

ОЦЕНКА СТЕПЕНИ НИКОТИНОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ СТУДЕНТОВ ФАРМАЦЕВТИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ ВЕЛИКОГО НОВГОРОДА

Оконенко Т.И.¹, Петрова О.С.¹, Кузнецова К.А.¹

¹ГБОУ ВПО «Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого», Великий Новгород, Россия (173003, Великий Новгород, ул. Большая Санкт-Петербургская, 41), e-mail: tat542@yandex.ru

Исследовано отношение к табакокурению среди студентов, обучающихся по специальности «Фармация» Новгородского государственного университета (НовГУ). Исследование осуществлялось методом анкетирования и проводилось анонимно для получения более достоверной информации. Из 115 опрошенных представители женского пола составили 87,5%, средний возраст 27±2 лет. Изучены индивидуальные особенности 50 курящих студентов НовГУ: 10 юношей, 40 девушек. Для оценки степени никотиновой зависимости проведен тест Фагерстрема, который определяет связь между индивидуальным баллом и тяжестью проявления абстинентного синдрома, то есть чем выше балл, тем сильнее будет проявляться абстиненция и тем труднее будет бросить курить без посторонней помощи. В ходе исследования выявлен студент с индексом курения более 140 баллов, что явилось тревожным фактом, поскольку высокие цифры этого показателя свидетельствуют о том, что у этого молодого человека риск развития хронической обструктивной болезни легких крайне высокий.

Ключевые слова: табакокурение, степень никотиновой зависимости, студенты.

ASSESSMENT OF THE DEGREE OF NICOTINE DEPENDENCE IN PHARMACEUTICAL PROFILE STUDENTS IN VELIKY NOVGOROD

Okonenko T.I.¹, Petrova O.S.¹, Kuznetsova K.A.¹

¹Novgorod state University named after Yaroslav the Wise, Novgorod the Great, Russia (173003, Veliky Novgorod, street Bolshaya Sankt-Peterburgskaya, 41), e-mail: tat542@yandex.ru

It is investigated the attitude to smoking among students of a specialty «Pharmacy», Novgorod State University (NovSU). The research was carried out through questionnaires and was conducted anonymously to obtain more reliable data. Of the 115 respondents representatives the female sex amounted to 87,5%, the average age 27±2 year. Individual features of 50 smoker-students of Novgorod state University (10 boys, 40 girls) are studied. To assess the degree of nicotine dependence the Fagerstrom test was performed. It defines the relationship between the individual's score and the severity of the withdrawal symptoms, that is, the higher the score, the greater will be manifest abstinence and the more difficult to quit smoking without assistance. During the survey there was revealed a student with an smoke index more than 140 points, that was an alarming fact, since the high figures for this indicator suggest that this young person's risk of developing chronic obstructive pulmonary disease is very high.

Keywords: tobacco use, the degree of nicotine dependence, students.

Введение. Актуальность исследования проблемы табакокурения в России обусловлена, во-первых, широкой распространенностью этой вредной привычки, во-вторых, высоким вкладом в преждевременную смертность населения.

Согласно оценкам экспертов Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), в мире насчитывается около 1,1 млрд курильщиков, что составляет 1/3 населения мира в возрасте 15 лет и старше. Каждые 6 с от заболеваний, связанных с курением табака, в мире умирает 1 человек, или 5 млн курильщиков в год, из них 300 тыс. россиян [1, 3, 4].

В 2009 г. был проведен Глобальный опрос взрослого населения о потреблении табака (GATS) по стандартам ВОЗ. Согласно результатам опроса, частота курения в России – одна

из самых высоких в мире. Курильщиками являются 43,9 млн из примерно 142 млн россиян, что составляет 39,1%.

В настоящее время никотиновую зависимость расценивают как заболевание, которое необходимо диагностировать и лечить, поэтому отказ от курения является актуальной задачей здравоохранения, позволяющей продлить жизнь и сохранить ее качество.

