Piaszczyk Diana[1], Juchimiuk Sylwia[1], Paszkiewicz Justyna[2]

[1] Wydział Nauk o Zdrowiu i Nauk Społecznych, Katedra Zdrowiu, Zakład Zdrowia Publicznego Państwowa Szkoła Wyższa im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej
[2] Wydział Nauk o Zdrowiu i Nauk Społecznych, Katedra Zdrowiu, Zakład Pielęgniarstwa Państwowa Szkoła Wyższa im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej

Wiedza młodzieży gimnazjalnej na temat zagrożeń wynikających z palenia tytoniu

Streszczenie

Palenie tytoniu jest częstym zagrożeniem zdrowia młodzieży, powodującym uzależnienie i poważne konsekwencje zdrowotne. Z uwagi na znaczenie problemu należy podjąć intensywne działania profilaktyczne w tym zakresie, w szkołach i rodzinach młodych ludzi.

Celem badań było poznanie opinii gimnazjalistów na temat palenia papierosów oraz czynników wpływających na chęć sięgania po papierosy wśród młodzieży.

Badania przeprowadzono wśród 100 gimnazjalistów w Białej Podlaskiej, narzędziem badawczym był kwestionariuszem ankiety zawierający 31 pytań.

Wykazano, że 29% badanych paliło regularnie, a 32% swojego pierwszego papierosa zapaliło w wieku 12 lat, 41% paliło od 13 roku życia, a 25% od 15 r.ż. Wykazano, że 17% gimnazjalistów wypalało więcej niż 3 papierosy dziennie, 14% 4-6 papierosów dziennie, a 10% 7-10 sztuk. Tylko trzy osoby wypalały więcej niż 10 papierosów dziennie. Znaczny odsetek gimnazjalistów (41%) sięgał po papierosa dla towarzystwa, po 25% paliło z nudów i dla zabicia czasu lub w stresie, 9% przy alkoholu.

Wykazano, że 17% badanych otrzymywało papierosy od znajomych, 12% kupowało w sklepie, lub „podkradało" rodzicom. Wykazano, że 94% było zdania, że palenie szkodzi zdrowiu, a 38% informacje na temat szkodliwości nałogu uzyskało z Internetu, prasy i TV, 26% wiedzę tę czerpało ze szkoły, 22% o szkodliwości palenia informowali rodzice i/lub znajomi, a 14% edukował lekarz.

Stwierdzono, że 24% badanych jako chorobę odtytoniową wymieniło rak płuc, 20% zawał mięśnia sercowego, po 13% przewlekłą obturacyjną chorobę płuc i nowotwór krtani. Badani (78%) uważali, że palenie pogarsza wygląd skóry, a 82% było zdania, że nikotyna powoduje silne uzależnienie.

Słowa kluczowe: palenie tytoniu, młodzież, wiedza

Wprowadzenie

Według wielu doniesień tytoń jest uważany za najbardziej psychoaktywną substancje na świecie, powoduje bardzo silne uzależnienie, które jest nawet większe od tego powodowanego przez opiaty czy alkohol (Tesson, Degenhardt, Hall 2005). Pomimo tych zatrważających dowodów nadal przybywa osób palących, a po tę używkę zaczynają sięgać coraz młodsze wiekiem osoby, a nawet dzieci. Jak podaje Woronowicz „każdego roku po papierosa sięga 180 tys. dzieci, a młodociani palacze w ciągu roku wypalają

około ¾ mld. sztuk papierosów"(Woronowicz 2009). Zdaniem Marmona i Flaka nawyk palenia inicjuje w Polsce codziennie około 500 dzieci sięgając po papierosa (Marmon, Flak 2004) a według Wojtyły-Buciory i wsp. pierwsze próby palenia ma za sobą 90% młodzieży przed 18 rokiem życia, i 60% przed 14 r.ż (Wojtyła-Bucior, Marcinkowski, Wojtyła 2011).

