой вредной привычки среди лиц студенческой молодежи. Основываясь на результатах проведенного исследования, опыта отечественных и зарубежных специалистов, а также в целях сохранения и укрепления состояния здоровья следует разработать программу, направленную на противодействие табакокурению. Одним из неотъемлемых аспектов работы является повышение информированности студентов-медиков о последствиях табакокурения, его эпидемиологии и современных методов

лечения. В этой связи перспективным представляется разработка образовательного курса и/или системы обучающих семинаров по вопросам табакокурения и современным методам лечебной помощи в отказе от курения для студентов. Кроме того, необходима разработка и издание информационных и методических материалов по вопросам антитабачной политики и их распространение в клиниках и учебных корпусах всех высших учебных заведений, а так же в студенческих общежитиях и местах общественного питания студентов. С позиции воспитательной работы со студентами необходимо строго динамически контролировать соблюдение Закона Украины «Про заходи щодо попередження та зменшення вживання тютюнових виробів і їх шкідливого впливу на здоров'я населення», а также приказа ректора «Про недопущення тютюнокуріння, вживання алкогольних напоїв та наркотичних засобів на території ДонНМУ» с предоставлением информации в ректорат о нарушении законодательства Украины. По нашему мнению в целях оказания квалифицированной медицинской помощи лицам с табачной зависимостью необходимо при каждом учебном заведении организовать кабинеты психогигиены и психотерапии, а также телефоны доверия.

#### Література:

1. Косарев, В.В. Тенденции формирования и возможные пути профилактики табачной зависимости (по данным эпидемиологических исследований) / В.В. Косарев, С.А. Бабанов // Пульмонология. – 2006. -№ 3. - С. 119-124.
2. Режим доступу: [http://www.who.int/fctc/reporting/global\\_progress\\_report\\_ru\\_rev.pdf](http://www.who.int/fctc/reporting/global_progress_report_ru_rev.pdf)
3. Режим доступу: <http://biz.liga.net/articles/EA100242.html>
4. Устименко О. А. Распространенность курения среди лиц юношеского возраста дальневосточного региона // Современные научно-емкие технологии. – 2006. – № 7 – С. 68-69
5. Танонина К., Бессчетнова О.В. Особенности формирования вредных привычек у студенческой молодежи (по материалам социологического исследования)// Студенческий научный журнал. – 2010. – Т. 1. – № 1. – С. 94-99.
6. Режим доступу: <http://www.ukrstat.gov.ua/>
7. Hajerk P. Introduction: recognition and management of some possible consequences of stopping smoking / P.Hajerk // Curr Med Res Opin . – 2009. – Vol. 25 (2). – P. 509–510.
8. <http://www.rcplondon.ac.uk/pubs/books/nicotine/4-addiction.htm#4>
9. Fagerstrom K.O., Save U. The pathophysiology of nicotine dependence treatment options and cardiovascular safety of nicotine // Cardiovasc. Risk Factors. – 1996. – Vol. 6, № 3. – P. 135-143.
10. Режим доступу: [http://www.who.int/fctc/text\\_download\\_ru/index.html](http://www.who.int/fctc/text_download_ru/index.html)

#### ДО ПИТАННЯ ПРО РОЗПОВСЮДЖЕНІСТЬ ТА ПРОФІЛАКТИКУ ТЮТЮНОПАЛІННЯ ТА НІКОТИНОВОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ СЕРЕД МОЛОДІ

I. С. Риткіс

У статті наведено аналіз розповсюдженості тютюнопаління та нікотинової залежності серед студентської молоді міста Донецька та надані рекомендації стосовно превенції паління та тютюнової залежності серед студентів-медиків.

**Ключові слова:** студенти медичного ВНЗ, тютюнова залежність, розповсюдженість, профілактика

#### TO THE QUESTION ABOUT TOBACCO SMOKING AND NICOTINE DEPENDENCE PROPHYLACTICS AMONG MEDICAL STUDENTS

I. Rytkis

The data of the analysis of the current state of a problem of nicotinic dependence and tobacco smoking in Ukrainian medical students are carried out; the data about prevalence are given.

**Keywords:** students of high educational institution, tobacco addiction, prevalence, prophylaxis