

# КУРЕНИЕ КАК ФАКТОР РИСКА ЗАБОЛЕВАНИЙ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ И ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМ

**Алейникова Ю.С., Меркушевич Ж.М.**

*студентки 3 курса, лечебного факультета*

Научный руководитель – доцент С.П. Сивакова

Кафедра общей гигиены и экологии

УО «Гродненский государственный медицинский университет»

**Актуальность.** Курение среди молодежи является одной из основных социальных проблем в современном обществе. Угрожающие темпы роста заболеваемости среди детей и подростков определяют необходимость активного выявления неблагоприятных факторов, влияющих на формирование отклонений в состоянии здоровья подрастающего поколения. Ежегодно, во всем мире от заболеваний, вызванных курением, умирают свыше 4 млн человек. Прогнозируется, что к 2020 г. курение станет ведущей причиной смерти и важнейшей проблемой для общественного здоровья в мире.

**Цель.** Изучение влияния курения на сердечно-сосудистую и дыхательную системы студентов Гродненского государственного медицинского университета с помощью валеолого-гигиенического анкетирования.

**Введение.** Вред курения для сердечно-сосудистой системы курильщика колоссален. Всего одна сигарета в 10 раз увеличивает ритм сердца, что приводит к нарушению работы данного органа. Кроме того, эксперименты на животных показали, что при вдыхании окиси углерода (содержится в табачных изделиях) в 2–3 раза увеличивается риск возникновения атеросклероза. Стенокардия и инфаркт появляются у курильщиков в 12 раз чаще. Курение приводит к спазму артерий сердца, повышению давления, тромбозам. Существуют данные, что пристрастие к табаку является причиной в 30% случаев развития онкологических заболеваний. Курение больше всего оказывает влияние на дыхательную систему. Именно она является первой на пути действия канцерогенов, никотиновых смол и других опасных составляющих табачного дыма. Он раздражает слизистую гортани, трахеи, вызывает атрофию реснитчатого эпителия, выстилающего дыхательные пути. Курильщики предрасположены к астме, аллергии и простудным заболеваниям, которые протекают у них более длительно. У 80% заядлых курильщиков часто развивается хронический бронхит, который в дальнейшем является основой развития бронхолегочной патологии.

**Материалы и методы исследования.** В качестве материала исследования послужили результаты анкетирования 111 студентов 18-23 лет учреждения образования «Гродненский государственный медицинский университет». Среди них – 69 девушек и 42 юноши. Изучалось функциональное состояние сердечно-сосудистой и дыхательной систем с помощью функциональных проб (ортостатическая проба, проба с физической нагрузкой, проба Генча). Обработка данных проводилась с помощью компьютерной программы MS Excel.

**Результаты и их обсуждения.** Анализ анкет показал, что среди опрошенных студентов 70,3% не курят, 10,8% курят часто и 18,9% курят, но редко. Из этого можно сделать вывод, что наша выборка является показательной. 56,8% хоть раз в жизни пробовали курить и 52% из них продолжают курить до сих пор. В свою очередь, 56,8% опрошенных рецензентов относятся к курению отрицательно, 40,5% – нейтрально, 2,7% – положительно. Было выявлено, что у 30% курящих студентов родители тоже курят или курили ранее.

Среди наиболее частых причин, по которым молодые люди начинали курить, были: «из-за проблем в учёбе, работе или в семье» и «чтобы выглядеть старше». 10,8% курящих ответили, что выкуривают более 10 сигарет в день, а 16,2% – до 10. На вопрос о «тяге» к курению 10,8% ответили, что совсем не чувствуют, 13,5% чувствуют лёгкую зависимость, а 8,1% признались, что зависимы от сигарет.

Так как анкетирование проводилось только среди студентов-медиков, непосредственно знакомых с проблемой и последствиями курения, было очень важно узнать мнение молодых людей о целесообразности проведения борьбы с курением. 32% опрошенных рецензентов ответили, что это не имеет никакого смысла. На не менее важный вопрос: «Почему работники здравоохранения, зная о неблагоприятных последствиях курения, продолжают курить?» ответили следующее: «из-за зависимости», «из-за стресса», «потому что недостаточно компетентны», «испытывают те же человеческие чувства, что и все другие люди», «потому что это их выбор».

