

Санюк Д.А.

## ПРОБЛЕМА ТАБАКОКУРЕНИЯ И ВЕЙПИНГА В СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ: ОТ ЛИЧНОЙ ПРИВЫЧКИ К КОЛЛЕКТИВНОЙ УГРОЗЕ

Научный руководитель: к.б.н. доцент Зинина Н.В.

*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

**Аннотация.** Изучается актуальная для студенческой молодежи проблема курения и вейпинга. Курение на прилегающей территории, «затянуться вейпом» в помещении стали не просто повседневной привычкой, но и становятся угрозой для окружающих. Рассмотрены результаты социологического опроса среди студентов о влиянии на организм курения и вейпинга.

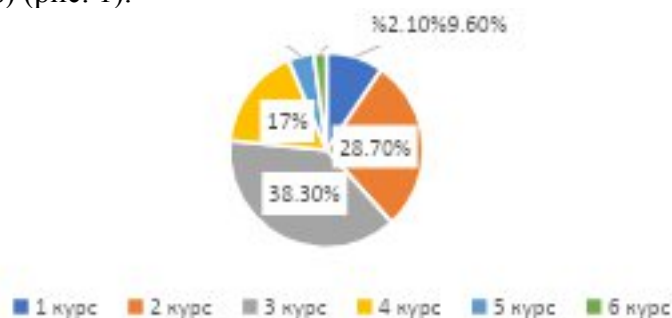
**Ключевые слова:** табакокурение, вейпинг, пассивное курение, студенты.

**Введение.** От употребления табака умирает более 7 миллионов человек в год, включая, по оценкам, 1,6 миллиона некурящих, подвергающихся воздействию вторичного табачного дыма. Миф об эффективности электронных сигарет как потребительских товаров, способствующих отказу от курения, на общепопуляционном уровне не доказана. Вместо этого появляется все больше тревожных данных о неблагоприятных последствиях для здоровья населения. Выделяемые аэрозоли вейпа повышают концентрацию взвешенных частиц в помещениях и содержат никотин, как и другие токсичные вещества. Этим объясняется потенциальная опасность пассивного вейпинга на окружающих людей [1].

**Цель исследования.** Выявить особенности распространения и влияния табакокурения и вейпинга на организм студентов, а также оценить подверженность рискам окружающих людей.

**Материал и методы.** Проводился социологический опрос среди 100 студентов различных высших учебных заведений, которые курят и парят. Анкета была разработана с помощью приложения Google Form и включала вопросы с одним или несколькими вариантами ответа. Обработка данных проводилась с помощью программы Excel.

**Результаты исследования.** В анкетировании приняли участие 100 курящих студентов. Структура выборки с учетом гендерной принадлежности была неоднородна. В данное исследование были вовлечены 17% парней и 83% девушек. Анализируя структуру выборки по курсам обучения, отмечено, что большинство участников исследования обучаются на 3 курсе университета (38,3%) (рис. 1).



**Рисунок 1.** Курс обучения испытуемых студентов

Установлено, что наиболее популярным видом курения среди опрошенных студентов является вейпинг (62,4%) (рис. 2).



**Рисунок 2.** Определение популярного вида курения среди респондентов

Далее результаты опроса оценивались отдельно по ответам тех, кто курит и парит. Студенты, которые предпочитают табакокурение в среднем за день выкуривают около 1-2 сигарет (78,6%), 5-9 сигарет – 21,4%. Мотивом курения опрошенных является перенесенная стресс-ситуация – 54,8%, окружение курящих друзей – 38,7%, интерес – 34,4%, прочая причина – 16,1%. Такие же вопросы уточнялись и у тех, кто предпочитает вейпинг. Наиболее используемым видом вейпов являются многоразовые (77,4%), одноразовые – 22,6%, вариант механические моды не был выбран. Вариант причины вейпинга «избавление от стресса» выбрали также большинство (49,5%), «стало привычкой» у 58,1% респондента. Причиной курения электронных сигарет у 11,8% опрошенных является мнение о том, что это более здоровая альтернатива курения, у 19,4% окружение влияет на вредную привычку. Опрошенные студенты считают, что курение не в моде (69,1%). Респондентам также задавался вопрос, что для них важнее: здоровье или же короткое удовольствие от курения? У 73,4% курящих студентов на первом месте здоровье. Все испытуемые признают факт вреда курения (100%). Попытки бросить курить наблюдались у 57% человек, однако ни у кого не получилось. Была рассмотрена тема пассивного курения и вейпинга. Часть студентов считают, что вредным для окружающих является только табачный дым, а пар электронных сигарет безопасен (22,3%). Не признают факт вреда пассивного курения и вейпинга только 4,3%, остальные считают, что это вредно (73,4%). В присутствии некурящих людей курят и парят 62,4% человек (рис. 3).



**Рисунок 3.** Распространенность пассивного курения в студенческой жизни

Анализ самооценки состояния здоровья студентов-курильчиков показал, что после начала курения ухудшение самочувствия отметили 30,1% респондентов. Изменения, которые отмечают студенты после курения и вейпинга приведены ниже (табл. 1).

**Таблица 1.** Симптомы табачной/никотиновой зависимости у студентов

Симптомы	Частота (%)
Одышка	28%
Кашель	22,6%
Тахикардия	22,6%
Головная боль	11,8%
Тревога	14%
Ухудшение зрения	3,2%
Сухость кожи	7,5%
Тошнота	8,6%
Ухудшение сна	14%
Тремор рук	12,9%
Ухудшение состояния зубов	9,7%
Другое	36,6%

Некоторые студенты отмечают, что курение мешает в учебе: снизилась внимательность (4,3%), сложнее сосредоточиться (6,5%), снизилась успеваемость (1,1%), больше мыслей о курении (7,5%). 31,2% студентов не отметили влияния курения на учебу, а 71% респондентов уверены, что данная привычка не препятствует учебному процессу.

**Заключение.** Проведённое исследование показало, что среди студентов наибольшую популярность имеет вейпинг. Основными мотивами употребления являются стресс и привычка. Большинство респондентов осознают вред курения и вейпинга, однако продолжают ими пользоваться, в том числе в присутствии некурящих, что повышает риск пассивного воздействия. У студентов выявлены такие негативные изменения состояния здоровья, как одышка, кашель, тахикардия, тревожность, нарушения сна и другие симптомы. Полученные данные подтверждают необходимость усиления профилактической работы и информирования молодёжи о рисках активного и пассивного курения.

**Список литературы:**

1. Всемирная организация здравоохранения. Табак: Электронные сигареты // Всемирная организация здравоохранения. – URL: <https://www.who.int/ru/news-room/questions-and-answers/item/tobacco-e-cigarettes> (дата доступа: 10.09.2025).