

СТАТЬЯ

УДК 613.84

**ФАКТОРЫ И ПОСЛЕДСТВИЯ КУРЕНИЯ
С ПОЗИЦИЙ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ****Ядрищенская Т.В.***ФГБОУ ВО «Тихоокеанский государственный университет», Хабаровск, e-mail: tagir.on-line@mail.ru*

В статье рассматриваются факторы и последствия курения в студенческих группах Тихоокеанского государственного университета, изученные на основе опроса по самостоятельно составленной анкете «Факторы и последствия курения». В результате обработки и анализа ответов студентов были установлены факторы (причины начала) курения в студенческих группах: семейная среда и наследственность, стремление быть принятым в компанию, казаться взрослее, желание облегчить нервно-психическое напряжение. Среди последствий курения с помощью корреляционного метода было обнаружено субъективное ухудшение здоровья за последний год и снижение степени удовлетворенности повседневной деятельностью, настроения. Корреляции с такими показателями по опроснику «Шкала субъективного благополучия», как значимость социального окружения, самооценка здоровья, напряжённость и чувствительность, признаки, сопровождающие психоэмоциональную симптоматику, не позволили выявить достоверных значений. Мы предполагаем, что это связано с тем, что возраст опрошенных студентов от 17 до 24 лет, курящие находятся на самом начальном этапе формирования никотиновой зависимости, поэтому по психоэмоциональному состоянию незначительно отличаются от некурящих. Проведенное исследование необходимо для актуализации сведений о негативных последствиях курения с целью профилактики возникновения этой вредной привычки.

Ключевые слова: табакокурение, факторы и последствия курения, студенческая молодежь, субъективное благополучие, коэффициент корреляции

FACTORS AND EFFECTS OF SMOKING FROM A STUDENT YOUTH POSITION**Yadrishenskaya T.V.***Pacific National University, Khabarovsk, e-mail: tagir.on-line@mail.ru*

The article examines the factors and consequences of smoking in student groups of the «Pacific State University», obtained on the basis of a survey on the self-compiled questionnaire «Factors and consequences of smoking». As a result of processing and analysis of students' responses, the factors (reasons for starting) smoking in student groups were established: family environment and heredity, the desire to be accepted into the company, to appear more mature, the desire to relieve mental stress. Among the consequences of smoking, using the correlation method, a subjective deterioration in health over the last year and a decrease in the degree of satisfaction with daily activities and mood were found. Correlations with such indicators according to the «Scale of Subjective Well-Being» questionnaire as the significance of the social environment, self-assessment of health, tension and sensitivity, signs accompanying psychoemotional symptoms did not allow us to identify reliable values. We assume that this is due to the fact that the age of the surveyed students is from 17 to 24 years old, smokers are in the very initial stage of the formation of nicotine addiction, therefore, in terms of their psycho-emotional state, they are not much different from nonsmokers. This study is necessary to update information on the negative consequences of smoking in order to prevent the emergence of this bad habit.

Keywords: tobacco smoking, factors and consequences of smoking, student youth, subjective well-being, correlation coefficient

Важнейшим фактором здоровья является образ жизни. Несмотря на общеизвестный вред табакокурения, среди взрослого населения Российской Федерации достаточно большое число населения – 39,1% (43,9 млн) являются активными курильщиками табака. Среди мужчин число лиц, имеющих эту вредную привычку, составило 60,2% (30,6 млн), среди женщин – 21,7% (13,3 млн). Около 43% подростков приобретают к табакокурению в возрасте младше 13 лет [1].

По данным опроса каждый год табакокурение в России является причиной смерти от 330 до 400 тыс. чел. При этом трое из четырех умирают в возрасте 35–69 лет. Курение способствует высокому уровню смертности населения России, который в 2,5 раза

выше, чем в странах Европы [1]. Подсчитано, что косвенные потери от курения из-за более низкой эффективности труда и дополнительных потерь от нетрудоспособности курящих составляют 207,5 млрд руб., что соответствует 0,77% ВВП или 21,6% расходов консолидированного бюджета на здравоохранение [2].

