

П. В. Ком

ЯВЛЕНИЕ ЭЛЕКТРОННОГО КУРЕНИЯ СРЕДИ МОЛОДЕЖИ КАК ПРИЗНАК ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЙ НЕГРАМОТНОСТИ

Научный руководитель ассист. Е. В. Волох

Кафедра гигиены детей и подростков,

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Резюме. Материалы статьи затрагивают проблему электронного курения, которое с каждым днем набирает все большую популярность среди населения нашей страны и мира в целом. На основании полученных в ходе исследования данных проведена оценка распространенности явления электронного курения среди современной молодежи, определен уровень валеограмотности лиц, использующих электронные сигареты.

Ключевые слова: электронное курение, электронные сигареты, валеологическая неграмотность.

Resume. The article considers the problem of electronic smoking, which is every day more and more gaining in popularity among young people of our country and all over the world. We estimated the prevalence of this phenomenon among young people and determined the level of health illiteracy of young people which use electronic cigarettes.

Keywords: electronic smoking, electronic cigarette, health illiteracy.

Актуальность. Курение является самой распространенной и одной из самых вредных привычек. Это болезнь века, столь же опасная для здоровья людей, как ВИЧ-инфекция, наркомания, алкоголизм и т. д. [2]. Каждый четвертый житель нашей страны зависим от табака: за последние пять лет доля курящих мужчин колебалась от 48,0 % до 51,1 %, среди женщин – от 8,9 % до 10,2 % [1].

Электронное курение – одна из форм современных зависимостей. Такая его распространенность обусловлена удобством использования электронных сигарет (ЭС), генерирующих никотинсодержащий аэрозоль из раствора, состоящего из нескольких базовых веществ, никотина и ароматизаторов, по сравнению с обычными сигаретами [3]. Возможность регулировки концентрации никотина путем выбора жидкости для ЭС способствует убежденности электронных курильщиков в том, что данные устройства облегчают и ускоряют процесс отказа от курения.

Опасность электронных сигарет состоит в том, что позиционирование их как средства никотинзаместительной терапии бездоказательно, тогда как вред никотина – научно обоснован. Доказано цитотоксическое действие аэрозоля на клетки организма человека, что может приводить к развитию серьезных нарушений здоровья. К тому же, в аэрозоле содержатся в основном ультрамелкие частицы, свободно проникающие в альвеолы и кровеносную систему человека, нитрозамины, ряд токсических веществ, тяжелые металлы. При курении ЭС в помещении концентрация токсических веществ достигает уровня опасного для здоровья человека. ЭС не обладают никаким преимуществом и не являются эффективным средством для отказа от табакокурения, более того, доказано, что потребителям ЭС значительно труднее бросить курить. Но, несмотря на это, спрос на ЭС в мире неуклонно растет [3].

Цель: оценка распространенности электронного курения среди молодежи и изучение состава наиболее предпочитаемых жидкостей для электронных сигарет.

Задачи:

1. Оценить распространенность традиционного и электронного курения среди молодежи.
2. Определить причины электронного курения.
3. Оценить уровень валеограмотности лиц, использующих ЭС.
4. Определить наиболее популярные виды жидкостей для ЭС.

Материал и методы. В ходе работы использовались следующие методы: анкетно-опросный (было опрошено 85 юношей и девушек на предмет курения обычных сигарет и/или электронных, и оценки предпочтений опрошенных относительно состава жидкостей для электронных парогенераторов); санитарно-статистический (обработка результатов в программе Microsoft Excel 2010).

Результаты и их обсуждение. В ходе работы установлено, что в исследуемой выборке никогда не курили ни обычные, ни электронные сигареты 54 % респондентов, причем 91 % из них – девушки. ЭС использовали хотя бы однократно 36 % опрошенных (рисунок 1).

