

Grzegorz Opielak¹,
Anna Nadulska²,
Jakub Piotrkowicz²,
Łukasz Szeszko²

¹Katedra i Zakład Anatomii Uniwersytetu
Medycznego w Lublinie

²Studenckie Anatomiczne Koło Naukowe przy
Katedrze Anatomii Prawidłowej Uniwersytetu
Medycznego w Lublinie

Palenie tytoniu wśród młodzieży szkół średnich w świetle aktualnych badań

Cigarettes smoking among young people in schools, due to actual research

STRESZCZENIE

Wstęp. W okresie dorastania u młodzieży pojawiają się i nasilają zachowania ryzykowne, których skutki można zaobserwować w dalszych latach życia. Celem pracy były pomiar częstotliwości palenia tytoniu przez młodzież oraz identyfikacja czynników wpływających na rozmiar tego zjawiska.

Materiał i metody. Badanie przeprowadzono w 2010 roku, w losowo wybranej grupie młodzieży w dwóch szkołach średnich w Lublinie. W badaniu posłużono się metodą statystyczną, przy wykorzystaniu kwestionariusza ankiety własnej konstrukcji.

Wyniki. Badania wykazały, że uzależnienie od palenia tytoniu jest jednym z głównych problemów wśród młodzieży (41% uczniów pali papierosy), przy czym uczennice pałą 2,5-krotnie częściej niż uczniowie. Palenie wiąże się z wpływem czynników środowiskowych i rodzinnych oraz z subiektywnym postrzeganiem szkodliwości tego nałogu.

Wnioski. W przeprowadzonym badaniu palenie tytoniu stanowi główne zagrożenie prowadzące do nałogu, w większym stopniu niż alkohol i narkotyki. Prezentowane wyniki wskazują na potrzebę podjęcia bardziej skutecznych działań profilaktycznych zapobiegających wzrostowi palenia tytoniu wśród młodzieży.

Forum Medycyny Rodzinnej 2014, tom 8, nr 4, 190–194

słowa kluczowe: palenie tytoniu, rodzina, nałóg, młodzież

ABSTRACT

Introduction. In the period of growing up, in young people there appear and are increasing risky types of behaviour, the results of which it is possible to observe in more distant years of life. The aim of the study was to measure the frequency of smoking by the young people and to identify the factors affecting the size of this phenomenon.

Material and methods. A research was conducted in 2010, on a randomly chosen group of young people at two secondary schools in Lublin. In the examination the statistical method, using the questionnaire form of the questionnaire form of the own structure was applied.

Adres do korespondencji:

dr n. med. Grzegorz Opielak
Katedra i Zakład Anatomii UM w Lublinie
ul. Jaczewskiego 4, 20–090 Lublin
tel.: 081 742 36 78, kom. 601 296 965
e-mail: opielak@wp.pl

Results. Examinations showed addiction to smoking cigarettes was one of major problems amongst young people (41% pupils are smoking cigarettes), in addition female pupils are smoking 2.5 times more often than male pupils. Smoking is connected with the influence of environmental and family factors and with subjective perceiving of the harmfulness of this addiction.

Conclusions. In the conducted examination smoking cigarettes constitutes the main threat leading to the addiction, in the large degree than alcohol and drugs. Presented results show the need of taking preventive effective actions against popularity of the smoking amongst young people.

Forum Medycyny Rodzinnej 2014, vol 8, no 4, 190–194

key words: cigarettes smoking, family, addiction, adolescents

WSTĘP

Tytoń jest jedną z najpowszechniej używanych substancji psychoaktywnych na świecie [1]. Powoduje silne uzależnienie — silniejsze niż opiaty, alkohol i inne substancje objęte kontrolą [2]. Pewność dowodów o szkodliwości tytoniu mocno kontrastuje ze skalą problemu, czyli powszechnością palenia tytoniu [3]. W Polsce ponad 47% mężczyzn i 23% kobiet w wieku 16 i więcej lat jest palaczami tytoniu. U młodzieży w wieku 15–19 lat palącej stale papierosy ponad 2-krotnie częściej obserwuje się zmiany EKG o cechach niedokrwienia mięśnia sercowego [4]. Palenie papierosów zaczyna się od eksperymentowania, najczęściej w grupie rówieśniczej, a prowadzi do fatalnych w skutkach zdrowotnych nałogu. W szkole łatwiej sięgnąć w gronie kolegów po nikotynę, tłumacząc, że przynosi ona ulgę w stresie. Nikotylna uzależnia fizycznie i psychicznie. Wyznania narkomanów, którzy przyzwyczaili się do heroiny, sugerują, że palenie tytoniu jest trudniejsze do przezwyciężenia niż uzależnienie od narkotyku przyjmowanego przez te osoby [5].

