

УДК 613.846

***ЭЛЕКТРОННЫЕ СИГАРЕТЫ: ОЦЕНКА АКТУАЛЬНОСТИ БОРЬБЫ
С ЗАВИСИМОСТЬЮ СРЕДИ СТУДЕНТОВ***

Шабардин А.М.

Ассистент кафедры общественного здоровья и здравоохранения

ФГБОУ ВО «Ижевская государственная медицинская академия» МЗ РФ

г. Ижевск, Россия.

Букарова М.А.

студентка 4 курса лечебного факультета

ФГБОУ ВО «Ижевская государственная медицинская академия» МЗ РФ

г. Ижевск, Россия.

Степанова О.Р.

студентка 4 курса лечебного факультета

ФГБОУ ВО «Ижевская государственная медицинская академия» МЗ РФ.

г. Ижевск, Россия.

Аннотация

Употребление табака и никотинсодержащих продуктов в нашей стране остается одной из очень серьезных проблем. В статье представлены результаты исследования актуальности борьбы с зависимостью среди студентов медицинской академии. Данное исследование подчеркивает важность и необходимость информирования студентов о последствиях курения электронных сигарет, способах борьбы с зависимостью.

Ключевые слова: электронные сигареты, вейпинг, курение, зависимость, студенты.

***ELECTRONIC CIGARETTES: ASSESSMENT OF THE RELEVANCE OF
THE FIGHT AGAINST ADDICTION AMONG STUDENTS***

Shabardin A.M.

Assistant of the Department of Public Health and Healthcare

Izhevsk State Medical Academy.

Izhevsk, Russia.

Bukarova M.A.

4th year student of the Faculty of Medicine

Izhevsk State Medical Academy.

Izhevsk, Russia.

Stepanova O.R.

4th year student of the Faculty of Medicine

Izhevsk State Medical Academy.

Izhevsk, Russia.

Annotation

The use of tobacco and nicotine-containing products in our country remains one of the most serious problems. The article presents the results of a study on the relevance of the fight against dependence among students of the Medical Academy. This study highlights the importance and necessity of informing students about the consequences of smoking e-cigarettes and ways to combat addiction.

Keywords: electronic cigarettes, vaping, smoking, dependence, students.

Введение. В настоящее время ведутся научные исследования об отрицательном воздействии никотина на организм, повсеместно растет уровень информированности населения, активно проводится пропаганда здорового образа жизни. Несмотря на это, с 2011 г. по 2020 г. потребление электронных сигарет выросло с 3,3 до 21% среди молодежи. В свою очередь импорт электронных устройств для курения в 2022 г. составил более 25 млн.

шт. и вырос на 92,3% по сравнению с 2021 г. [3]. Агрессивная маркетинговая политика табачных компаний позиционирует электронные сигареты, как безвредные, даже как один из способов освободиться от табачной зависимости [1], что делает электронные сигареты привлекательными для молодёжи, способствуя раннему приобщению, формированию психологической зависимости. ВОЗ в своём докладе от 2016 года по электронным сигаретам опубликовала состав аэрозоля электронных сигарет: гликоли, альдегиды, летучие органические вещества (ЛОВ), полициклический ароматический углеводород (ПАУ), табакспецифичные нитрозамины (ТСН), металлы, частицы силиката, а также дикарбонилы (глиоксаль, метилглиоксаль, диацетил) и гидроксикарбонилы (ацетол) и др. Многие из этих веществ являются токсичными и могут вызывать значительные патологические изменения. Уровни содержания некоторых металлов, таких как никель и хром, в аэрозоле от ЭСДН выше, чем при пассивном курении обычных сигарет. Аэрозоль ЭСДН содержит никотин. Обнаружено, что содержание никотина во вдыхаемом аэрозоле в 10–115 раз выше, чем в окружающем воздухе, ацетальдегида - в 2–8 раз и формальдегида – выше примерно на 20%. [2]. Состав электронных сигарет по настоящее время не регулируется законом. На пачке обычных сигарет указывается содержание смол, никотина и т.д. В случае с электронными сигаретами содержание никотина и других химических веществ часто не совпадает с их фактическим содержанием. При периодическом потреблении никотина риск развития зависимости в течении года составляет около 30% [5]. Подобно иным наркотическим зависимостям, выделено две составляющие, вносящие вклад в развитие зависимости: физическая и психологическая. Никотин оказывает существенное влияние на пресинаптические н-холинорецепторы. В результате чего происходит выброс дофамина, глутамата, в меньшей степени - серотонина и