На вопрос о том, собираются ли бросить курение, никто из опрошенных не ответил «пробовал, но не смог бросить». 40% курящих ответили, что бросят в ближайшее время, 40%, что бросят, но в далёком будущем, а 20%, что бросать не собираются. Причины, побудившие молодых людей бросить курить, следующие: беременность, дороговизна сигарет, влияние окружающих и собственная сила воли. Противоположными аргументами были в основном «зависимость» и «я курю очень редко и не считаю, что это вредит здоровью».

Электронные сигареты пробовали курить 37,8% опрошенных. Причём только 8,1% молодых людей их курит от случая к случаю, и только 2,7% курит их ежедневно. Следует отметить, что никто из опрошенных не сочетает курение электронных сигарет с обычными, и никто из опрошенных не использует никотиновые жидкости для электронных сигарет. Считают, что электронные сигареты безвредны 5,4% опрошенных рецензентов, вредными – 43,2%, а то, что они вредны менее, чем обычные – 51,4%. По результатам опроса, электронные сигареты курят либо для развлечения, либо для отвыкания от курения обычных.

Так же представлял интерес изучения мнение молодых специалистов относительно мер по антипропаганде курения. Наиболее популярным стал ответ: «Ничего не предпринимать. Это выбор каждого». Так же были популярны ответы такие как: повысить цены, ввести штрафы, усложнить процедуру покупки и т. д.

Так же нами были проведены пробы с целью оценки функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем среди курящих и некурящих студентов.

Результаты оценки ортостатической пробы показали, что у некурящих молодых людей до пробы пульс составил в среднем 74,7 ударов в минуту, после проведения пробы – 82,3. У курящих: до – 69, после – 83,1. Таким образом, частота сердечных сокращений у некурящих увеличилась в среднем на 7,6, а у некурящих – 14,1.

Результаты пробы с физической нагрузкой показали, что у курящих студентов пульс составил до нагрузки – 71,5, после – 87. Время на восстановление – 90 секунд. У некурящих соответственно: 75,5, 91,5, 94,9 секунд. Таким образом, у курящих пульс изменился на 15,5 ударов, а у некурящих – на 16.

Проведение пробы Генча выявило, что у некурящих студентов пульс составил 48,8 секунд, у курящих – 64 секунды.

**Вывод.** Курение является одним из факторов риска развития патологий сердечно-сосудистой и дыхательной систем у студентов. Курит около 30% опрошенных респондентов. Противоречивые результаты можно объяснить большей физической натренированностью и малым стажем курящих молодых людей. В будущем, курение значительно снизит компенсаторные возможности организма.

#### Литература:

1. Вред курения и его последствия: библиографический список литературы / Нац. б-ка Чуваш. Респ.; сост. П. Н. Логинова. – Вып. 3. – Чебоксары, 2011. – 10 с. – (Экология человека и социальные проблемы. <http://www.russia-no-smoking.ru/vred-kureniya/na-organizm-cheloveka/legkie/>)

## ПРОФИЛАКТИКА ШКОЛЬНЫХ ФАКТОРОВ РИСКА

**Анисимова (Павлусевич) Е.В.**

*студентка 6 курса лечебного факультета*

Научный руководитель – старший преподаватель Е.И. Трусъ

Кафедра общественно здоровья и здравоохранения

УО «Гродненский государственный медицинский университет»

**Актуальность.** Здоровье нации определяется, прежде всего, здоровьем детей и подростков. Приняты ряд законов и постановлений, обеспечивающих законодательную базу охраны здоровья подрастающего поколения, однако сохраняются отрицательные тенденции в динамике здоровья детского населения. По результатам медицинских осмотров детей, в Республике Беларусь наблюдается увеличение количества детей шести лет и первоклассников с нарушением зрения, сколиозом и нарушением осанки [1, с. 246].

В ухудшении здоровья детей важную роль играют широкое распространение вредных социальных привычек и болезней, недостаточное внедре-