Na podstawie literatury stwierdza się, że w Polsce ponad 47% mężczyzn i 23% kobiet w wieku 16 lat i więcej nałogowo pali papierosy, a dziewczęta zaczynają palić później (średnia wieku wynosi 20,1 lat) niż chłopcy (średnia wieku wynosi 18,2 lat) (Woronowicz 2009; Krauss i in. 2009). Badacze zwracają uwagę na szybko rosnący problem palenia tytoniu przez dziewczęta, co prawdopodobnie ma związek z modą na szczupłą sylwetkę (Stice, Martinez 2005). Chęć zrzucenia masy ciała poprzez palenie papierosów potwierdziła Piotrowska, która wykazała, że nastoletnie dziewczęta z nadwagą w wieku 16-18 lat częściej paliły papierosy niż ich rówieśniczki z prawidłową masą ciała (Piotrowska i in. 2009). Badacze zwracają uwagę, że szkodliwy wpływ palenia jest odpowiedzialny za rozwój nie tylko chorób układowych, ale też jest odpowiedzialny za rozwój nowotworów, płuc, krtani, warg, wątroby, nerek, pęcherza moczowego, i innych, które ponad 20 razy częściej są typowe dla palaczy, a co drugi nowotwór złośliwy dotykający mężczyzn w przedziale 35-65 lat jest znacznie powiązany z paleniem papierosów (Woronowicz 2009). Mniej rozpowszechnione skutki regularnego palenia tytoniu o których donosi piśmiennictwo to: pogorszenie ostrości widzenia, zaburzenie funkcji narządów zmysłów węchu i smaku, starzenie się skóry, zmarszczki, wysuszenie i inne (Tesson, Degenhardt, Hall 2005; Woronowicz 2009).

W wielu doniesieniach zwraca się uwagę na negatywne skutki zdrowotne narażenia na dym tytoniowy przez młodzież, tzw. bierne palenie, określane paleniem wymuszonym lub mimowolnym (Carlsen, Lødrup-Carlsen 2005; Dziuda-Gorzkowska, Grzybowski, Nowacka 2005). Niestety, pomimo wydawałoby się odpowiedniej wiedzy ludzi na temat negatywnego wpływu biernego palenia na zdrowie, młodzież nie dostrzega tego problemu, nie rozróżnia palenia biernego i czynnego, a przecież obie formy są wysoce szkodliwe. Dostępne na ten temat wyniki badań wskazują, iż osoba niepaląca, która przebywa godzinę w zadymionym pomieszczeniu z palaczami pochłania stężenie rakotwórczej nikotyny porównywalną do wypalenia przez palacza aż 35 sztuk papierosów (Di-Bendetto 1995). Według Mathersa bierne palenie powoduje choroby układu oddechowego i krążenia w dzieciństwie i/lub w późniejszym życiu (Mathers i in. 2006).

Dla młodych osób palenie, w pewnym sensie ma formę eksperymentu, a młodzież nie zawsze zdaje sobie sprawę ze szkodliwości nałogu i rozpoczyna „przygodę z paleniem" bo chce zaimponować kolegom, poczuć się dorosłym, łatwiej radzić sobie ze stresem, szybciej zdobywać przyjaciół, poprawić sobie samopoczucie, stać się bohaterem własnej grupy społecznej - bo przecież potrafi palić papierosy (Kłos, Gromadzka-Sutkiewicz 2008). Palenie papierosów powoduje także męczący kaszel, nieprzyjemny smak w ustach, niemiły zapach ubrań i złe samopoczucie.

Zdaniem badaczy młodzież pali, bo bierze przykład z palących rodziców i znajomych. (Woronowicz 2009), a palenie w młodym wieku jest doskonałym wstępem dla

zapoczątkowania innych nałogów. Palenie papierosów w młodości jest też powodem nałogu w wieku dorosłym i prowadzi do chorób odtytoniowych (Peto i in. 2006; Mazur, Wojnarowska 1999).

Materiał i metoda

Badania przeprowadzono wśród 100 uczniów Publicznego Gimnazjum nr 4 im. Marszałka Józefa Piłsudskiego w Białej Podlaskiej w terminie styczeń-marzec 2014r. Wszyscy uczniowie uczestniczący w badaniu wyrazili zgodę na wypełnienie anonimowej ankiety.

Narzędziem badawczym wykorzystanym w pracy był kwestionariuszem ankiety własnego autorstwa zawierający 22 pytania zamknięte i 9 półotwartych. Uzyskane wyniki badań poddano analizie i wyliczono odsetki procentowe.

Cel badań

Celem badań było poznanie opinii gimnazjalistów na temat palenia papierosów oraz czynników wpływających na chęć sięgania po papierosy wśród młodzieży.

Wyniki

W badaniach wzięło udział 45 dziewcząt i 55 chłopców w wieku 14-16 lat. Wykazano, ż 34% badanych pochodziło ze wsi, a 64 % z miasta. Większość ankietowanych mieszkała z rodzicami (81%), 15% tylko z matką, zaś 4 % z ojcem.

Ponad ¾ młodzieży (89%) odpowiedziała, że ma dobry kontakt z ze swoimi rodzicami, ale aż 11% nie potrafiło się z nimi porozumieć. Stwierdzono, że znaczny odsetek badanych (84%) posiadał rodzeństwo, a tylko 16 % było jedynakami.