В связи с актуальностью данной проблемы общественность, врачи, педагоги, психологи, психофизиологи озадачены тем, что побуждает подростков, взрослых людей к употреблению табачных изделий.

Цель исследования: анализ факторов и последствий курения в студенческих группах для актуализации сведений о негативном воздействии никотиновой зависимости и профилактики табакокурения.

Материалы и методы исследования

Изучение факторов и последствий табакокурения проводилось на базе Тихоокеанского государственного университета, в опросе приняли участие 103 студента в возрасте от 17 до 24 лет, из них 41% юноши и 59% девушки. На основе литературных источников была составлена анкета «Факторы и последствия курения», ответы на вопросы анкеты были переведены в баллы с учетом определенной логики построения задаваемого вопроса.

Для оценки субъективного благополучия студентов была использована методика «Шкала субъективного благополучия» (ШСБ). Определение субъективного благополучия сводится к понятию удовлетворенности жизнью и связывается со стандартами респондента в отношении того, что является хорошей жизнью. Значение понятия субъективного благополучия тесно связано с обыденным пониманием счастья как превосходства положительных эмоций над отрицательными. Это определение подчеркивает приятные эмоциональные переживания, которые либо объективно преобладают в жизни человека, либо человек субъективно склонен к ним [3].

С целью установления влияния факторов курения и их последствий на функциональное состояние респондентов был использован корреляционный метод. Проверка коэффициента корреляции на значимость проводилась с использованием табличных значений с учетом степеней свободы по двустороннему критерию.

Результаты исследования и их обсуждение

Общее количество курящих (недавно бросивших и курящих в настоящее время) в обследуемых студенческих группах в нашем исследовании составило 28%, среди юношей – 41%, среди девушек – 22%. С учетом тех студентов, которые пробовали когда-либо курить, общее количество когда-либо куривших возросло до 42%.

На вопросы анкеты № 3 «С какого возраста вы курите?» и № 4 «Как давно вы курите?» 28% студентов ответили, что достаточно рано, в возрасте 14–17 лет, остальные позже, с 18 лет, и, соответственно, стаж курения у рано начавших курить составляет более 2–3 лет.

В последние годы в России наблюдается отчетливая тенденция к увеличению распространенности табакокурения среди молодежи и более раннему началу регулярного курения. Согласно результатам GATS, около 17% взрослых начинают ежедневно

курить в возрасте моложе 15 лет. Больше всего опрошенных (46,6%) начали курить ежедневно в возрасте 15–17 лет, 14,2% начали ежедневное курение, когда им было более 20 лет. Средний возраст начала регулярного курения – 18,1 года [1]. Таким образом, большинство людей начинают курить в школьном или студенческом возрасте.

Небольшой стаж курения наших респондентов указывает на то, что большинство из них находятся в начальной стадии табачной зависимости, поэтому при ответе на вопрос № 6 «Испытываете ли вы тягу к курению?» большинство студентов ответили, что не сильно.

Интересными, на наш взгляд, оказались ответы студентов на вопрос № 5 «Каковы, по вашему мнению, причины начала курения?». Анализ ответов показал, что наиболее существенными факторами, способствующими возникновению этой вредной привычки, являются: «за компанию», «воздействия стрессов и проблем», «любопытство – попробовать что-то новое», «слабая воля» и меньшее влияние оказывает, по мнению анкетированных, «давление» рекламы, кино, телевидения.

Многочисленные социологические исследования, проведенные с целью определения причин начала курения и тех моментов, которые привлекают молодежь к формированию пристрастия к этой вредной привычке несмотря на множество негативных сторон, показывают, что основные причины начала и продолжения курения, следующие [4–6]:

– снятие напряжения (курение – хороший способ расслабиться, отвлечься от проблем);

– возможность повысить собственный авторитет (в подростковой и молодежной среде курение воспринимается как признак зрелости; считается, что курящим легче найти себе компанию, чем некурящим);

– сплочение группы (подростки считают, что курение сплачивает компанию; легче завязывается разговор; во время курения легче познакомиться с другими ребятами).

