

# The First International Scientific Congress on Social Sciences and Humanities "Ukraine-Europe"



15<sup>th</sup> March 2017

Austria, Vienna



*Nikolaenko Oksana Alexandrovna,  
Vinnitsa National Medical University n. a. M. I. Pirogov,  
Assistant of professor Department Normal physiology  
E-mail: oksana.nikol@inbox.ru*

*Datsyshyn Pavel Trofimovich,  
Vinnitsa National Medical University n. a. M. I. Pirogov,  
Assistant of professor Department Normal physiology  
E-mail: Ferduk@mail.ru.*

*Omelchenko Oksana Danilovna,  
Vinnitsa National Medical University n. a. M. I. Pirogov,  
Assistant of professor Department Normal physiology  
E-mail: oksana12.11.61@gmail.com*

*Gusakova Iruna Viktorovna,  
Vinnitsa National Medical University n. a. M. I. Pirogov,  
Assistant of professor Department Normal  
E-mail: physiology irina@mail.ru*

*Konovalov Sergey Viktorovich,  
Vinnitsa National Medical University n. a. M. I. Pirogov,  
Assistant of professor Department Normal physiology  
E-mail: ksv55-5513@rambler.ru*

### **Smoking among young people. The idea of students**

*Ніколаєнко Оксана Олександрівна,  
Вінницький національний медичний університет ім. М. І. Пирогова,  
кандидат біологічних наук, доцент кафедри нормальної фізіології  
E-mail: oksana.nikol@inbox.ru*

*Дацишин Павло Трохимович,  
Вінницький національний медичний університет ім. М. І. Пирогова,  
кандидат медичних наук, доцент кафедри нормальної фізіології,  
Ferduk@mail.ru.*

*Омельченко Оксана Данилівна,  
Вінницький національний медичний університет ім. М. І. Пирогова,  
кандидат медичних наук, доцент кафедри нормальної фізіології  
E-mail: oksana.nikol@inbox.ru*

*Гусакова Ірина Вікторівна,  
Вінницький національний медичний університет ім. М. І. Пирогова,  
кандидат медичних наук, доцент кафедри нормальної  
E-mail: фізіології, irina@mail.ru*

*Коновалов Сергій Вікторович,  
Вінницький національний медичний університет ім. М.І.Пирогова,  
кандидат медичних наук, доцент кафедри нормальної фізіології,  
E-mail: ksv55-5513@rambler.ru*

## **Паління серед молоді. Думка студентів**

«Здатність вплинути на відмову від паління — головний обов'язок кожного практикуючого лікаря, чий пацієнти палять»

I. I. Чукаєв

Куріння на сьогоднішній день — одна з самих поширених шкідливих звичок і один з головних факторів виникнення серцево-судинних захворювань, які в нашій країні є причиною смерті в 57% випадків.

Україна знаходиться в першій десятці країн світу по вживанню тютюну на душу населення і за темпами росту тютюнопаління. На такому ж рівні і куріння підлітків, та виробництво тютюнових виробів за такими лідерами як Китай, США та Росія. Вживання тютюну в Україні є ведучим фактором ризику для життя і здоров'я населення. Разом з тим, саме паління є однією з найважливіших причин демографічної кризи, щорічно вживання тютюну вбиває близько 100 тисяч українців.

17 листопада 2016 року — Міжнародний день відмови від паління — це чудова можливість звернути увагу студентів на дану проблему, продовжити формування в студентському осередку нетерпиме відношення до паління і недопущення паління в суспільних місцях.

Багаточисельні дослідження вітчизняних і закордонних вчених доводять велику шкоду, яку наносить паління здоров'ю людей. У всьому світі спостерігається зростання кількості осіб, які палять, прилучення до цієї шкідливої звички жінок і молоді. Це викликає велике занепокоєння у працівників охорони здоров'я і суспільства всіх країн.

На даний момент жінки палять так само часто, як чоловіки. Жіноче паління переважає в північній і західній Європі<sup>1</sup>. Всього в світі зараз проживає більше 1,3 млрд. курців і кинути палити без допомоги можуть лише 5% людей і ті після 5–7 спроб. «Цигарки — це костилі до яких легко звикнути, але важко відмовитись». Тільки в США через паління щорічно помирає близько 435000 чоловік. В 1999 році ця цифра сягнула 509000 смертей. В Європі в 2000 році з тієї ж причини загинуло 1,2 млн. чоловік, що складає 24% від всіх смертей у чоловіків і 17% відповідно у жінок<sup>2</sup>. В усьому світі щорічно від паління помирає 5 млн. чоловік, а у 2020 році ця сумна статистика досягне 10 млн. чоловік в рік, якщо сьогоднішні курці продовжать

<sup>1</sup> Никитин К. Н. «О вреде курения» Изд-во «Знание» – Москва, – 1998 г.