Особый интерес представляет курение среди врачей и студентов медицинских вузов, поскольку их рассматривают как «модельную группу» для населения относительно образа жизни.

Цель исследования – изучить распространенность и отношение к табакокурению среди студентов, обучающихся по специальности «Фармация» Новгородского государственного университета (НовГУ), и исследовать индивидуальные особенности курящих студентов.

Материалы и методы. Проведен социологический опрос об отношении к курению 115 студентов Новгородского государственного университета имени Ярослава Мудрого. Из них 60 и 39 человек фармацевтического факультета института медицинского образования (ИМО) очной и заочной форм обучения соответственно, 16 учащихся отделения «Фармация» медицинского колледжа. Критерием отбора явилось добровольное согласие ответить на предлагаемые вопросы. Средний возраст опрошенных составил $27 \pm 2,0$ года (минимальный возраст студента – 18 лет, максимальный – 44 года). Из 115 опрошенных представители женского пола составляют 87,5%. Исследование осуществлялось методом анкетирования и проводилось анонимно для получения более достоверной информации.

Изучены индивидуальные особенности 50 курящих студентов НовГУ: 10 юношей, 40 девушек. Для определения степени никотиновой зависимости был использован опросник, разработанный Карлом Фагерстромом (табл. 1).

Таблица 1

Тест Фагерстрема для оценки никотиновой зависимости

Вопрос	Ответ	Баллы
1. Как скоро, после того как вы проснулись, Вы выкуриваете первую сигарету?	В течение первых 5 мин	3
	В течение 6-30 мин	2
	В течение 30-60 мин	1
	Через 1 час	0
2. Сложно ли для Вас воздержаться от курения в местах, где курение запрещено?	Да	1
	Нет	0
3. От какой сигареты Вы не можете легко отказаться?	Первая сигарета утром	1

	Все остальные	0
4. Сколько сигарет Вы выкуриваете в день?	10 или меньше	0
	11–20	1
	21–30	2
	30 и более	3
5. Вы курите более часто в первые часы утром, после того как проснетесь или в течение остального дня?	Да	1
	Нет	0
6. Курите ли Вы, если сильно больны и вынуждены находиться в кровати целый день?	Да	1
	Нет	0

Степень никотиновой зависимости оценивалась по сумме баллов: 0–2 – очень слабая зависимость; 3–4 – слабая зависимость; 5 – средняя зависимость; 6–7 – высокая зависимость; 8–10 – очень высокая зависимость [7].

Рассчитывался индекс курения, позволяющий оценить табакокурение как фактор риска развития заболеваний, по формуле

$$\text{Индекс курения} = (\text{число сигарет, выкуриваемых в день}) \times 12.$$

Результаты исследования и их обсуждение. Практически все студенты (94,0%) знают, что курение является вредной для здоровья привычкой и влечет за собой массу негативных последствий, начиная от пагубного влияния на организм человека и заканчивая большими финансовыми затратами, оставшиеся 6% студентов так не считают. Такая позиция медицинских работников не позволит им в будущем проводить активную профилактическую работу по снижению табакокурения среди населения. Поэтому в процессе обучения необходимо сформировать системный подход к совершенствованию профилактической помощи населению через повышение знаний студентов в этой области.

Анализ анкетирования показал, что значительная часть (59,2%) респондентов не курит и не собирается пробовать. Наши данные не противоречат результатам других исследователей. Распространенность табакокурения среди студентов отечественных вузов колеблется от 30 до 50% [2, 5].

Тем не менее, 19,0% опрошенных курят регулярно, значительна доля «первого употребления сигареты» в детском возрасте, причем «пик» начала курения приходится на подростковый период – 16–18 лет (см. рисунок). Основной причиной начала курения студенты называют «любопытство» – так ответили 58,9% участников опроса.