Довольно сильным фактором начала курения является курение самих родителей. Если один или оба родителя курят, то возрастает вероятность того, что подросток следует их примеру. И немаловажное значение для начала курения имеет естественное любопытство подростков [5, 6].

Стадия никотиновой зависимости, стаж курения определяет и количество выкуриваемых сигарет в день, это один из вопросов анкеты. В нашем исследовании мы отмечаем, что, несмотря на небольшой стаж курения, курящие студенты выкуривают по

11–15 сигарет в день и количество таких составило 31%. 50% респондентов-курильщиков выкуривают по 6–10 сигарет в день и 19% студентов – по 1–5 сигарет в день.

С количеством сигарет связаны и денежные затраты (вопрос анкеты № 11), коэффициент корреляции между этими показателями составил $r = 0,81465$. Оказалось, что около 33% курящих студентов затрачивают не более 500 руб. в месяц, 33% курящих по 500–1000 руб., 25% курящих студентов тратят в сумме от 1000 до 1500 руб. в месяц, и 8% студентов – более 1500 руб. в месяц. Таким образом, очевидно, что курение – это экономически затратная вредная привычка.

В нашем исследовании мы затронули и вопросы, связанные с ситуациями, когда происходит курение – это вопросы анкеты № 9 и 10. 61% опрошенных ответили, что курят тогда, когда захотят, некоторые не замечают, когда это происходит, малое количество ответили, что после еды и перед сном. Необходимо заметить, что курение до завтрака, перед сном является определенным ритуалом, стереотипом поведения, который вырабатывается через несколько лет после начала курения и отражает уже более выраженную никотиновую зависимость. Наши респонденты находятся на первой стадии с неустоявшимися стереотипами курительной привычки.

Подсчет результатов на вопрос анкеты № 13 «Беспокоят ли вас предупреждающая надпись и фотография на пачке сигарет?» показал, что большинство опрошенных курящих и некурящих студентов отвечают утвердительно. Результаты ответа на вопрос анкеты № 14 продемонстрировали, что 97% респондентов от всех опрошенных студентов знают о негативных последствиях курения, прежде всего вызывающего ухудшение состояния здоровья.

При ответе на вопрос № 15 «Курят ли ваши родственники?» были получены следующие результаты: 19% опрошенных заявили, что курят оба родителя, 33% ответили, что курит один из родителей, 12,5% отметили, что курят брат или сестра, 16% – дедушка или бабушка и, наконец, 28% студентов заявили, что из ближайших родственников никто не курит. При сопоставлении ответов курящих студентов на этот вопрос было установлено, что 90% из них имеют курящих родственников и только 10% ответили, что в их семье никто не курит. Первая группа распределилась следующим образом: 45% ответили, что в их семье курят оба родителя, 16% – один из родителей курит, и 27% ответили, что курит брат или сестра. Таким образом, полученные данные в определенной степени сви-

детельствуют о том, что, с одной стороны, никотиновая зависимость (как одна из форм аддиктивного поведения) может зависеть от наследственных факторов, с другой стороны, наличие этой вредной привычки в семье формирует стереотип поведения, традицию, которая легко усваивается молодым поколением. Определенная зависимость между наличием тяги к курению и курящими родственниками была установлена с использованием коэффициента корреляции ($r = 0,278$, при $p < 0,05$).

Следующие вопросы анкеты были связаны с влиянием курения на функциональное состояние, работоспособность. Необходимо отметить, что практически все (97%) курильщиков отмечают отсутствие изменений физической и умственной работоспособности после выкуривания сигарет. Возможно, такие ответы связаны с тем, что стаж табакокурения у молодых людей небольшой, не более 3 лет. Тем не менее необходимо напомнить, что 23% курящих студентов отвечают, что выкуривают(ли) 11–15 сигарет в день! 54% отметили, что выкуривают 6–10 сигарет в день. Возможно, в силу молодого возраста компенсационные и регенерационные резервы организма еще велики, поэтому особых изменений в работоспособности и в своем функциональном состоянии курящие студенты не наблюдают.

