

5. Клинические рекомендации по оказанию медицинской помощи пострадавшим от воздействия ионизирующего излучения в чрезвычайных ситуациях. – Москва : ФГБУ ВЦМК «Защита», 2013. – 180 с.
6. Бельх, В. Г. Медико – санитарное обеспечение населения при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций радиационной природы : учеб. – метод. пособие / В. Г. Бельх, А. А. Тимошевский. – Москва : ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ», 2022. – 56 с.
7. Казини, Ю. Ф. Медико – биологические аспекты ядерного и радиационного терроризма / Ю. Ф. Казини // Медицина катастроф. – 2010. – № 1. – С. 91 – 96.
8. Экологические и медицинские последствия радиационной аварии 1957 года на ПО «Маяк» / под ред. А. В. Аксеева, М. Ф. Киселева. – Москва : Медбиоэкстрем, 2002. – 320 с.
9. Радиационная медицина : в 4 т. / под ред. Л. А. Ильина. – Москва : ИздАТ, 2001. – Т. 1. – 480 с.
10. Последствия техногенного радиационного воздействия и проблемы реабилитации Уральского региона / под ред. С. К. Шойгу. – Москва : Комтехпринт, 2002. – 320 с.
11. Кошурникова, Н. А. Смертность от рака легкого среди персонала ПО «Маяк» / Н. А. Кошурникова, В. В. Креслов, М. Г. Болотникова // Радиация и риск. – 1995. – № 5. – С. 145 – 150.
12. Романова, Т. И. Опыт работы цитогенетического общества Челябинской области / Т. И. Романова, А. В. Возилова, О. П. Сидорова // Педиатрический вестник Южного Урала. – 2013. – № 2. – С. 103 – 105.
13. Макеев, О. Г. Мутагенные последствия радиационного загрязнения Свердловской области / О. Г. Макеев // Актуальные проблемы биологии, медицины и экологии : сб. науч. тр. – 2009. – № 1. – С. 45 – 50.
14. Васин, М. В. Противолучевые средства защиты / М. В. Васин // Гражданская защита. – 2008. – № 10. – С. 2 – 4.
15. Апеллямов, Р. Г. ПО «Маяк» — источник повышенной опасности / Р. Г. Апеллямов // Международный журнал экспериментального образования. – 2013. – № 9. – С. 60 – 62.
16. Гуськова, А. К. Лучевая болезнь человека / А. К. Гуськова, Г. Д. Байсоголов. – Москва : Медицина, 1971. – 320 с.
17. Кошурникова, Н. А. Отдаленные последствия профессионального радиационного воздействия / Н. А. Кошурникова, М. Г. Болотникова // Радиация и риск. – 1995. – № 5. – С. 137 – 144.
19. Аветисов, Г. М. Готовность лечебно – профилактических учреждений к работе в условиях радиационной аварии / Г. М. Аветисов // Медицина катастроф. – 2007. – № 1. – С. 41 – 43.
20. Емельянов В.Н., Кузин А.А., Шарихин В.П. Новое программное обеспечение для эпидемиологического мониторинга заболеваемости военнослужащих курсантов // Вестник Российской Военно – медицинской академии. – 2018. – № S1. – С. 92 – 93.
21. Емельянов В.Н., Кузин А.А., Зобов А.Е. Эпидемиологическая оценка заболеваемости болезнями органов дыхания в образовательных организациях при помощи специализированного программного обеспечения // Кремлевская медицина. Клинический вестник. – 2023. – № 2. – С. 32 – 36.