Wykazano, że 55% badanych przyznało się do palenia papierosów przez członków swoich rodzin. Nieznacznie mniejszy odsetek badanych (45%) udzielił odpowiedzi negatywnej na to pytanie. Stwierdzono, że nieznacznie więcej niż połowa badanych (56%). nie paliła papierosów. Wśród ogółu badanych, tylko 15% paliło papierosy okazjonalnie, a 29% badanych przyznało się do regularnego palenia papierosów.

Zaobserwowano, że więcej niż ¼ badanych (32%) odpowiedziała, że ich rodzice nie wiedzą, o tym że ich dzieci palą papierosy, a 7% badanych nie wiedziało o tym, czy rodzice domyślają się o istniejącym nałogu palenia. Tylko 5% młodzieży przyznało się do jawnego palenia papierosów przed swoimi rodzicami.

Wykazano, że znaczny odsetek badanych (78%) potwierdził palenie papierosów przez swoich znajomych. Niewielki odsetek badanych (16%) badanych odpowiedział, że nie wie czy ich znajomi palą papierosy, a pojedyncze osoby (6%) odpowiedziały, że ich znajomi nie palą papierosów.

Na podstawie uzyskanych wyników badań stwierdzono, że więcej niż ¼ badanych uczniów (32%) swojego pierwszego papierosa zapaliła w wieku 12 lat, a prawie połowa badanych (41%) przyznała się do palenia papierosów od 13 roku życia. Wykazano, że 1/4 badanych (25%) zaczęła palić papierosy w wieku 15 lat. Młodzież zapytano też o to ile sztuk papierosów wypalają dziennie. Uzyskane odpowiedzi uczniów wykazały, że

17% gimnazjalistów wypalało więcej niż 3 papierosy dziennie. Nieznacznie mniejszy odsetek badanych (14%) odpowiedział, że wypala około 4-6 papierosów dziennie, a 10% około 7-10 sztuk. Tylko trzy osoby wypalały więcej niż 10 papierosów dziennie. Zaobserwowano, że aż 48% badanych odpowiedziało, że nie pali papierosów w domu, ale 41% badanych odpowiedziało, że czasami im się to zdarza. Tylko 11% młodzieży paliło papierosy w domu.

Jak wynika z przeprowadzonych badań znaczny odsetek gimnazjalistów (41%) sięgał po papierosa dla towarzystwa, a ¼ badanych (25%) paliła z nudów lub dla zabicia czasu. Taki sam odsetek badanych (25%) odpowiedział, że pali papierosy w chwili stresu, a dziewięć osób paliło papierosy przy alkoholu.

Badanych zapytano o to skąd mają papierosy. Wykazano, że mniej niż ¼ badanych (17%) odpowiedziała, że otrzymuje je od znajomych. Nieznacznie mniej badanych (12%) kupowało papierosy w sklepie, a 12% „podkradało" je swoim rodzicom.

Na pytanie dotyczące szkodliwości palenia papierosów prawie wszyscy (94%) zgodnie odpowiedzieli, że palenie tytoniu szkodzi zdrowiu. Tylko 2% badanych odpowiedziało, że palenie papierosów nie wpływa na zdrowie, a cztery osoby udzieliły odpowiedzi „nie wiem".

Badanych poproszono także o określenie skąd czerpali wiedzę na temat szkodliwości palenia tytoniu. Wykazano, że więcej niż ¼ badanych (38%) odpowiedziała, że informacje na ten temat uzyskała z Internetu, prasy i TV, a 26% uczniów wiedzę o negatywnym wpływie palenia na zdrowie dowiedziało się w szkole. Nieznacznie mniej badanych (22%) o szkodliwości palenia informowali rodzice i/lub znajomi. Tylko 14% młodzieży o szkodliwości palenia tytoniu edukował lekarz.

Na podstawie wyników badań wykazano, że znaczny odsetek młodzieży (82%) był zdania, że posiada dostateczne informacje na temat negatywnych skutków palenia. Zaobserwowano, że aż 18% badanych ocenił swoją wiedzę w tym zakresie, jako niewystarczającą. Wszystkich badanych gimnazjalistów zapytano o to, jakie znają choroby odtytoniowe. Na to pytanie badani mogli udzielić kilka odpowiedzi. Wykazano, że najwięcej badanych (24%) wskazało odpowiedź „rak płuc". Nieznacznie mniej badanych (20%) wybrało odpowiedź „zawał mięśnia sercowego". Taki sam odsetek badanych (po 13%) wybrał odpowiedź „przewlekła obturacyjna choroba płuc" i „nowotwór krtani". Takie same grupy badanych (po sześć osób) uważały, że w wyniku palenia papierosów może rozwinąć się nowotwór nerek i udar mózgu, a 5% badanych wymieniło nadciśnienie, jako negatywny wpływ palenia papierosów na zdrowie. Tylko trzech gimnazjalistów było zdania, że palenie tytoniu może powodować niepłodność. Wykazano, że pięciu badanych wybrało odpowiedź „wszystkie odpowiedzi są prawidłowe". Badani w znaczącym odsetku (78%) odpowiedzieli, że palenie tytoniu wyraźnie pogarsza wygląd skóry, ale prawie ¼ badanych (22%) uważała, że tytoń nie wywiera żadnego wpływu na wygląd skóry.