При ответе на вопрос «Каковы ваши ощущения после выкуривания сигареты?» 25% студентов этой группы отмечают улучшение эмоционального состояния после курения, никто из курящих респондентов не указывает на ощущение прилива сил или, наоборот, на слабость, одышку. Мы предполагаем, что наши респонденты, в силу их молодого возраста, находятся на первой стадии никотиновой зависимости, когда симптомы абстиненции еще не выражены достаточно сильно и проявляются в основном на эмоциональном уровне. Тем не менее анализ ответов на вопрос «Чувствуете ли вы ухудшение вашего состояния здоровья за последний год?» показывает, что 44% опрашиваемых курильщиков (бывших и настоящих) утверждают, что за последний год их состояние здоровья незначительно ухудшилось, в то время как среди некурящих таких ответов зарегистрировано не было.

Вопрос № 22 звучал «Не курить – это... продолжите фразу». Анализ результатов ответов студентов на этот вопрос показал следующее: в приоритете ответов беспокойство по поводу ухудшения материального положения, что очень важно для молодых людей – «Не курить – это не тратить деньги». На втором месте по ценности – здоровье: «Не курить – значит быть здоровым».

Далее следуют такие ответы, как «Не засоряя окружающую среду», «Иметь здоровое потомство». Один, видимо заядлый курильщик, ответил: «Не жить нормально».

Одной из задач нашего исследования явилось выяснение коррелятивных взаимодействий между полученными результатами по никотиновой зависимости с факторами, которые её вызывают, а также с последствиями влияния курения на физическую, умственную работоспособность, состоянием здоровья, экономическими затратами на покупку сигарет (таблица).

Положительные корреляционные взаимодействия в нашем исследовании были обнаружены между наличием в семье курящих родственников и возникновением никотиновой зависимости у студентов (таблица).

значимость социального окружения, самооценка здоровья (по этой методике), напряжённость и чувствительность, признаки, сопровождающие психоэмоциональную симптоматику, не позволили выявить достоверных значений. Мы предполагаем, что это связано с тем, что возраст опрошенных студентов от 17 до 24 лет, курящие находятся на самом начальном этапе формирования никотиновой зависимости (если не бросят), поэтому по психологическим показателям мало чем отличаются от некурящих.

Заключительным вопросом нашей анкеты был вопрос «Как вы думаете, что нужно предпринять, чтобы молодые люди и подростки не начинали курить?». Анализ результатов ответов студентов на этот вопрос показал следующее: большинство студентов считают, что главную роль в возникно-

Достоверные значения с учетом доверительного интервала коэффициента корреляции r между стажем курения и другими показателями анкеты «Факторы и последствия курения» ($n = 103$)

Показатели ответов на вопросы анкеты	Стаж табакокурения	Тяга к курению	Количество выкуриваемых сигарет
Тяга к курению (степень никотиновой зависимости)	0,42113**	—	—
Количество выкуриваемых сигарет	0,75525***	0,67541***	—
Частота курения	0,72066***	0,82455***	0,86101***
Сумма затрат на покупку сигарет	0,93824***	0,47994***	0,81465***
Попытка бросить курить	0,31710*	—	—
Курят ли родственники	—	0,27842*	—
Ухудшение состояния здоровья	—	0,76641***	0,84670***
Анкета ШСБ – степень удовлетворенности повседневной деятельностью	—	-0,28208*	—
Анкета ШСБ – изменение настроения	—	-0,23506*	—

Примечание. * – достоверные значения коэффициента корреляции при $p < 0,05$;

** – достоверные значения коэффициента корреляции при $p < 0,01$;

*** – достоверные значения коэффициента корреляции при $p < 0,001$.

Сопоставление результатов ответов студентов на вопросы анкеты «Шкала субъективного благополучия» и данных, полученных при обработке нашего опросника, было установлено, что достоверные значения коэффициента корреляции наблюдаются только для суммарного значения «степень удовлетворенности повседневной деятельностью» и «наличием тяги к курению», а также между «наличием тяги к курению» и «выраженными изменениями настроения», что указывает на то, что у курящих студентов в сравнении с некурящими более выражен пессимистический фон настроения. Оценка значений коэффициента корреляции основных показателей курящих с другими показателями ШСБ, такими как