Сведения об авторах

М.А. Мужиков* – оператор научной роты

Information about the authors

М.А. Muzhikov* – Scientific company operator

*Автор ответственный за переписку (Corresponding author):

Virko – viktor@mail.ru

УДК: 613.6.01

ПРОБЛЕМА КУРЕНИЯ

Мустафина Полина Сергеевна¹, Салахова Аделя Радиковна¹, Сулейманов Никита Сергеевич²,
Цатурян Лев Эдуардович¹, Дробышевская Марина Владимировна²

¹Кафедра дерматовенерологии и безопасности жизнедеятельности

ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет» Минздрава России

²ФГБОУ ВО «Уральский государственный экономический университет»

Екатеринбург, Россия

Аннотация

Введение. В исследовании рассматривается проблема роста никотиновой зависимости среди молодежи на фоне распространения альтернативных способов потребления никотина, таких как вейпы и IQOS. **Цель исследования** — выявить ключевые причины вовлеченности молодежи в курение, оценить их осведомленность о вреде никотина и проанализировать влияние на здоровье и поведение. **Материал и методы.** Проведено анкетирование респондентов в возрасте от 18 до 32 лет (n = 20), выполнен анализ научной литературы. Используются качественные и количественные методы. **Результаты.** Установлены распространенные симптомы воздействия никотина, частота курения, восприятие вреда и мотивация к курению. Отмечены пробелы в знаниях о последствиях употребления никотина. **Выводы.** Необходима реализация просветительских мероприятий, включение в учебные программы тем, связанных с профилактикой курения.

Ключевые слова: курение, никотин, социальные факторы, психологические факторы, зависимость, здоровье.

THE PROBLEM OF SMOKING

Mustafina Polina Sergeevna, Salakhova Adela Radikovna¹, Suleymanov Nikita Sergeevich², Tsaturyan Lev Eduardovich¹, Drobyshevskaya Marina Vladimirovna²

¹Department of Dermatovenerology and Life Safety

Ural State Medical University

²Ural State University of Economics

Yekaterinburg, Russia

Abstract

Introduction. This study examines the growing issue of nicotine addiction among young people against the backdrop of increasing popularity of alternative nicotine delivery systems such as vapes and IQOS. **The aim of the study** is to identify the key reasons for youth engagement in smoking, assess their awareness of nicotine – related harm, and analyze the impact on their health and behavior. **Material and methods.** A survey was conducted among respondents aged 18 to 32 years (n = 20), alongside a review of scientific literature. Both qualitative and quantitative research methods were applied.

Results. Common symptoms of nicotine exposure, frequency of smoking, perceived harm, and motivations for smoking were identified. Knowledge gaps regarding the consequences of nicotine use were also revealed. **Conclusions.** Educational and awareness campaigns should be implemented, including the integration of smoking prevention topics into academic curricula to help reduce nicotine use among youth.

Keywords: smoking, nicotine, social factors, psychological factors, addiction, health.

ВВЕДЕНИЕ

Проблема курения среди молодежи обостряется с каждым годом, особенно на фоне появления новых технологий, таких как вейпы и системы нагревания табака (например, IQOS). Эти устройства, предлагая альтернативу традиционным сигаретам, кажутся менее вредными, что привлекает молодежь, особенно тех, кто стремится избежать общественного осуждения или ищет более "модные" способы потребления никотина. Однако, несмотря на различные маркетинговые заявления, воздействие таких технологий на здоровье человека, особенно на молодые организмы, еще не полностью изучено.

Никотин, являясь основным активным веществом, вызывает зависимость и оказывает серьезное воздействие на нервную систему. На фоне роста использования альтернативных методов потребления, важно исследовать не только физиологическое влияние никотина, но и социальные аспекты, такие как изменение общественных норм, предпочтений и поведения молодежи. Важно отметить, что хотя использование вейпов и IQOS в некоторых случаях воспринимается как менее вредное, исследования показывают, что эти устройства также могут способствовать развитию никотиновой зависимости и имеют потенциальные долгосрочные риски для здоровья.

Цель исследования – оценить уровень потребления никотина, выявить основные факторы, влияющие на распространённость курения среди молодежи, и предложить меры профилактики.

МАТЕРИАЛ И МЕТОДЫ

Для написания этой работы использовались несколько различных методов, чтобы получить полную картину проблемы. Во – первых, мы провели анализ литературных источников, чтобы понять, что уже известно о влиянии никотина на здоровье и социальную жизнь. Изучение существующих исследований, медицинских отчетов и выводов научных организаций позволило собрать информацию о текущем состоянии проблемы и существующих подходах к решению.

