

УДК 613.846

**ОСОБЕННОСТИ РАСПРОСТРАНЕННОСТИ КУРЕНИЯ И ПАРЕНИЯ  
У СТУДЕНТОВ ВЫСШЕГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ****Дресвянкина У.М., Лыцова Н.Л.***Тюменский государственный университет, Институт биологии,**Тюмень, e-mail: ullisancon@mail.ru*

Опрошены 197 студентов, средний возраст –  $20,61 \pm 1,75$  лет. Показано, что количество студентов, курящие табак составляет 16,8%, парящие вейп-жидкости – 4,6%, курящие табак и парящие вейп-жидкости – 0,4%. При этом курение и парение среди девушек распространено чаще, чем у юношей. Основной причиной табакокурения является влияние окружающих, а парения – личный интерес. Индекс курения у юношей составил  $1,528 \pm 0,806$  у.е., у девушек –  $1,193 \pm 0,477$  у.е., что соответствует низкому уровню развития заболеваний органов дыхания на данный момент. Наиболее популярными марками сигарет среди студентов являются недорогие по цене Winston, Bond. Содержание никотина в вейп-жидкостях составляет 3 мг, что соответствует содержанию никотина в определенных линейках марки Winston.

**Ключевые слова:** студент, курение, вейпинг, здоровый образ жизни.

**PECULIARITIES OF SMOKING AND VAPING OF STUDENTS  
OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION****Dresvyankina U.M., Lystsova N.L.***Tyumen State University, Institute of Biology, Tyumen, e-mail: ullisancon@mail.ru*

197 students were interviewed (mean age  $20,61 \pm 1,75$  years). It is shown that the number of students smoking tobacco – 16.8%, using vape device – 4.6%, smoking tobacco and vaping – 0.4%. While smoking and vaping among girls spread more than in young men. The main cause of smoking was the influence of others, and vaping was a personal interest. The index of smoking among young men was  $1.528 \pm 0.806$  c.u., in girls –  $1.193 \pm 0.477$  c.u., which corresponds to a low level of respiratory diseases at the moment. The most popular brands of cigarettes among students were cheap at the price of Winston, Bond. The content of nicotine in the vape-liquids was 3 mg, which corresponds to the nicotine content in certain Winston brands.

**Keywords:** student, smoking, vaping, healthy lifestyle.

**Актуальность**

Известно, что ухудшение состояния здоровья студентов зависит от множества факторов, которые оказывают неблагоприятное воздействие на здоровье, снижают адаптационные ресурсы организма, формируя функциональные расстройства, которые могут привести к развитию хронических патологий. Широкая распространенность табакокурения среди молодежи является одним из основных факторов ухудшения их состояния здоровья [10].

По статистике в России количество людей, курящие табак достигает 36,4 млн человек, причем среди них 49,8% мужчин и 14,5% женщин. В возрасте от 15 до 24 лет распространенность потребления табака среди юношей достигает 35,5%, среди девушек 18,3%. Для сравнения, в возрасте от 25 до 44 лет потребление табака возрастает как среди мужчин 54,7%, так и среди женщин 22,1% [9]. По официальным данным наблюдается тенденция к увеличению распространенности табака с возрастом, что свидетельствует об увеличении зависимости, которая формируется уже в подростковом возрасте [1-4].

Помимо табакокурения в мире развивается новое направление – вейпинг. Парение вейп-жидкостей появилось в 80-х годах в Америке, но в России достигло пика популярности в 2012 году [5,6]. По официальным данным в России количество людей, парящие вейп-жидкости достигает 4,2 млн человек, среди них 5,4% мужчин и 1,9% женщин [9]. Пик популярности был связан с активным маркетингом и отсутствием в нашей стране законов, запрещающих вейпинг, а также акцизов на вейп-жидкости. Маркетинг заключался в формировании у лиц, испытывающих никотиновую зависимость, точки зрения о том, что вейпинг безопаснее, чем курение сигарет. Помимо этого, многие учащиеся из-за возросшего ажиотажа вокруг вейпинга, начали активно использовать вейп, что привело к негативному всплеску со стороны общества. Данный 2-ой факт ускорил принятие законов о регулировании продажи вейп-устройств и вейп-жидкостей [11].

Научных статей по данной тематике относительно мало, что связано с новизной изучения данной проблемы. Кроме того, исследователи еще не окончательно обосновали вред парения на здоровье человека,

так на данный момент существуют данные, которые доказывают вред парения на организм человека, с другой стороны, другие данные отображают менее негативное влияние на организм, по сравнению с курением табака [7,8]. Это может привести к тому, что у вейп-парящих появится зависимость на психологическом уровне, а в юном возрасте у людей особенно быстро формируются новые привычки.