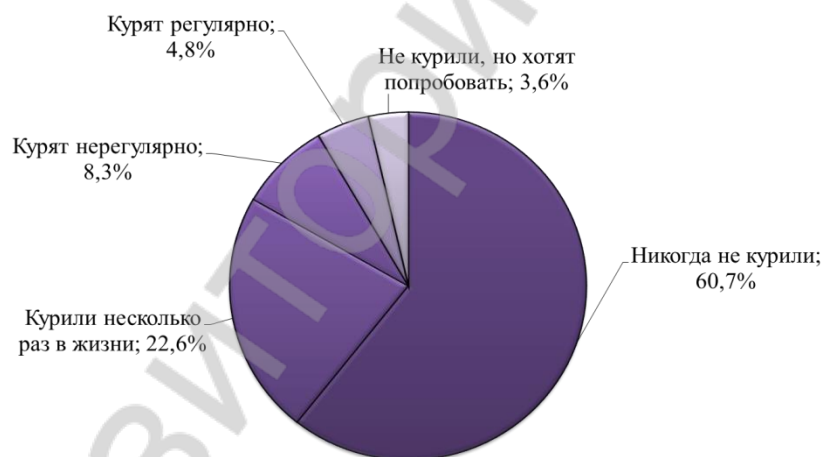


Рисунок 1 – Распространенность электронного курения среди респондентов

Наибольшая часть опрошенных только единожды пробовала ЭС, тем не менее, доля регулярно использующих ЭС достаточно велика – 13 % (рисунок 2).

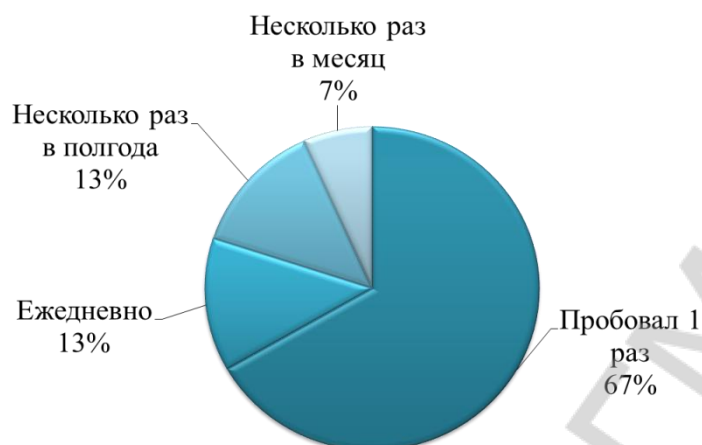


Рисунок 2 – Частота использования ЭС «электронными» курильщиками

У большинства потребителей электронных сигарет преобладает изолированное использование парогенераторов, при этом десятая доля от всех опрошенных сочетают ЭС с обычными (рисунок 3).



Рисунок 3 – Распространенность комбинированного использования ЭС с обычными

Среди всего многообразия жидкостей для ЭС наиболее популярными являются никотиновые «суперлегкие», т. е. с уменьшенным содержанием никотина (рисунок 4), что подтверждает желание респондентов «бросить» курить с помощью ЭС.



Рисунок 4 – Распространенность использования различных вариантов жидкостей для ЭС

Большинство опрошенных утверждают, что ЭС безвредны или менее вредны для здоровья по сравнению с традиционными сигаретами, и только 43 % респондентов считают, что они оказывают неблагоприятное влияние на организм человека (рисунок 5).

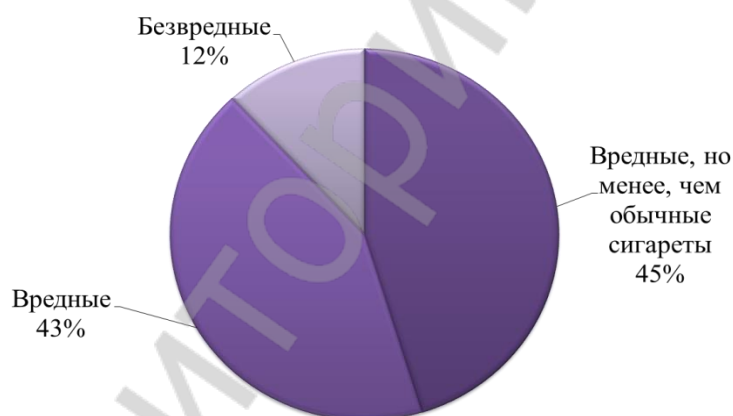


Рисунок 5 – Данные опроса о вреде электронных сигарет

Мотивационными предпосылками использования ЭС респондентами являются альтернатива обычным сигаретам, эффект «парения», любопытство, удовольствие (рисунок 6).