Кроме того, использовался статистический анализ данных, чтобы оценить, как часто молодежь употребляет никотиносодержащие продукты и какие факторы на это влияют. Важно было понять, как эти привычки соотносятся с возрастом, полом, уровнем образования и социальной средой.

Основной метод сбора данных — это анкетирование. Мы опросили 20 человек в возрасте от 18 до 32 лет. Это возрастная группа, которая активно экспериментирует с различными способами потребления никотина. В анкете были вопросы о частоте употребления никотина, ощущениях после использования вейпов или IQOS, а также о том, как респонденты оценивают влияние этих технологий на их здоровье.

Мы старались сделать так, чтобы наши данные были точными и объективными: анкеты были анонимными, и мы гарантировали полную конфиденциальность. Вопросы в анкете были как закрытые, так и открытые — это позволило нам не только собрать количественные данные, но и узнать личные ощущения респондентов.

РЕЗУЛЬТАТЫ

В опросе приняли участие 20 человек в возрасте от 18 до 32 лет. Среди них было 12 мужчин (60 %) и 8 женщин (40 %). Все участники сообщили, что имеют опыт использования никотиносодержащих продуктов, в основном в формате электронных сигарет (вейпов) или устройств нагревания табака, таких как IQOS. Большинство респондентов — 16 человек, то есть 80 % — указали на ухудшение состояния дыхательной системы после начала курения. Они описывали симптомы как затруднённое дыхание, появление одышки и частый кашель даже при незначительных нагрузках. Некоторые упомянули, что стали быстрее уставать во время физической активности.

Что касается частоты употребления никотина, то мнения оказались разнообразными. Семь опрошенных заявили, что курят примерно каждый час. Восемь человек курят чаще всего раз в два часа, трое — примерно раз в три часа. Оставшиеся двое ответили, что не отслеживают свою частоту — они курят «по ситуации», когда возникает желание.

Интересно, что 9 респондентов (45 %) считают вейпы и IQOS менее вредными, чем обычные сигареты. При этом 5 участников (25 %) придерживаются противоположной позиции, а 6 человек (30 %) не смогли определиться с ответом. Это может свидетельствовать о том, что у многих отсутствует чёткое понимание рисков, связанных с альтернативными способами курения.

Вопрос о причинах, по которым люди начали курить, показал, что чаще всего мотивом становился стресс - его назвали 12 участников. Ещё 10 человек признались, что начали курить под влиянием друзей и компании. Некоторые (7 человек) рассказали, что для них курение было способом соответствовать модным тенденциям. Любопытство как основной мотив отметили 5 участников.

Многие респонденты сообщили о негативных изменениях в психоэмоциональном состоянии. Четырнадцать человек отметили, что в периоды, когда нет доступа к устройству, появляется раздражительность или сниженное настроение. Примерно две трети опрошенных (13 человек) считают, что у них уже сформировалась никотиновая зависимость. Также в ходе опроса фиксировались физические симптомы. Головные боли регулярно испытывают 3 участника, у 8 респондентов снизился аппетит, и ещё 2 человека сообщили о том, что стали менее активны в повседневной жизни. Примерно треть опрошенных (6 человек) сказали, что курение стало для них частью повседневного ритуала - особенно во время учёбы или работы.

ОБСУЖДЕНИЕ

Результаты исследования показывают, что большинство респондентов понимают вред никотина, но при этом продолжают его употреблять. Это связано с тем, что курение, особенно с использованием вейпов и IQOS, становится важной частью социальной адаптации. Многие респонденты признались, что начали использовать никотин, чтобы вписаться в компанию или следовать трендам. Социальное давление играет большую роль в формировании привычки, особенно среди молодежи. Кроме того, для некоторых курение стало способом справляться с повседневным стрессом или переживаниями, что, в свою очередь, способствует развитию зависимости.