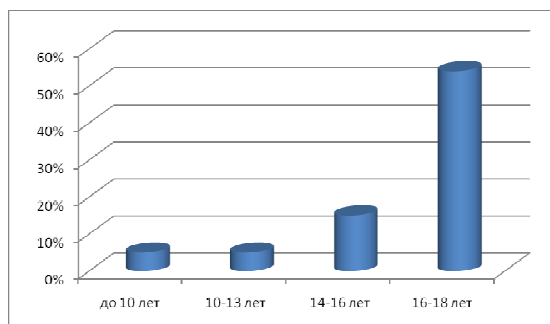


Рис. 1. Возрастной диапазон первого употребления никотина

По данным опроса, курят или когда-либо пробовали курить 42 девушки, что составляет 36,5%. Такие результаты также подтверждают общую ситуацию среди студенческой молодежи России. Изучение распространенности табакокурения среди студентов Тихоокеанского государственного медицинского университета показали, что среди курящих 28% девушек [5]. Этот факт вызывает особую тревогу, так как они будущие матери, а хроническая табачная интоксикация постепенно приводит к нарушению репродуктивной функции.

62,0% опрошенных курящих студентов хотят бросить курить и на вопрос анкеты «Что Вам необходимо для того, чтобы отказаться от курения?», ответы распределились следующим образом:

- 50,5% респондентов выделяют изменение образа жизни (у девушек это планирование беременности, у юношей – создание семьи и рождение ребенка) как основной мотив отказа от курения.

Среди других стимулирующих факторов можно отметить формирование негативного отношения к курению и позитивное – «жизнь без сигарет»;

- 14,5% опрошенных хотели бы углубить знания о вреде курения для того, чтобы еще раз убедиться в необходимости отказа от табака.

Обучение в НовГУ предоставляет им такую возможность. Студенты изучают данные об актуальности и практической значимости этой проблемы, проводят исследования и представляют результаты своих работ о негативном влиянии табака на различные ткани, органы и физиологические процессы на научно-практических конференциях университетского, регионального и федерального уровнях;

- 26,5% обратились бы за помощью к врачу для того, чтобы избавиться от никотиновой зависимости (15,0% – к психотерапевту);

- 8,5% указали на то, что согласны попробовать применить необходимые лекарственные средства.

Невысокий процент респондентов, не исключающих обращение к врачу, возможно, объясняется переоценкой собственных сил и недостатком знаний о существующих

трудностях в лечении курения. В.К. Смирнов с соавт. (2010) показали, что в течение 5 недель до 80% бросивших курить возвращаются к табакокурению [6].

Вопросами анкет мы информируем о вреде курения в молодежной среде, а также привлекаем внимание к проблеме профилактики табакокурения и побуждаем к решению отказа от этой пагубной привычки. Кроме того, традиционно 31 мая (Всемирный день без табака) в рамках волонтерского движения «Молодые – молодым» студенты Медицинского колледжа НовГУ организуют профилактические акции, формируя негативное общественное мнение к табакокурению среди учащейся молодежи. В рамках антитабачной кампании, а также борьбы с высокой частотой потребления алкоголя и наркотиков в 2010 г. был создан сайт студенческого волонтерского объединения НовГУ – «Без Зависимости Ру».

Формирование личной жизненной позиции, накопление медицинских знаний, запрет рекламы табачных изделий, а также введение Федерального закона от 23.02.2013 №15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» способствовало наличию следующих мнений опрошенных студентов на вопрос о вреде курения:

- 37,0% опрошенных считают, что наибольший вред от табакокурения заключается в увеличении риска онкологических заболеваний;
- 22,5% респондентов обозначили вред от табакокурения фразой «кто курит – живет меньше»;
- 21,5% полагают, что при табакокурении более вероятно развитие инфаркта миокарда;
- 10,5% опрошенных считают, что курение является одним из факторов риска развития гипертонии и неврозов;
- 8,5% указали, что последствиями применения никотина может быть понижение интеллекта.