<sup>2</sup> Лоранский Д. Н. «Состояние проблемы курения» Изд-во «Знание» – Москва, – 1999 г.



вживати нікотин. Через паління кожні 8 секунд помирає одна людина. Звичайно вони помирають не від самого паління, а від хвороб пов'язаних з ним<sup>1</sup>.

Студентська молодь — це авангард, передова частина молоді, и дуже важливо яку модель поведінки вони оберуть в житті. Здоровий спосіб життя — одна з найважливіших умов здоров'я людини, його професійної діяльності.

Нами було проведено анонімне анкетування 1100 студентів I курсу нашого медичного університету на тему: «Паління і здоров'я». Аналіз результатів опитування студентів на першому етапі показав, що серед опитаних студентів 22% курять і 78% ні. Не дивлячись на те, що більше половини опитаних не палить, 30% залежні від цієї шкідливої звички. При цьому серед тих, хто палить 46% курців залучились до цієї звички у віці до 17 років.

Серед причин, які спонукали студентів до паління можна виділити: з цікавості – 4%, за компанію – 8%, після стресової ситуації – 66%, через проблеми у спілкуванні – 14%. На питання «Скільки цигарок ви випалюєте за день?» отримали такі результати – 89% – 1–10, а 3% – 20 і більше. А простіше сказати: у людини з'являється звичка і залежність.

На другому етапі ми проаналізували відповіді тих студентів, які палять.

Результати відповідей на питання «Чи палять Ваші батьки?» показали, що у 45% опитаних студентів в сім'ї палить один з батьків, у 21% – раніше палили, не палять у 65% опитаних студентів, таким чином у 66% студентів палили чи палять в сім'ї.

«Чи відчуваєте ви особливий потяг до цигарок?» Серед опитаних студентів, які не відчувають потягу до паління 15%, відчувають сильний потяг 42% і вони стверджують, що помірне паління дозволяє їм сконцентрувати свою увагу, а 43% не знають.

Більшість (77,2%) студентів, які палять негативно відносяться до паління. Деякі курці утримуються від оцінки цієї звички, а схвалюють її 9%. В той же час на питання «Чи хотіли б Ви, щоб Ваші діти палили?» Більшість опитаних студентів, а саме 68% відсотків відповіли — ні і лише 4% – так, для 28% це не має значення. На запитання «Чи подобаються Вам особи протилежної статі, які палять?» Отримали такі результати: так відповіло 6% опитаних, ні – 43%, і для 51% опитаних студентів це не має значення.

Паління серед молоді веде до серйозних наслідків не тільки для самого курця, але і для його майбутніх нащадків. Затягуючись ароматним димом цигарки молодь спочатку не задумується над тим, які зміни в організмі викликає кожна затяжка<sup>2</sup>.

Тютюнопаління обходиться дорого не тільки в моральному відношенні цього слова, але і в матеріальному також. Витрати на медичне забезпечення наслідків паління обходяться США в 96 млрд. доларів щорічно і непрямі втрати внаслідок

<sup>1</sup> Костюченков В. Н. и др. Вредные привычки или здоровье – выбирайте сами. – Смоленск, – 2001.

<sup>2</sup> Заикин Н. А. Спасибо не курю!/Н. А. Заикин. – М.:Мол. Гвардия, – 2000. – 174 с.

зниження продуктивності праці ще в 97 млрд.<sup>1</sup> По всьому світі в 2010 році відповідно до оцінок ВООЗ витрати, зв'язані з палінням, сягнули 500 млрд. доларів.

За ініціативою Всесвітньої організації охорони здоров'я, в країнах Заходу розвинена потужна антитютюнова компанія. В зв'язку з цим десятки мільйонів людей у всьому світі кинули палити: в США, Англії, Швеції, Фінляндії тощо<sup>2</sup>. У багатьох країнах видані закони, які забороняють палити підліткам. Лікарі вважають, якщо людству не вдасться зупинити поширення тютюну серед молоді, в кінці кінців паління підлітків призведе до «санітарної катастрофи третього тисячоліття». В нашій країні цей процес знаходиться ще в початковій фазі. На нашу думку, для скорочення кількості осіб, які палять треба застосовувати найрізноманітніші міри: строге обмеження місць для паління, штрафи, видання законів, які б захищали осіб, які не палять від свавілля курців.

Ми вважаємо, що основними напрямками в боротьбі з палінням повинні бути:

- попередження початку паління особами, які не палять;
- ліквідація «пасивного паління»;
- зниження отруйних властивостей тютюнових виробів і шкідливої дії процесу паління;
- припинення паління особами, які палять (відмова від паління, лікування).

