

*Курч М. Л.*

## **ВЛИЯНИЕ КУРЕНИЯ НА КАЧЕСТВО ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ БГМУ**

*Научный руководитель канд. мед. наук, доц. Аветисов А. Р.*

*Кафедра радиационной медицины и экологии*

*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

**Актуальность.** Современному студенту свойственна повышенная умственная активность и недостаточная доля физических нагрузок, и курение здесь, как дополнительный неблагоприятный фактор, может негативно сказываться на результатах его творческой и будущей профессиональной деятельности. Поэтому цель проводимого исследования является как никогда актуальной.

**Цель:** выявление факторов неблагоприятного влияния курения на умственную активность, общее физическое состояние и стрессоустойчивость организма в целом

**Материалы и методы.** Было проведено проспективное исследование 126 студентов БГМУ. Основным методом исследования – анкетирование. Математическая обработка данных проводилась с помощью программы MS Excel. Статистическая обработка данных проводилась с помощью программы Statsoft Statistica 12.

**Результаты и их обсуждение.** Среди всех опрошенных (и курящих, и не курящих) был выявлен низкий уровень понимания вреда курения, на что указывают следующие данные: 51% респондентов не против, чтобы их дети курили, 67% не интересуются исследованиями и статистическими данными в этой сфере, также 63% опрошенных считает приемлемым наличие специально отведенного места для курения в учреждениях здравоохранения.

В процессе исследования степени влияния курения на поведенческий и психоэмоциональный тонус были выявлены следующие статистические параметры среди курящих: 62 % испытывают острую зависимость от курения в момент сильных эмоциональных переживаний и используют эту пагубную привычку для успокоения.

При попытках доказать влияние курения на основополагающие черты характера, было выявлено, что 49% респондентов после попытки бросить курить все же не смогли побороть свою зависимость. Вероятнее всего, отсутствие эффекта от попыток отказа курить характерно для людей со слабой силой воли, отсутствием мотивации или доступностью табачных изделий для употребления. Однако курящие достоверно чаще хотят просто бросить курить, чем снижать число сигарет или пользоваться медицинскими средствами.

Также показано отрицательное влияние курения на когнитивные функции человека: 76% курящих имеют жалобы на ухудшение памяти.

Среди курящих 38% испытывают проблемы со сном. Также курение довольно сильно влияет на утомляемость студентов в течение дня: 76% курящих испытывают хроническую усталость.

Что касается влияния курения на работу ЖКТ, то 24% опрошенных лиц имеют пониженный аппетит. Среди прочего, курение затрагивает и дыхательную систему: 57% замечают одышку при поднятии по лестнице.

**Выводы.** Выявлено наличие эмоциональной привязанности к курению. Доказано комплексное негативное влияние курения на основные системы организма: дыхательную, нервную и пищеварительную.