

УДК 613

***ФАКТОРЫ РИСКА ОПАСНОГО И ВРЕДНОГО ПОТРЕБЛЕНИЯ
АЛКОГОЛЯ СРЕДИ СТУДЕНТОВ***

Губаева К. А.-Т.

студент,

Ижевская государственная медицинская академия

Ижевск, Россия

Хадиева А.Р.

студент,

Ижевская государственная медицинская академия

Ижевск, Россия

Толмачев Д.А.

д.м.н. профессор,

Ижевская государственная медицинская академия

Ижевск, Россия

Аннотация

В данной статье исследуются факторы риска опасного и вредного потребления алкоголя среди студентов. В работе анализируются причины, которые способствуют развитию алкоголизма среди молодежи и выявляет наиболее значимые факторы риска, такие как возраст, пол, социальное окружение и уровень образования. В исследование были включены 80 студентов, которые обучались на 4-5 курсах в 2023 году.

Ключевые слова: алкоголь, факторы риска, студенты

***RISK FACTORS FOR DANGEROUS AND HARMFUL ALCOHOL
CONSUMPTION AMONG STUDENTS***

Gubaeva K. A.-T.

student,

Izhevsk State Medical Academy

Izhevsk, Russia

Khadieva A.R.

student,

Izhevsk State Medical Academy

Izhevsk, Russia

Tolmachev D.A.

M.D. Professor,

Izhevsk State Medical Academy

Izhevsk, Russia

Annotation

This article examines the risk factors of dangerous and harmful alcohol consumption among students. The paper analyzes the causes that contribute to the development of alcoholism among young people and identifies the most significant risk factors such as age, gender, social environment and educational level. The study included 80 students who were enrolled in 4-5 courses in 2023.

Keywords: alcohol, risk factors, students

Употребление алкоголя имеет тяжелые медицинские, социально-психологические, психологические и юридические последствия и экономический характер. Поэтому ВОЗ разрабатывает свою глобальную стратегию сокращения вредного спиртного 2010 года, которая направлена прежде всего на повышение осведомленности об этом факторе риска, рассмотрела вопрос о низкой эффективности мер, принимаемых для профилактики и борьбы со злоупотреблением выпивкой [1]. В частности, он предусматривает введение странами-участницами терминов "опасное" - алкогольная продукция представляет риск для здоровья человека и "вредное" употребление алкоголя (вред уже нанесен). В малых дозах алкоголь может действовать как стимулятор, помогая снять напряжение в мышцах и способствуя расслаблению. Однако проблема заключается в том, что многие люди не могут контролировать свое потребление и удержаться на уровне

умеренных доз. Когда доза алкоголя увеличивается, его действие становится прямо противоположным. Большие дозы алкоголя могут вызвать депрессию, подавляющее воздействие на психику и волю человека, а также привести к потере интереса к жизни. Это может привести к серьезным проблемам со здоровьем и социальным последствиям. Наряду с распространением знаний о принципах здорового образа жизни, стоит активно пропагандировать осознанное и ответственное отношение к употреблению алкоголя [1]. Важно помнить, что умеренное потребление алкоголя может быть приемлемым, но только при соблюдении определенных границ и осознанном подходе. Регулярные меры самоконтроля и образование о вреде чрезмерного употребления алкоголя должны стать неотъемлемой частью нашей культуры и образа жизни. Также стоит обратить внимание на то, что существуют альтернативы алкоголю, которые помогают расслабиться и снять напряжение, не нанося вреда здоровью. Например, занятие спортом, медитация, чтение или прогулки на свежем воздухе могут быть эффективными способами релаксации и отдыха. В целом, осознанное и ответственное отношение к употреблению алкоголя является важным аспектом здорового образа жизни. Распространение информации о последствиях чрезмерного употребления алкоголя и альтернативных способах расслабления поможет людям принимать осознанные решения и заботиться о своем физическом и психическом благополучии [4].

Цель настоящего исследования – разобрать факторы риска опасного и вредного потребления алкоголя в молодежной среде (на контингенте учащихся ФГБОУ ВО ИГМА Минздрава России).

Задачи исследования:

- 1) Изучить проблему потребления алкоголя у студентов ФГБОУ ВО ИГМА Минздрава России
- 2) Рассмотреть движение статистических показателей в данном разделе. Проанализировать современную терминологию по проблеме;

В рамках исследования изучены социальные и медицинские особенности студентов медицинских вузов по поводу их употребления алкоголя. В данной работе мы провели сравнение опросника АУДИТ среди 80 учащихся, обучающихся в 4-5 курсах 2023 года. В результате исследования мы обнаружили важную роль социального давления влияния среды, которое побуждает студентов принимать алкоголь. Многие студенты ощущают

стремление "расслабиться" в компании и другие подобные факторы, что побуждает их употреблять горячие напитки [2].

Когда алкоголь воспринимается человеком как источник радости, веселья, эйфории и другие положительных ощущений, он пьет, чтобы расслабиться, провести время, сблизиться с новой компанией или коллективом, снять стресс. В дальнейшем пациент начинает искать поводы для употребления, пока не перейдет к одиночному приему этанола, что приведет к алкогольной зависимости [1].

Последствия алкоголизма – это комплексная угроза не только физическому здоровью, но и личности, психике, социализации, а именно:

- полная изоляция от социума
- разрушение всех отношений – вплоть до семейных
- интеллектуальная и личностная деградация
- поражение жизненно важных органов вплоть до развития жизнеугрожающих состояний (инфарктов, инсультов и т.д.)