При цьому серйозну увагу треба приділяти питанням паління в медичних установах і паління медичними працівниками. Наші ж студенти на запитання «Як Ви ставитесь до лікарів, які палять?» Отримали такі результати: 91% опитуваних студентів не звертає на це уваги, і тільки 9% іде до іншого лікаря. Зараз медичному персоналу забороняється палити під час роботи в присутності хворих і студентів. В подальшому планується добиватись заборони паління працівниками органів і установ охорони здоров'я взагалі. В зв'язку з цим висувається положення, що паління несумісне зі званням і професією лікаря. Треба надіятись, що медики принципово і професійно будуть вести боротьбу з цим злом.

На запитання нашої анкети «Ваше ставлення до думки, що тютюнопаління студентів медичного вузу знижує повагу до них та закладу». Отримали такі результати: 13% опитаних студентів дали стверджувальну відповідь, 34% не погодились з таким твердженням, а ось 53% опитаних студентів вважають, що це немає значення.

Курцю, як правило, важко відмовитись від паління, тим більш що поряд з ним багато людей, які палять. Умовний рефлекс постійно спонукає його продовжувати палити<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> Беляєв И. И. Табак – враг здоровья. Издательство. Медицина. – Москва, – 2001.

<sup>2</sup> Прохоров А. В. «По следу дымящей сигареты» Изд-во «Дрофа» – Москва, – 2004 г.

<sup>3</sup> Курение.//Здоровье, – 2004. – № 8. – С. 70–71.

Першим кроком до успіху є усвідомлення самої проблеми. На жаль, більшість курців, не дивлячись на велику кількість інформації про шкоду нікотину, не вважають паління лихом і легковажно відносяться до його наслідків<sup>1</sup>. Вони вважають, що їх даремно лякають і насправді все не так і страшно. Такі погляди є трагічною помилкою, але розуміють це молоді люди іноді занадто пізно.

Серед осіб, які мають хронічні захворювання, курців майже в тричі більше, ніж серед тих, хто кинув палити. У курців в 46% випадках переважають захворювання шлунково-кишкового тракту, в 50% – захворювання органів кровообігу. На питання «Чи не думаєте, що Ваш стан здоров'я погіршиться через деякий час?» Переважна більшість опитаних студентів, а саме – 59% відповіли так, але 41% – вважає причиною погіршення стану свого здоров'я другорядні фактори. В той же час на запитання «Чи знаєте Ви, що тютюнопаління впливає на репродуктивну систему?» Опитуванні нами 69% студентів дали ствердуючу відповідь, а ось 31% сказали – ні.

Підводячи підсумки, проведеної роботи, ми з впевненістю можемо сказати, що цілі і завдання, які були поставлені нами — досягнуті. За результатами дослідження ми бачимо, що 79% студентів вважають паління небезпечним для здоров'я. Але є студенти, яким важко дати відповідь на дане запитання їх 21%. Результати нашої роботи показують, що студенти задумуються про шкоду зв'язану з палінням, адже 53% студентів хотіли б позбавитись цієї звички. В той же час не хотіли б позбавитись від шкідливої залежності лише 4% студентів. Хочуть кинути, але не найближчим часом 43% студентів. Що ж стосовно до методів боротьби з палінням, то на запитання анкети «Як Ви ставитесь до можливості бути оштрафованим за тютюнопаління?» Отримали такі результати: 7% опитаних нами студентів вважають, що це ганьба, а 53% – дуже шкодують грошей, які сплатять, 40% – взагалі байдуже.

Дюма-син: «Я відклав свою цигарку і поклявся, що ніколи не буду палити. Цієї клятви я дотримався і цілком впевнений, що тютюн шкодить мозку так само, як і алкоголь»<sup>2</sup>.

Цей вислів великої людини про шкідливість паління для дорослих. Що стосується студентів, то треба категорично заявити: розумова праця і паління — несумісні. Паління негативно впливає на успішність студентів. Ця шкідлива звичка веде до сповільнення їх фізичного і психічного розвитку. Стан здоров'я, підірваний палінням, не дозволяє вибрати захоплення і заняття до душі, добитись успіху на обраному шляху. Цигарковий дим тоне легко і швидко, а проблеми, які призвели до цього залишаються. Напевно, до того часу, поки в руках замість цигарок не буде справжньої справи.

<sup>1</sup> Аллен Карр. Легкий способ бросить курить. – Москва «Добрая книга», – 2006.

<sup>2</sup> Мальшева Г.И. Такие вредные привычки. – Москва, – 2005.

Ми ж зі свого боку теж регулярно на заняттях при вивченні фізіологічного стану і роботи різних систем органів обов'язково наголошуємо студентам на шкідливі наслідки пов'язані з палінням. На це направлена і робота кураторів в групах.