Очевидно, что сложившаяся ситуация с широкой распространенностью табакокурения и нового вейп-направления среди молодежи диктует необходимость формирования у них здорового и безопасного образа жизни, так как здоровый образ жизни – основа сохранения и укрепления индивидуального и общественного здоровья [12]. Также необходимо создавать комплекс мероприятий и активнее привлекать курящих и вейп-парящих к участию. На данных мероприятиях должны отображаться: вред курения сигарет, вред парения вейп-жидкостей, сравнительный анализ курения и вейпинга. Считаем, что данный комплекс мер позволит снизить распространенность курения и парения в молодежной среде.

**Цель работы:** изучить распространенность курения и парения среди студентов очной формы обучения Института биологии Тюменского государственного университета (ТюмГУ).

#### Материалы и методы

В исследовании приняли участие 197 студентов. Средний возраст составил  $20,61 \pm 1,75$  лет. Студенты были распределены на 4 группы. 1-ая группа (некурящие и непарящие) – 154 студента, 2-ая группа (курящие табак) – 33 студента, 3-ья группа (вейп-парящие) – 9 студентов, 4-ая группа (курящие табак и парящие вейп-жидкости) – 1 студент. Методом прямого опроса у студентов выясняли их субъективную оценку образа жизни. Опрос является методом сбора первичной информации. Статистическую обработку данных проводили с использованием пакета статистических прикладных программ (фирма SPSS Inc., версия 20.0).

#### Результаты

Наше исследование проводилось в рамках реализации программы «Университет здорового образа жизни». Данная программа реализуется на основании решения Ученого Совета ТюмГУ от 27.02.2006 г., которая каждые три года пролонгируется от приказа Минобразования России от 05.02.2002 г. [13].

Установлено, что 78,2% опрошенных отнесли себя к некурящим и непарящим, среди них 26 юношей (16,9%) и 128 девушек (83,1%), 16,8% – к курящим табак (14 юношей – 42,4%, 19 девушек – 57,6%), 4,6% – к вейп-парящим (3 юношей – 33,3%, 6 девушек – 66,7%), 0,4% – к курящим и парящим (1 девушка – 100%), причем курение и парение среди девушек распространено чаще, чем у юношей.

В 1-ой группе, некурящих и непарящих, было отмечено, что большая часть студентов (52,6%) проживают совместно с родителями и их физическая активность умеренная (62,3% студентов занимаются обязательной физической культурой в рамках учебного процесса). Выявлено, что среди них, 45,5% – ранее пробовали курить сигареты и 43,5% – пробовали вейп-жидкости, но отказались от курения и парения в дальнейшем, и доля этих студентов значительно больше доли студентов без вредной привычки ( $p < 0,001$ ).

Во 2-ой группе, курящих табак, было установлено, что большинство студентов проживают в общежитии (35,3%) и на съемной квартире (26,5%), но регулярно посещают занятия физической культурой в институте (75,8%). Отсутствие контроля со стороны родителей и влияние окружающих с сигаретой увеличивает интерес к табакокурению. Наибольшая часть курящих студентов (73,2%) попробовали 1-ую сигарету в школе. Средний стаж курения –  $3,55 \pm 1,98$  лет. Индекс курения у юношей составил  $1,528 \pm 0,806$  у.е., у девушек –  $1,193 \pm 0,477$  у.е., что соответствует низкому уровню развития заболеваний органов дыхания на данный момент. Выявлено, что процент курящих студентов (33,3%) наиболее высок на 3-ем курсе. Наиболее популярными марками сигарет среди студентов являются недорогие по цене Winston и Bond, так 48,4% опрошенных курят Winston и 18,1% – Bond. Также, по мнению респондентов, были выявлены основные причины табакозависимости: влияние окружения (39,4%), стресс (30,3%), интерес (21,2%), изменение имиджа (9,1%).

В 3-ей группе, парящих вейп-жидкости, было установлено, что студенты-вейперы проживают либо в собственной квартире (50,0%), либо в общежитии (50,0%) и более привержены к спорту (55,6% студентов кроме обязательной физической культуры дополнительно посещают спортивные секции). Процент парящих студентов (55,6%) наиболее высок на 4-ом курсе. Это может быть связано с осознанием вреда табакоку-

рения и еще недостаточными знаниями о вреде вейпинга. Средний стаж парения составил  $1,11 \pm 0,33$  лет. По мнению вейперов, главной причиной вейпзависимости является интерес (44,4%). Содержание никотина в вейп-жидкостях составляет 3 мг, что соответствует содержанию никотина в определенных линейках марки Winston.