вении пристрастия играют родители. «Родителям перестать курить, больше внимания уделять детям» – так звучит этот ответ и было получено 50% утвердительных ответов. Далее рейтинг ответов был выстроен следующим образом: «Прекратить производство сигарет»; «Формировать привычку к здоровому образу жизни с дошкольного возраста»; «Ограничить продажу сигарет»; «Повысить цену на сигареты»; «Проводить мероприятия о здоровом образе жизни в школе и вузе».

Заключение

В ходе проведенного исследования на основе анализа ответов студентов Тихоокеанского государственного университета на

вопросы анкеты «Факторы и последствия курения» и опросника «Шкала социального благополучия» были установлены следующие выводы:

1. Общее количество курящих студентов в обследуемой выборке составило 28%, что меньше среднестатистических значений в РФ среди взрослого населения [1]. Количество курящих юношей в 2 раза больше, чем таковых среди девушек.

2. Большинство опрошенных студентов начали курить в студенческие годы. Главными причинами начала курения называют: приобщение к социальной группе, снижение негативного влияния стрессов, воздействие семейной среды – наличие курящих родителей.

3. Все опрошенные студенты осведомлены о негативном влиянии табакокурения на организм человека, однако в большей степени среди последствий курения обеспокоены денежными затратами, нежели ухудшением состояния здоровья. В среднем траты на покупку табачных изделий у курящих составляют более 1000 руб. в месяц.

4. Оценка взаимосвязи между курением и показателями функционального состояния (умственной и физической работоспособности) и социального благополучия позволила обнаружить достоверные значения коэффициента корреляции только с ухудшением состояния здоровья и изменением настроения в пессимистическую сторону за последний год. Предполагаем, что незначительные взаимодействия между этими исследуемыми показателями объясняются небольшим стажем курения и, соответственно, невыраженными изменениями в функциональных системах организма у опрошиваемых курильщиков.

5. Решение проблемы прекращения курения среди молодежи охватывает широкий круг задач, направленных в первую очередь

на формирование привычки к здоровому образу жизни, что подчеркивают и сами студенты, отмечая при этом, что воспитание должно начинаться в дошкольном возрасте и главную роль в этом играют родители, семейная среда. В 2013 г. в Российской Федерации был принят и вступил в силу федеральный закон № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака», в котором излагается перечень мер, направленных на ограничение употребления никотинсодержащей продукции, что является существенным вкладом в реализацию государственной политики в борьбе с курением [7].

Список литературы

1. Глобальный опрос взрослого населения о потреблении табака. Российская Федерация, 2009. [Электронный ресурс]. URL: http://www.who.int/tobacco/surveillance/ru_tfi_gatsrussian_countryreport.pdf. (дата обращения: 08.12.2020).
2. Борисов К.Н. Курение – опасный вирус для экономического развития России // Мир (модернизация, инновация, развитие). 2014. № 17. С. 92–96.
3. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Изд-во Института психотерапии. 2002. С. 467–470.
4. Крючкова А.В., Семьнина Н.М., Стасюк О.Н., Кондусова Ю.В. Табакокурение среди студентов как актуальная социальная проблема // Альманах мировой науки. 2016. № 11. С. 65–67.
5. Данилова Л.К., Демко И.В., Петрова М.М., Каскаева Д.С., Черняева М.С., Солдатова А.В. Распространенность табакокурения среди студентов высших учебных заведений г. Красноярска // Сибирское медицинское обозрение. 2014. № 6 (90). С. 64–67.
6. Jiang G., Aldamer S., Bendania A. Smoking behaviour among male students in a Saudi University. East Mediterr Health Journal. 2018. Vol. 24. No. 5. P. 411–418.
7. Федеральный закон от 23.02.2013 № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака». [Электронный ресурс]. URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/70221478/> (дата обращения: 08.12.2020).