норадреналина [4]. В результате курящий отмечает следующие положительные изменения: рост устойчивости к стрессовым факторам, снижение тревожности, стабилизацию эмоционального фона. Также потребление никотина создает обманчивое впечатление улучшения умственной деятельности и увеличения работоспособности, так как это является кратковременным эффектом, с последующим явлением декомпенсации. Психологическая зависимость обусловлена привычками (курением в определенном месте, при определенной ситуации), то есть внутренним стереотипом поведения [6]. Вышеперечисленное подтверждает факт высокого потенциала физической и психологической зависимости к никотину. При отмене потребления никотина, возникает химическая потребность организма. Курящий человек ощущает беспокойство, раздражительность, эмоциональную неустойчивость, тревожность. Поэтому попытки отказа от курения вызывают страх абстинентного синдрома. Происходит компульсивное и неконтролируемое влечение к никотину, склоняющее к очередному употреблению вещества [5].

Цель. Изучить предрасположенность студентов к отказу от курения и оценить уровень успешности в борьбе с зависимостью.

Задачи.

1. Изучить необходимый теоретический материал для работы по изучаемой теме;
2. Провести анкетирование среди студентов, употребляющих электронные сигареты;
3. Провести анализ собранного материала;
4. Провести оценку актуальности борьбы с зависимостью среди студентов.

Материалы и методы исследования.

Проведено онлайн анкетирование 150 студентов медицинской академии в возрасте 17-28 лет. Анализ результатов проводился при помощи Google Forms.

Результаты исследования. В опросе приняли участие 150 студентов медицинской академии в возрасте от 17 до 28 лет. Распределение по полу составило: 42 (28%) - мужского и 108 (72%) - женского. Среди опрошенных 33% (50 человек) курили когда-либо табачные сигареты. На рисунке 1 представлены данные по количеству респондентов (в %) от всех анкетированных, когда-либо куривших табачные сигареты.

Курили ли Вы когда-нибудь табачные сигареты?

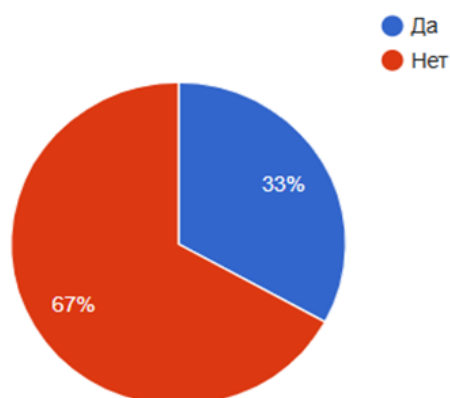


Рис.1. Доля респондентов, имевших опыт курения табачных сигарет (примечание: авторская разработка).

Опыт курения табачных сигарет при анонимном анкетировании отметили значительное количество студентов (1: 4,5).

На рисунке 2 представлены данные по количеству респондентов (в %) от всех анкетированных, когда-либо куривших электронные сигареты. На долю курящих электронные сигареты пришлось 54 опрошенных (36%). Из них 16 мужского пола и 38 женского.



Рис. 2. Доля респондентов, имевших опыт курения электронных сигарет (примечание: авторская разработка).

Опыт курения электронных сигарет при анонимном анкетировании отметили более значительное количество студентов (1:4). Лица женского пола склонны к курению электронных сигарет в два раза больше, чем мужского пола. Из преимуществ электронных сигарет над табачными изделиями, 19 (34,6%) студентов отметили, что от электронных сигарет отсутствует запах, 12 (21,2%) считают, что они помогают бороться со стрессом, 9 (15,4%) ответили, что электронные сигареты менее вредны для окружающих, а 8 (13,5%), что они менее вредные по сравнению с табачными сигаретами. На рисунке 3 приведена структура ответов респондентов на причины, побудившие их перейти на электронные сигареты (в %).