W przeprowadzonym badaniu palenie papierosów stanowi główne zagrożenie prowadzące do uzależnienia oraz może torować drogę do powstania innych nałogów. Praca stanowi wstęp do dalszych obserwacji i badań w populacji ludzi młodych w celu oceny wy-

stępowania nałogów z jednoczesną prewencją w tym zakresie.

MATERIAŁ I METODY

W badaniach wzięli udział losowo wybrani uczniowie w wieku 16–18 lat, pochodzący z dwóch rodzajów szkół na terenie miasta Lublin: liceów ogólnokształcących (LO) oraz z Zespołu Szkół Ekonomicznych (ZSE). Dziewczęta stanowiły 69%, chłopcy 31% badanej populacji. Badania przeprowadzono w 2010 roku, przy pomocy specjalnie skonstruowanej autorskiej ankiety, która składała się z dziewięciu części. Zawierała ona informacje dotyczące częstości palenia tytoniu, badała środowisko szkolne i rodzinne, a także zbierała opinie młodych ludzi na temat palenia papierosów. Dane pochodzące z badania opracowano przy zastosowaniu programu statystycznego STATISTICA 6.0.

WYNIKI

■ Charakterystyka respondentów

Najwięcej odpowiedzi na zadane pytania uzyskano od 18-letnich uczennic. Spośród badanej populacji 49,5% ankietowanych pochodziła z miasta. Odsetek uczniów uczęszczających do szkół ze wsi i miasteczek był podobny (24,3% i 26,2%). Z pełnych rodzin pochodziło 76% uczniów, z rodzin niepełnych — 24% ankietowanych.



**Palenie tytoniu
jest trudniejsze do
przezwyciężenia niż
uzależnienie od narkotyku**

Tabela 1

Poglądy uczniów dotyczące palenia tytoniu

Poglądy/płeć	Kobiety	Mężczyźni
Akceptuje palenie tytoniu	27%	9%
Akceptuje tylko przez dorosłych	4%	4%
Przez wszystkich bez względu na wiek	3%	6%
Przez osoby palące dla towarzystwa	16%	5%
Nie akceptuje	19%	7%

Tabela 2

Liczba wypalanych papierosów w zależności od wieku

Wiek/liczba papierosów	1 paczka w tygodniu	1 paczka na 2 tygodnie	1 paczka na miesiąc	Wcałe
16 lat	4%	3%	4%	8%
17 lat	9%	5%	5%	21%
18 lat	11%	4%	4%	13%



Istnieje istotna zależność pomiędzy paleniem tytoniu a spożywaniem napojów alkoholowych

■ Postawy młodzieży wobec palenia tytoniu

Do kontaktu z nikotyną (próby palenia) przyniósł się 41% badanych. Niepokojący jest fakt, że z tej grupy 29% przypada na uczennice, a 12% na uczniów. Nie paliło nigdy 59% uczniów. W czasie prowadzenia badań paliło 25% młodych ludzi, w tym regularnie (codziennie) 15% młodzieży.

Opinie dotyczące palenia tytoniu przez młodych ludzi przedstawiono w tabeli 1.

Palenie papierosów popiera 36% respondentów, przy czym kobiety robią to 3-krotnie częściej od mężczyzn. Duże poparcie ma palenie dla towarzystwa, by zaimponować innym (45% badanych), głównie wskazywała na to płeć żeńska. Pozostałymi przyczynami palenia były: relaks (26%), ucieczka przed problemami (5%) oraz ciekawość i zabawa (odpowiednio 2% i 1%).

Zdecydowana większość (77%) badanej młodzieży miała świadomość, że palenie prowadzi do nałogu. Wśród palących tytoniu uczniów 33% miało świadomość, że nikotyna uzależnia i ma niekorzystny wpływ na zdrowie, a 7% nie widziało związku między paleniem a uzależnieniem. Z całej badanej populacji 17% uczniów w ogóle nie miało własnego zdania na temat zachowania zdrowotnego w tym zakresie.

Z wiekiem wzrastała też liczba wypalanych przez starszych uczniów papierosów. Uczniowie klas trzecich wypalali najwięcej papierosów; 40 i więcej tygodniowo paliło 43% uczniów klas trzecich i 26,8% uczniów klas pierwszych (różnice istotne statystycznie $p < 0,05$) (tab. 2).

W badanej grupie w okresie prowadzenia badań odsetek palących był największy wśród 18-letnich dziewcząt i był 3-krotnie większy od populacji męskiej. Wypalały one więcej papierosów tygodniowo niż populacja męska (różnice były istotne statystycznie — $p < 0,05$) (tab. 3).

Stwierdzono również istotną zależność pomiędzy paleniem tytoniu a spożywaniem napojów alkoholowych przez młodzież. Wśród uczniów niepalących alkohol piło 10%, zaś wśród palących — 45% (różnice były istotne statystycznie — $p < 0,05$).