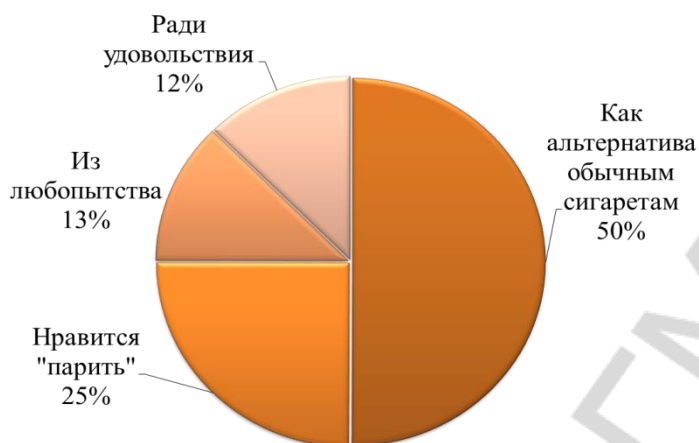


Рисунок 6 – Причины электронного курения

Большинство опрошенных, использующих электронные парогенераторы, выразило желание прекратить использование их в будущем (рисунок 7).

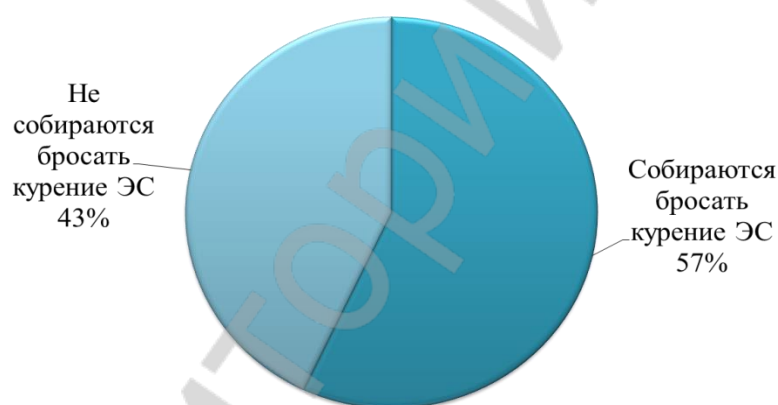


Рисунок 7 – Перспективы отказа от курения ЭС

Выводы:

1 Результаты исследования свидетельствуют о достаточно высокой распространенности курения традиционных и электронных сигарет среди современной молодежи.

2 Основной причиной использования электронных сигарет для половины респондентов является альтернатива обычным сигаретам, остальные мотивируют свой выбор рядом причин, определяемых новизной и особенностями использования парогенераторов.

3 Выбор опрошенными жидкостей для электронных парогенераторов преимущественно с низким содержанием никотина или его отсутствием, подтверждает желание минимизировать неблагоприятное воздействие никотина на собственное здоровье.

4 Несмотря на вышеуказанное заключение, доля лиц, считающих электронные сигареты безвредными для здоровья и использующих их, как альтернативу обычным сигаретам, достаточно велика, что свидетельствует о низком уровне валеологической грамотности.

5 Большинство электронных курильщиков высказало мнение о том, что планируют отказаться от использования электронных сигарет в будущем, что подтверждает стремление молодого поколения к сохранению своего здоровья.

P. V. Kot

**THE PHENOMENON OF ELECTRONIC SMOKING AMONG YOUNG PEOPLE
AS AN INDICATION OF HEALTH ILLITERACY**

Tutor assistant E. V. Volakh

*Department of Hygiene of Children and Adolescents,
Belarusian State Medical University, Minsk*

Литература

1. Здоровье населения Республики Беларусь: стат. сб. 2009-2013 гг. — Минск: Нац. стат. комитет Респ. Беларусь, 2014. — 218 с.: табл.
2. Мархоцкий, Я. Л. Валеология : учеб. пособие / Я. Л. Мархоцкий. – 2-е изд. – Минск : Выш. шк., 2010. – 286 с.: ил.
3. Электронные сигареты: оценка безопасности и рисков для здоровья / Н. С. Антонов, Г. М. Сахарова, В. В. Донитова и др. // Пульмонология. – 2014. – № 3. – С. 123-127.