Что касается здоровья, то данные из литературы подтверждают, что альтернативные способы потребления никотина, такие как вейпы и системы нагревания табака, могут иметь схожие или даже более серьезные последствия для организма, чем обычные сигареты. Несмотря на то, что эти устройства позиционируются как «менее вредные», исследования показывают, что они также способствуют развитию никотиновой зависимости и могут быть связаны с проблемами в дыхательной и сердечно – сосудистой системах. И хотя многие считают, что такие устройства менее опасны, химические вещества, которые выделяются при

их использовании, все равно оказывают негативное влияние на организм, особенно в долгосрочной перспективе.

Таким образом, несмотря на кажущуюся «безопасность» альтернативных методов, их использование продолжает представлять угрозу для здоровья, особенно среди молодежи, которая часто не осознает всех рисков и последствий.

ВЫВОДЫ

1. Курение остаётся важной социальной и медицинской проблемой, особенно среди молодежи. Несмотря на все усилия по информированию людей о вреде курения, эта проблема всё ещё актуальна, особенно среди молодёжи. Курение стало не только привычкой, но и частью социального поведения. Молодые люди часто начинают курить, чтобы вписаться в компанию или следовать модным трендам, что усложняет задачу по снижению уровня потребления никотина среди них.

2. Вейпы и IQOS потенциально не менее вредны, чем традиционные сигареты, что подтверждается исследованиями и анкетированием. Хотя многие считают вейпы и IQOS более безопасной альтернативой обычным сигаретам, исследования показывают, что они могут быть не менее вредными для здоровья. Даже если не выделяется дым, эти устройства всё равно содержат никотин и другие химические вещества, которые могут повлиять на дыхательную и сердечно – сосудистую системы, а также способствовать развитию зависимости.

3. Формирование осознанного отказа от никотина требует комплексных образовательных программ и государственных инициатив. Чтобы действительно бороться с курением, особенно среди молодежи, недостаточно просто информировать о вреде. Нужно создавать программы, которые помогут людям понять, как избавиться от зависимости, а также поддерживать инициативы на уровне государства, чтобы снизить доступность никотиносодержащих продуктов и улучшить осведомлённость среди молодежи.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Дубровинская, Е.И. Социально – психологические условия формирования мотивации первичного отказа от табакокурения среди студенческой молодежи / Е.И. Дубровинская // Социальная психология и общество. – 2012. – № 4. – С. 45–52.
2. Марченко, Н.В. Характеристики убеждений о табакокурении студентов с различными личностными особенностями / Н.В. Марченко // Вестник психологии и педагогики. – 2016. – № 2. – С. 58–64.
3. Цатурян, Л.Э. Человеческий капитал, теории и методы: значение системы здравоохранения в формировании человеческого капитала региона / Л.Э. Цатурян, Л.К. Чеснукова // Вестник УГМУ. – 2022. – № 2 (57). – С. 86–98.
4. Психологические аспекты формирования устойчивой мотивации отказа от курения среди подростков и молодежи / И.М. Григорьева // Современные проблемы науки и образования. – 2018. – № 3. – С. 73–78.
5. Барышникова, Е.Н. Роль профилактических программ в борьбе с курением среди молодежи / Е.Н. Барышникова // Вестник ТГУ. – 2017. – № 6. – С. 112–118.
6. Воздействие социальных сетей на формирование отношения молодежи к курению / Н.В. Кузнецова // Western Journal of Social Research. – 2019. – № 5. – С. 33–39.
7. Социально – психологические аспекты предупреждения курения среди подростков / О.В. Михайлова, Т.А. Семенова // Психология и образование. – 2015. – Т. 9. – № 3. – С. 123–134.

Сведения об авторах

П.С. Мустафина* – студент

А.Р. Салахова – студент

Н.С. Сулейманов – студент

Л.Э. Цатурян – старший преподаватель

М.В. Дробышевская – старший преподаватель

Information about the authors

E.E. Shkireva* – Student

A.R. Salakhova – Student

N.S. Suleymanov – Student

L.E. Tsaturyan – Senior Lecturer

M.V. Drobyshevskaya – Senior Lecturer

*Автор, ответственный за переписку (Corresponding author):

mustafinapolina2016@icloud.com