■ Środowisko rodzinne

Sytuacja rodzinna miała istotny wpływ na zachowania związane z nałogiem nikotynowym u młodzieży. Z zebranych informacji wynika, że próby palenia częściej podejmowali uczniowie z rodzin niepełnych — 7,5% palących oraz 2% uczniów mających obojga rodziców (różnice były istotne statystycznie — $p < 0,05$).

Tabela 3

Liczba wypalanych papierosów w zależności od płci

Płeć	1 paczka w tygodniu	2 paczki w tygodniu	1 paczka w miesiącu	Wcale
Kobiety	24%	1%	2%	24%
Mężczyźni	8%	2%	1%	17%

Duży wpływ na rozwój uzależnienia u dzieci miał również nałóg palenia tytoniu u ich rodziców. Dzieci rodziców palących tytoń częściej podejmowały próby palenia lub paliły regularnie 40 i więcej papierosów tygodniowo — 7% uczniów rodziców palących i 2% rodziców niepalących (różnice były istotne statystycznie — $p < 0,05$).

■ Środowisko szkolne

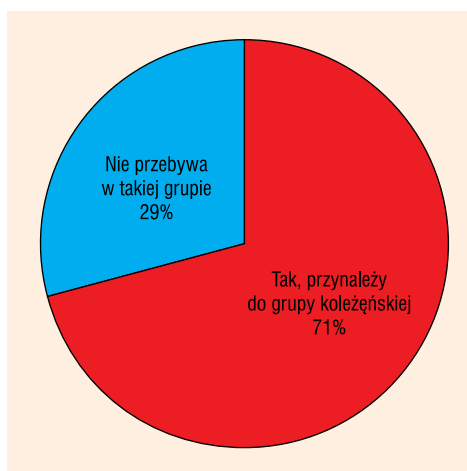
Na zadane pytanie „Jakie były powody zapalenia pierwszego papierosa?” 1/3 starszych nastolatków wskazała, że została namówiona przez inną osobę, tylko 2% ankietowanych zapaliło, aby zaspokoić ciekawość. Potwierdza to wcześniejsze ustalenia, że przebywanie w grupach rówieśniczych stymuluje rozwój uzależnienia.

Jednym z czynników powodujących rozwój nałogu palenia przez osoby młode jest przynależność do nieformalnych zgrupowań subkulturowych, w których osoby palące mają poparcie przez współtowarzyszy. Przeprowadzone badanie pokazało, że odsetek młodzieży przynależącej do takich grup jest bardzo wysoki — 71% (ryc. 1). Palenie stało się dla nich wspólnym sposobem spędzania czasu. Młodym ludziom ciężko wyrwać się z presji takiej grupy.

Głównym źródłem finansowym na zakup papierosów są pieniądze od rodziców na własne wydatki. Jedna trzecia badanych przeznaczają je na produkt, który jest niezdrowy i uzależnia (ryc. 2).

DYSKUSJA

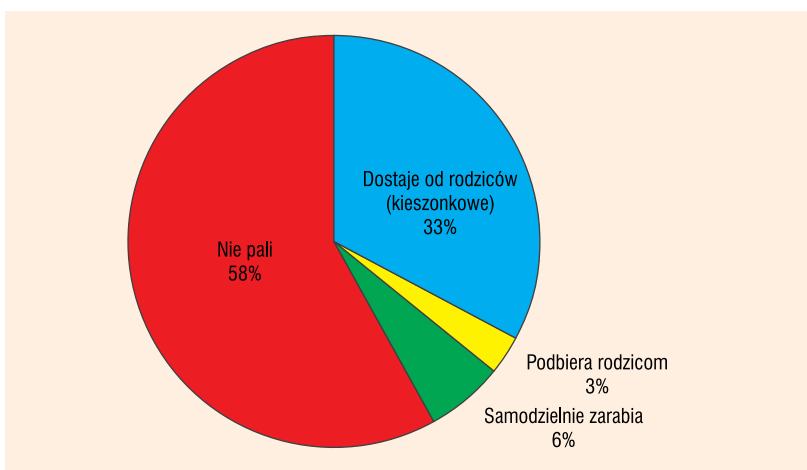
Zachowania zdrowotne kształtują się od wczesnego dzieciństwa pod wpływem różnych czynników i wzorców osobowych w domu czy w szkole. Dzieciństwo i młodość decydują



Rycina 1. Przynależność do grupy rówieśniczej a palenie papierosów

w istotnym stopniu o zachowaniach zdrowotnych i stylu życia ludzi dorosłych. Jak pokazują badania, zachowania zdrowotne uważa się obecnie za ważną metodę pomiaru stanu zdrowia populacji [6].