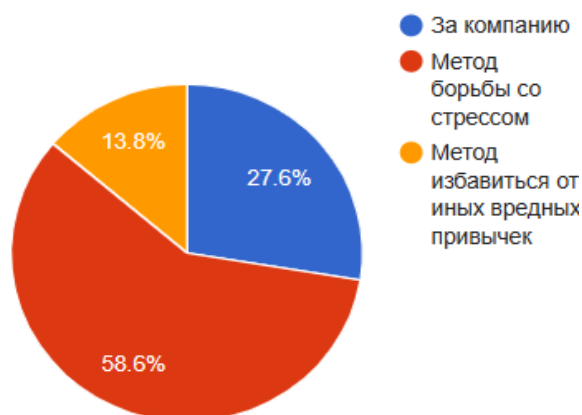


Рис. 3. Структура ответов респондентов по причинам, побудившим их перейти на электронные сигареты (примечание: авторская разработка).

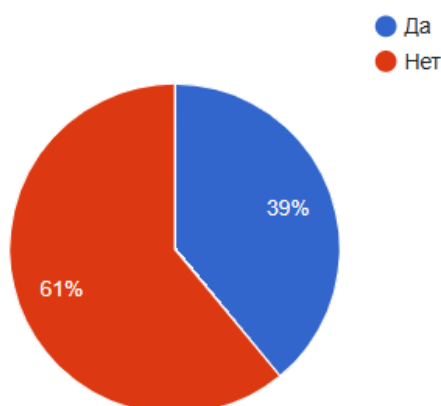
По приведенным ответам анкетированных преобладают такие причины перехода с табачных на электронные сигареты, как борьба со стрессом на фоне отсутствия запаха, что дает меньше вреда окружающим.

О причинах, побудивших анкетированных впервые начать курить с электронных сигарет, больше половины из 54 студентов отметили, чтобы избавиться от стресса 58,6% (32), 27,6% (15) - за компанию, остальные 7 (13,8%) ответили, что это один из способов бороться с другими вредными привычками. На рисунке 4 представлена структура ответов по причинам, побудившим впервые начать курить электронные сигареты.

Рис.4. Структура ответов студентов по причинам, побудившим их впервые начать курить электронные сигареты (примечание: авторская разработка).

Если вы не курили табачные изделия - почему решили начать курить электронные сигареты?

39% (21) курящих студентов уверены, что вейпинг помогает им справиться со стрессом. Данные по количеству респондентов (в %) представлены на рисунке 5.

По вашему мнению, вейпинг помогает справиться со стрессом?

Причем 15,3% (8) начинают курить гораздо чаще во время сессии, 26,5% (14) - чаще, чем обычно, остальные - не отмечают изменений. На рисунке 6 представлена структура ответов студентов (в %) по частоте курения во время сессии.

Рис.6. Структура ответов студентов по частоте курения во время сессии (примечание: авторская разработка).

Начинаете ли вы чаще курить во время сессии?



Также половина курящих студентов отметили, что при отсутствии стрессовых ситуаций частота курения снижается. 77,8% (42) курящих студентов курят электронные сигареты ежедневно, 13,9% (8) - несколько раз в день, 8,3% (4) - только во время стрессовых ситуаций. Структура ответов (в %) представлена на рисунке 7.

Рис.7. Структура ответов респондентов по частоте курения электронных сигарет (примечание: авторская разработка).

Как часто Вы курите электронные сигареты?



Выяснилось, что 28,9% (16) студентов курят более 5 раз в день, 26,3% (14) ответили, что “не выпускают из рук”, 26,3% (14) курят несколько раз в день. Распределение ответов (в %) представлено на рисунке 8.

Рис.8. Структура ответов студентов, характеризующая дневную периодичность использования вейпа (примечание: авторская разработка).



Из всех курящих студентов 43,4% (24) считают, что у них есть зависимость. На рисунке 9 приведена структура ответов респондентов (в %) о наличии зависимости.

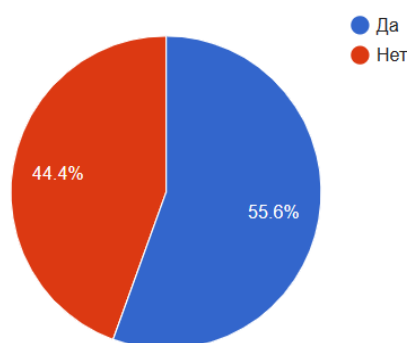
Рис.9. Доля респондентов, считающих, что у них есть зависимость (примечание: авторская разработка).