Это подтверждает наше исследование, показывающее, что алкоголь выполняет коммуникационную функцию у абитуриентов, помогая им завязывать отношения и поддерживать разговор в компании.

Также в нашем исследовании были выявлены существенные различия между гендерами в употреблении спиртного. Юноши были более склонны к алкоголю, чем девушки. Каждый четвертый молодой человек употребляет спиртное в опасных и вредных количествах. Однако в последние десятилетия употребление горячих напитков в женщинах заметно увеличилось, и таким образом, необходимо также обратить внимание на эту проблему. Стоит отметить, что женский алкоголизм развивается в короткие сроки, сопровождается стремительной психической деградацией и быстрым разрушением внутренних органов [2].

Исходя из этого подтверждается важность изучения факторов риска, связанных с потреблением алкоголя среди студентов медицинского вуза. Социальное давление и гендерные различия играют значительную роль в определении объема и характера потребления спиртных напитков.

Понимание данных факторов позволит разработать эффективную стратегию профилактики и устранения проблем алкоголя, особенно для

студентов, находящихся на стадии формирования своих привычек и образа жизни. Разделить группы респондентов на зоны риска, относящиеся к потреблению алкоголя, исходя из количества набранных баллов в ответе на тест оценки риска употребления алкоголя (AUDIT), в % (Таб.1)

Таб.1 Разделение групп респондентов по зонам риска, связанным с потреблением алкоголя

Зона	Баллы	Описание	Парни	Девушки	Всего
1	0	вообще не пьющие	15,2%	25,4%	21,9%
2	1-7	вероятность алкогольной зависимости	58,2%	67,5%	64,2%
3	8-19	вредное потребление	24,5%	6,5%	12,8%
4	20 и более	возможная зависимость	2,1%	0,6%	1,1%

Проведенные исследования показали, что 13,6% парни и 3,0% девочек превышали границы безопасной потребления в течение недели. Подавляющее большинство случаев это превышение обусловлено питьем водки или водки, а также другими алкогольными напитками. Употребление спиртного девушками, по опроснику AUDIT [3], составило 1,0 л/год («разброс» 0,86; 1,14), в то время как юношами - 3.0 л/год (2,67;3,33). По данным ВОЗ, измеренное в литрах чистого этанола на душу населения (в возрасте 15 лет и старше) составляет 11,5 л/год. Девушек 1,1% и 7,1% юношей, принявших участие в нашем исследовании. Оказалось, что у употребляющих спиртного в опасных и вредных количествах потребление составило 8,15 л/год (7,26;9,04).

Осуществленное исследование позволяет сделать следующие выводы о взаимосвязи между социальным давлением и желанием употребить алкогольные напитки. Обнаружено, что и у мужчин, и у женщин наблюдается сильная связь между наличием социального давления и желанием выпить алкоголь (коэффициент корреляции $r=0,656$, $p<0,001$). Это может быть связано с тем, что позитивный аффект, который человек получает от употребления выпивки, стимулирует его желание завязать отношения и поддержать разговор в компании.

Также было обнаружено, что физические дисфункции, такие как мигрень, усталость, а также возникновение непреодолимого желания, имеют некоторую, но менее значительную связь с желанием употребить алкогольные напитки [5]. Алкоголь способен вызывать прогрессирующую и продолжительную депрессию нервной системы, подавляя ее функции. Коэффициенты корреляции составили $r=0,488$ и $0,478$ соответственно, и оба значения являются статистически значимыми ($p<0,001$). Эти результаты указывают на то, что социальное давление оказывает более сильное влияние на желание употребить алкоголь, чем физические проблемы или непреодолимое желание. Они также подчеркивают важность социального контекста и влияния окружающей среды на принятие решения об употреблении алкоголя.

Дополнительно стоит отметить, что результаты данного исследования могут быть полезными для разработки программ и мероприятий по снижению потребления алкоголя, особенно в ситуациях социального давления. Понимание факторов, влияющих на желание употребить алкоголь, может помочь в разработке эффективных стратегий предотвращения проблем, связанных с алкоголизмом [1].

Библиографический список

1. Переверзев В.А. О небезопасности эпизодического употребления алкоголя студентами // *Здравоохранение*. – Минск, 2014. - № 8. - Режим доступа URL: <http://www.zdrav.by/o-nebezopasnosti-epizodicheskogo-upotrebleniya-alkogolya-studentami>
2. Цатуров К.Н., Слюняев М.К., Колесниченко Е.В. Скрининг проблемного употребления алкоголя среди студентов медицинского вуза. - ГБОУ ВПО «Саратовский ГМУ им. В. И. Разумовского» Минздрава России
3. Лисицын Ю.П. - *Общественное здоровье и здравоохранение: учебник* / Ю.П. Лисицын, Г.Э. Улумбекова. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2015. – 544
4. Толмачёв Д.А., Иванова А.С., Туктарова З.С., Влияние учебы на образ жизни студента 1 курса // *Психология человека и общества*. - 2019. - № 5(10). - С. 5.
5. Толмачев Д.А., Отношение к здоровому образу жизни врачей функциональной диагностики // *Современные проблемы здравоохранения и медицинской статистики*. - 2019. - № 1. - С. 289-301.

Оригинальность 81%