Popularność palenia tytoniu wśród młodzieży pozostaje nadal powszechnym zjawiskiem, pomimo wprowadzania wielu progra-



Rycina 2. Środki finansowe na zakup papierosów



Zjawisko tak zwanego „torowania”, czyli uzależnienie od jednego środka psychoaktywnego, ułatwia uzależnienie od innych

mów profilaktycznych, w tym Narodowego Programu Zdrowia. Niepokojący jest fakt, że zmienia się częstość palenia w zależności od płci: dziewczęta stały się bardziej narażone na nałóg niż chłopcy [7, 8]. Jak wskazują badania, większość dorosłych palaczy rozpoczyna doświadczenia z tytoniem między 13. a 15. rokiem życia. Z tych młodocianych osób blisko połowa zostanie nałogowymi palaczami [9]. W okresie adolescencji duży wpływ na podejmowanie palenia tytoniu ma grupa rówieśnicza. Obok niej istotnym czynnikiem są wzorce rodzinne. Postawa obojga rodziców kształtuje postawy dzieci wobec palenia [10]. W okresie dojrzewania palenie tytoniu zwiększa prawdopodobieństwo innych zachowań ryzykownych, jak picie alkoholu. Należy podkreślić, że zjawisko tak zwanego „torowania”, czyli uzależnienie od jednego środka psychoaktywnego, ułatwia uzależnienie od innych [11].

Informacje zawarte powyżej potwierdzają wyniki badań własnych:

- większość uczniów akceptuje palenie papierosów;
- uczniowie klas starszych palą częściej i więcej od uczniów klas pierwszych;
- wzrosła liczba uczennic, które podjęły próby palenia;
- uczniowie, których rodzice palili papierosy, byli bardziej podatni na próby palenia;

- motywem zapalenia pierwszego papierosa były w większości przypadków wpływy grup koleżeńskich;
 - zdecydowana większość uczniów miała świadomość, że palenie tytoniu prowadzi do nałogu;
 - kieszonkowe od rodziców stanowi główne źródło finansowania zakupu papierosów.
- Uzyskane wyniki potwierdzają, że uzależnienie to suma wielu czynników. Działania prowadzące do zmian postaw młodzieży wobec palenia muszą być wielopoziomowe.

WNIOSKI

1. Zjawisko palenia wśród młodzieży szkół średnich występuje z dużą częstością i nasila się z wiekiem.
2. Uczniowie podejmują próby palenia mimo wiedzy o jego szkodliwości.
3. U znacznej części młodzieży palenie papierosów współwystępuje z piciem alkoholu.
4. Duże znaczenie na rozwój uzależnienia od nikotyny mają wzorce rodzinne oraz wpływ grup koleżeńskich na zachowania w tym zakresie.
5. Konieczne jest prowadzenie dalszych działań profilaktycznych, zarówno wśród rodziców, jak i ich dzieci, w celu wyrabiania właściwych postaw wobec szkodliwości palenia.

PIŚMIENNICTWO

1. Wilmes D.J. Nie!!! Alkoholowi i Narkotykom. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne. Gdańsk 2002.
2. Teesson M., Degenhardt L., Hall W. Uzależnienia. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne. Gdańsk 2005.
3. Kłos J., Gromadecka-Sutkiewicz M. Palenie papierosów jako aspekt stylu życia wśród 18-letnich uczniów poznańskich szkół. Przegląd Lekarski 2008; 65: 123–125.
4. Żuralska R., Dziedziczko A. Palenie tytoniu wśród młodzieży szkolnej. Zdrowie Publiczne 2005; 115: 502–504.
5. Rogers P.D., Goldstein L. Narkotyki i nastolatki. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne. Gdańsk 2007.
6. Woynarowska B., Mazur J. Zachowania zdrowotne młodzieży szkolnej w Polsce: wyniki badań HBSC 2002. Zdrowie Publiczne 2004; 114: 159–167.
7. Czapiński J., Panek T. (red.). Diagnoza społeczna 2007. Warunki i Jakość Życia Polaków. Wyższa Szkoła Finansów i Zarządzania, Warszawa 2007.
8. Mazur J., Woynarowska B., Kowalewska A. Wybrane wskaźniki palenia tytoniu przez młodzież 15-letnią w Polsce na tle międzynarodowych statystyk. Przegląd Lekarski 2008; 65: 549–552.
9. Kowalewska A., Woynarowska B., Mazur J. Uzależnienie od nikotyny i gotowość do rzucenia palenia wśród palącej młodzieży 15-letniej. Problemy Higieny i Epidemiologii 2005; 86: 93–98.
10. Obuchowska I. Drogi dorastania. Wydawnictwo Szkolne i Pedagogiczne. Warszawa 1996.
11. Muszaliński M., Marzec A., Bartuzi Z. Edukacji zdrowotna metoda zapobiegania paleniu papierosów i picia alkoholu wśród młodzieży szkolnej. Pielęgniarstwo Polskie 2005; 2: 225–229.