

АНАЛИЗ ИНФОРМИРОВАННОСТИ СТУДЕНТОВ СТАРШИХ КУРСОВ О ПРОБЛЕМАХ ТАБАКОКУРЕНИЯ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ МАСТЕР-КЛАССОВ ПО ДАННОЙ ТЕМЕ



ФГБОУ ВО СГМУ Минздрава России

Авторы: Карук Марина Валентиновна (bartimeyss@gmail.com)

Банёнис Мария Гинтасовна (mariybanenis@gmail.com)

Научный руководитель: ассистент, к.м.н. Листопадова Мария Валентиновна (mariyali911@gmail.com)

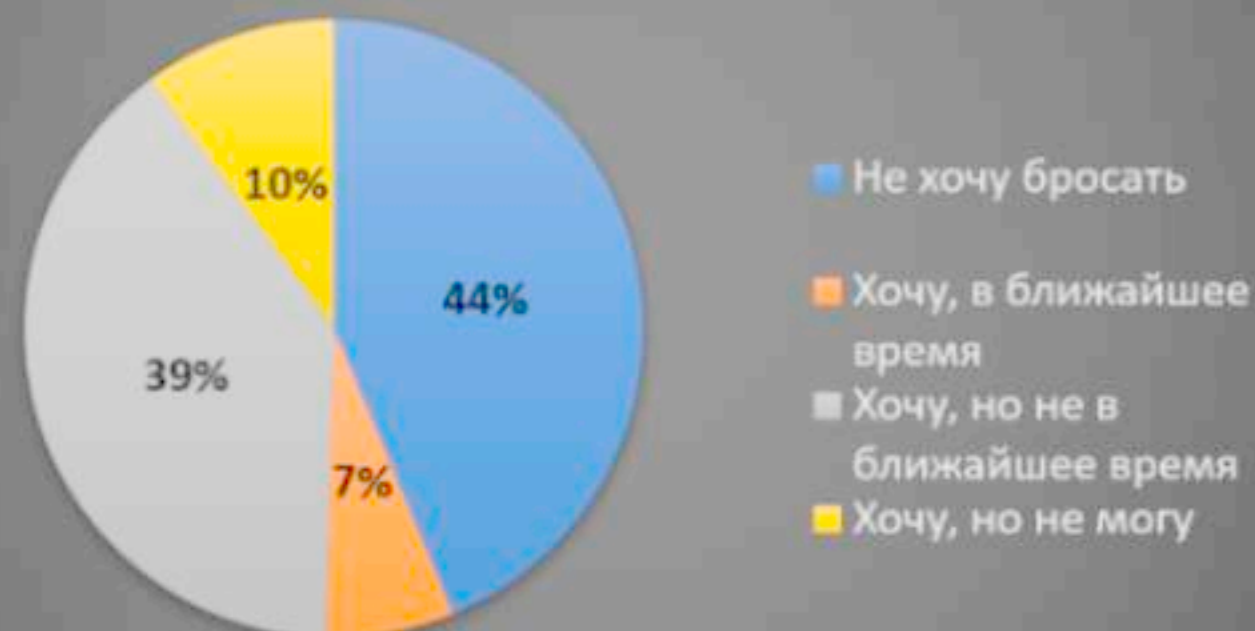
Цель: Оценить уровень информированности студентов старших курсов о проблеме табакокурения, провести мастер-класс по данной теме.

Материал и методы: Проанализированы результаты анкетирования 213 студентов в возрасте 20-22 года, из них курящих 119.

Результаты: По результатам анкетирования не курят 94 (44%), курят, но редко - 76 (36%), курят часто - 43 (20%). Из курящих 65 человек (55%) - женщины, 54 (45%) - мужчины. Стаж курения у 70% опрошенных более 3 лет, у 18% - от 1 до 3 лет, у 12% стаж курения до года. Большая часть (69%) курящих опрошенных выкуривают от 10 до 20 сигарет в день, более 20 сигарет выкуривают 12% человек, остальные 19% выкуривают до 10 сигарет в день. Первую сигарету до 12 лет выкурили 15% человек, 56% курящих опрошенных выкурили от 12 до 18 лет, старше 18 лет - 29%. В основном в семьях опрошенных не курят у 53%, у остальных либо курили ранее - 22%, либо курят и в настоящее время - 25%. Отношение к курению в семьях по большей части нейтральное. Из главных причин, по которым опрошенные продолжают курить - это невозможность бросить и наслаждение самим процессом курения. На второй план идут проблемы с учёбой или личной жизнью и курение за компанию. Пытались бросить курить 18%, из них использовали медикаментозные средства такие как никорете - 24%, табекс - 19% и чампикс - 14%, остальные 57% не пытались бросить курение с помощью медикаментов.



Если Вы курите, то собираетесь ли бросить курить в ближайшее время?



Как вы считаете упоминание курения в СМИ, курение героев фильмов, телевизионных передач провоцирует курение?



Курят кальян среди опрошенных 34%, из них - несколько раз в неделю 32%, 1 раз в неделю - 12%, 1 раз в месяц - 43%, 1 раз в несколько месяцев - 12%. Не курят кальян 66% человек. Электронные сигареты/вейпы не курят 69% опрошенных, остальные 31% - да. Из них 65% начали курить электронные сигареты, чтобы курить меньше обычных, 14% - чтобы попытаться бросить. При этом 54% опрошенных считают, что курение электронных сигарет вредно. Среди анкетированных опыт употребления снюс был у 35%. Борьба с курением среди молодёжи по мнению 58% опрошенных имеет смысл но эффект будет иметь незначительный. При наличии знаний о курении, которые известны в настоящее время 41% опрошенных курить бы не начали, 33% человек ответить затрудняются. Изображения жизнеугрожающих болезней на пачках сигарет не особо эффективны, так как 81% человек не обращают на них внимания.

По вашему мнению кальян вреднее для здоровья, чем сигареты?



Далее было проведено 5 обучающих семинаров в формате игрового мастер-класса среди курящих студентов для обсуждения проблемы никотиновой зависимости и

способах её преодоления. Программа мероприятия включала в себя: разбор основных механизмов формирования физической и психической составляющей никотиновой зависимости, опровержение основных мифов об отказе от курения (медикаментозные ошибки, синдромы отмены и борьба с ними), разбор алгоритма действий для выработки мотивационных аспектов и принятия решения об отказе от курения, проводился анализ основных имеющихся в настоящее время медикаментозных способов отказа от курения: разбор показаний, противопоказаний, нежелательных явлений.

Также обсуждались основные мероприятия восстановления функции органов дыхания, возможности контроля «срыва». По результатам мероприятия оценивались отзывы, удовлетворенность применимостью информации. 87% слушателей изначально принимали решение по отказу от курения. Через 3 месяца повторного телефонного опроса из 72 слушателей курса справились с никотиновой зависимостью 41 человек.

Заключение: Исходя из проанализированных данных следует сказать о необходимости и целесообразности просвещения о вреде курения. Разбор данной проблемы, поиск путей и способов отказа от курения с специалистом значительно повышает шансы на успешное преодоление никотиновой зависимости среди населения.