4-ую группу, курящих и парящих, составила 1 студентка, проживающая в общежитии с умеренной физической активностью. Стаж курения – 2 года, стаж парения – 6 месяцев. Индекс курения – 0,5 у.е. Основная причина ее зависимости – стресс.

Таким образом, полученные результаты доказывают о необходимости проведения дальнейших оздоровительных мероприятий для формирования мотивированного отношения к своему здоровью, как главной человеческой ценности. Коллектив ТюмГУ активно занимается профилактикой вреда курения в рамках целевой программы, инициатив волонтеров и других мероприятий. Необходимо продолжать читать открытые лекции по правовым последствиям употребления вейпа и табака, о пагубном влиянии психоактивных веществ на здоровье человека и т.п.; с помощью волонтерского отряда «Данко» проводить мероприятия «Конфета на сигарету» во Всемирный день без табака; в рамках областного мероприятия по профилактике табакокурения «Время развеять дым!» с членами волонтерского движения «Лига добровольцев ТюмГУ» устраивать флеш-моб «Лампочка» [13].

### Заключение

В нашем исследовании было показано, что количество студентов, курящие табак составляет 16,8%, парящие вейп-жидкости – 4,6%, курящие табак и парящие вейп-жидкости – 0,4%. При этом курение и парение среди девушек распространено

чаще, чем у юношей. Основной причиной табакокурения является влияние окружающих, а парения – личный интерес.

### Список литературы

1. Асанов, Т.М. Современные данные об использовании вейп-девайсов подростками и функциональных особенностях респираторной системы у них / Т.М. Асанов, Е.А. Скубилина, Т.В. Дружинина, В.В. Бекезин // Смоленский Медицинский Альманах. – 2017. – № 3. – С. 75-80.
2. Савельев, Д.С. Анкетирование как эффективный метод борьбы с курением среди студентов / Д.С. Савельев // Здоровье – основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения. – 2012. – № 7. – С. 87-88.
3. Османов, Э.М. Курение и его профилактика в школе / Э.М. Османов, С.Ю. Дутов // Вестник ТГУ. – 2009. – № 14. – С. 449-452.
4. Пластолец, А.И. Образ жизни и его влияние на распространённость курения среди детей школьного возраста / А.И. Пластолец, Ю.А. Тюков, Д.В. Плехин, И.Н. Добровецкий // Вестник ЮУрГУ. – 2010. – № 19. – С. 80-83.
5. Kennedy, R.D. Global approaches to regulating electronic cigarettes / R.D. Kennedy, A. Awopogba, E. Leon and J.E. Cohen // Tobacco Control. – 2017. – № 26. – С. 440-445.
6. Kharlamov, A.N. Cardiovascular burden and percutaneous interventions in Russian Federation: systematic epidemiological update / A.N. Kharlamov // Cardiovascular Diagnosis and Therapy. – 2017. – № 7. – С. 60–84.
7. Palazzolo, D.L. Electronic Cigarettes and Vaping: A New Challenge in Clinical Medicine and Public Health. A Literature Review / D.L. Palazzolo // Front Public Health. – 2013. -№ 1.
8. Hua, M. Potential health effects of electronic cigarettes: A systematic review of case reports / M. Hua, P. Talbot // Preventive Medicine Reports. – 2016. – № 4. – С. 169-178.
9. WHO Regional Office for Europe [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.euro.who.int/en/countries/russian-federation/publications/global-adult-tobacco-survey-russian-federation-2016-factsheet> (дата обращения 09.01.2018).
10. Лыцова, Н.Л. Комплексная оценка состояния здоровья, пищевого статуса и параметров липидного обмена студентов в период обучения в высшем учебном заведении: дис. канд. биол. наук : 03.03.01 : защищена 28.10.16 : утв. 20.04.2017 / Лыцова Надежда Леонидовна. – Челябинск, 2016. – 153 с.
11. Администрация Президента России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://kremlin.ru/acts/bank/42522/page/4> (дата обращения 25.02.2018).
12. Роговцева, Е.С. Самосохранительное поведение молодежи / Е.С.Роговцева // Здоровый образ жизни и охрана здоровья: сб. науч. статей I Всероссийской научно-практической конференции. – Сургут, 2014. – С. 21-22.
13. Официальный сайт Тюменского Государственного университета [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.utmn.ru/> (дата обращения: 07.03.2015).