55,6% (30) студентов пробовали отказаться от курения электронных сигарет. На рисунке 10 представлены данные по количеству респондентов (в %), имевших опыт отказа от курения электронных сигарет.

Рис.10. Доля респондентов, имевших опыт отказа от курения электронных сигарет (примечание: авторская разработка).

Пробовали ли Вы отказаться от курения электронных сигарет?



Большинство опрошенных (46 человек) старались бросить курить своими силами. Структура применяемых методов борьбы с зависимостью (в %) представлена на рисунке 11.

Рис.11. Используемые студентами методы борьбы с курением электронных сигарет (примечание: авторская разработка).

Какие методы отказа от курения электронных сигарет вы использовали?



Выяснилось, что среди студентов низкий процент тех, кто обращался за помощью к медикаментозной или психологической поддержке. Также имеет место замещение иной привычкой и употребление алкоголя.

Выводы. Среди студентов употребление электронных сигарет имеет достаточно широкое распространение. Потребителей электронных сигарет среди женского пола в 2 раза больше, чем среди мужского пола. Многих из них привлекает отсутствие запаха и убеждение, что вейпы менее вредные как для курящего, так и для окружающих. Большинство выделяют курение как метод борьбы со стрессом. С нарастанием стрессовых ситуаций растет объем и периодичность потребления никотина. Пример этому рост использования электронных испарителей в период экзаменационной сессии.

Количество студентов, страдающих зависимостью от никотина, а также объем товара, предлагаемого на рынке, растет. Создается острая необходимость запрета пропаганды и продажи электронных испарителей. Необходимо информировать студентов о последствиях курения электронных сигарет, способах борьбы с зависимостью, более рациональных методах борьбы со стрессом, таких как занятие спортом, любимым делом, времяпровождение в кругу близких и друзей, а также предоставлять медицинскую и психологическую поддержку в профилактике и лечении зависимости.

Библиографический список

1. Белоконев С.Ю. Технологии имиджевого позиционирования компаний табачного и фармацевтического рынков в условиях рыночной конкуренции / С.Ю. Белоконев, В.О. Крохина, А.И. Дронов // Известия Тульского государственного университета. Гуманитарные науки. – 2020 – № 2. – с. 93-101.

2. Доклад ВОЗ. FCTC/ COP/7/11 август 2016 г. Electronic Nicotine Delivery Systems and Electronic Non-Nicotine Delivery Systems (ENDS/ENNDS) Report by WHO. FCTC/ COP/7/11 August 2016. (In Russ.).
3. Зайкова, Р. Р. Вейперы совершили «эволюцию» курильщика или о том, как электронные сигареты «парят» мозг / Р. Р. Зайкова, С. А. Зырянов. – Опыт и инновации. – 2017. – № 2. – с. 62 – 64.
4. Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2017. – № 12 (часть 2) – с. 257-261 URL: <https://clck.ru/378hst>
5. Охотникова К.Д. Влияние современных аналоговых способов курения на организм человека / К.Д. Охотникова, П.А. Русанова// FORCIPE. - 2019. - № Приложение. - с. 562-562. <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-sovremennyh-analogovyh-sposobov-kureniya-na-organizm-cheloveka>
6. Резюме кокрейновских обзоров/ Могут ли электронные сигареты помочь людям бросить курить, и безопасны ли они для использования с этой целью? //Казанский медицинский журнал - 2019 - № 5 (том 100) - с. 867.
7. Торопова А.И., Сочнева А.С., Бугрова А.Н., Ротанова В.А., Власова А.А. Физический и психологический аспекты никотиновой зависимости // Гуманитарные научные исследования. 2020. № 12 [Электронный ресурс]. URL: <https://human.snauka.ru/2020/12/37688>
8. Хадарцев А.А., Кожевникова Т.Н./ Некоторые вопросы лечения никотиновой зависимости//Вестник новых медицинских технологий. Электронное издание – 2021 – № 4 (том 15) – с. 27-32.

Оригинальность 83%