Действительно, рак легких повсеместно в мире остается одной из главных причин смерти. По оценкам экспертов Международного агентства по изучению рака (МАИР), 80–85% смертей от рака легких приходится именно на долю курильщиков. Следует отметить, что курящие люди в 13 раз чаще заболевают стенокардией, в 12 раз – инфарктом миокарда, в 10 раз – язвенной болезнью желудка, 12-перстной кишки [1].

Также для оценки степени никотиновой зависимости проводился тест Фагерстрема (табл. 2), который определяет связь между индивидуальным баллом и тяжестью проявления абстинентного синдрома, то есть чем выше балл, тем сильнее будет проявляться абстиненция и тем труднее будет бросить курить без посторонней помощи.

Структура индивидуальных особенностей курящих студентов, %

Параметры патологической зависимости (табакокурение)	Юноши	Девушки
Индекс курения		
Индекс курения более 140	10	–
Никотиновая зависимость		
слабая (0-4)	80	95,0
средняя (5)	10,0	5,0
высокая (6–10)	10,0	–

Выявление студента с индексом курения более 140 баллов явилось тревожным фактом нашего исследования, поскольку высокие цифры этого показателя свидетельствуют о том, что у этого молодого человека риск развития хронической обструктивной болезни легких крайне высокий. Поэтому необходима терпеливая индивидуальная работа с ним с целью сохранения качества жизни, так как эффективность методов избавления от курения обратно пропорциональна исходной выраженности никотиновой зависимости.

Выводы. Обследованная популяция студентов характеризуется относительно невысокой распространенностью и интенсивностью курения – 19%, что свидетельствует о признании студентами важности ведения здорового образа жизни. Возможно, это связано с реализуемыми профилактическими информационно-образовательными программами на территории Новгородской области, цель которых – помочь молодежи удержаться от курения. Однако, существует группа студентов (6%), которая не видит особого вреда от курения, и выявление будущего медицинского работника с высокой степенью никотиновой зависимости еще раз подтверждает факт необходимости настойчивой работы в университете по профилактике табакокурения.

Список литературы

1. Волкотруб Л.П. Табакокурение как фактор канцерогенного риска // Экономика здравоохранения. – 2010. – №2. – С. 10–15.
2. Динамика распространения табакокурения среди студентов-медиков за последние 10 лет / Н.Н. Боровиков [и др.] // Нижегородский медицинский журнал. – 1998. – № 1. – С. 28–29.

3. Масленникова Г. Я., Оганов Р.Г. Влияние курения на здоровье населения: место России в Европе // Профилактика заболеваний и укрепление здоровья. – 2002. – № 6. – С. 17–20.
4. Министерство здравоохранения Российской Федерации [Электронный ресурс] – – Режим доступа: <http://www.rosminzdrav.ru>.
5. Распространенность табакокурения среди студентов тихоокеанского государственного медицинского университета / Г.И. Суханова [и др.] // Тихоокеанский медицинский журнал // 2013. – № 4. – С. 103–105.
6. Смирнов В. К., Ермолова О.И., Сперанская О.И. Актуальные вопросы терапии табачной зависимости // Наркология. – 2010. – № 6. – С. 36–39.
7. Чучалин А. Г., Сахарова Г.М., Новиков К.Ю. Практическое руководство по лечению табачной зависимости // Русский медицинский журнал. – 2001. – № 21. – С. 2–19.

Рецензенты:

Трофимов В.И., д.м.н., профессор, зав. кафедрой госпитальной терапии с курсом аллергологии и иммунологии им. акад. М.В. Черноруцкого первого СПбГМУ им. акад. И.П. Павлова, г. Санкт-Петербург.

Байрамов А.А., д.м.н., заведующий НИЛ клинической эндокринологии ФГУ «Федеральный центр сердца, крови и эндокринологии им. В.А. Алмазова», г. Санкт-Петербург.