Badanych zapytano o to co powoduje nikotyna zawarta w papierosach. Stwierdzono, znaczny udział badanych (82%), którzy byli zdania, że powoduje ona silne uzależnienie porównywalne do uzależnienia od kokainy lub heroiny. Wykazano, że 18% badanych

było zdania, że nikotyna powoduje silne uzależnienie. Nikt z badanych nie odpowiedział „nikotyna nie powoduje uzależnienia".

W kolejnym pytaniu kwestionariusza wywiadu, młodzież zapytano o nikotynowe formy terapii zastępczej, na to pytanie badani mogli udzielić kilka odpowiedzi. Zaobserwowano, że prawie połowa badanych (42%) wskazało, że taką formą terapii są plastry. Nieznacznie mniejszy odsetek badanych (31%) odpowiedział, że są to gumy do żucia. Taki sam był odsetek badanych (po 16%), który wybrał odpowiedź: inhalatory i „wszystkie wymienione odpowiedzi są prawdziwe". Wykazano, że trzech badanych nie potrafiło wskazać żadnej formy terapii antynikotynowej i wybrało odpowiedź "nie wiem". Uczestnicząca w badaniach liczna grupa młodzieży (86%) odpowiedziała, że dym papierosowy szkodzi palącym i niepalącym. Stwierdzono, że 14% badanych uważało, że dym papierosowy jest szkodliwy tylko dla osób palących. Żadna osoba uczestnicząca w badaniu nie wybrała odpowiedzi „dym tytoniowy nikomu nie szkodzi". W związku z oczywistą szkodliwością palenia i składników dymu tytoniowego badanych zapytano o to, czy tolerują palaczy w swoim otoczeniu. Na podstawie uzyskanych wyników badań wykazano, że nieznacznie więcej niż połowa badanych (54%) tolerowała osoby palące w swoim otoczeniu. Nieznacznie mniejszy odsetek badanych (46%) nie chciał przebywać w towarzystwie osób palących. Zaskakujące były odpowiedzi badanych na kolejne pytanie kwestionariusza, gdyż pomimo tego, że więcej niż połowa badanych tolerowała osoby palące w swoim otoczeniu, to aż 82% badanych uważało, iż rodzice nie powinni palić papierosów przy swoich dzieciach zaś 18% twierdziło, że rodzice nie powinni się jednak ukrywać z paleniem papierosów przed dziećmi.

Badanych zapytano o to, czy uważają siebie za osoby uzależnione od nikotyny. Wykazano, że więcej niż ¼ badanych uważała, że jest uzależniona, a więcej niż połowa (56%) zaprzeczyła występowania uzależnienia u siebie. Tylko 10% badanych nie potrafiło ocenić, czy są uzależnieni od nikotyny i wybrało odpowiedź „nie wiem". W związku z powyższym pytaniem, poproszono badanych o ocenę stopnia własnego uzależnienia. Wykazano, że znaczny odsetek badanych (62%) ocenił swoje uzależnienie, jako bardzo słabe. Zbliżony do siebie odsetek badanych (20%) odpowiedział, że jest to słabe uzależnienie, a 18% badanych uważało, że jest silnie uzależnionych od nikotyny.

Dyskusja

Problem narastającego problemu uzależnień od nikotyny jest częstym przedmiotem doniesień w literaturze polskiej i zagranicznej (Tesson, Degenhardt, Hall 2005; Woronowicz 2009; Stice, Martinez 2005; Carlsen, Lødrup-Carlsen 2005).W badaniach wykazano, że palących regularnie było 29% badanych, i był to zbliżony odsetek palących do tego, jaki wykazał w badaniach Opielak i wsp. (2013), który wynosił (25%), z czego 15% paliło codziennie. Rotter i wsp. (2013) wykazali, dość wysoki odsetek palących regularnie (69,4%). W badaniach Budzyńskiej-Jewtuch (2011) odsetek palących regularnie był niższy niż ten, który wykazano w badaniach własnych i wynosił on 14%. Rudzka i Krzyżanowski (2011) wykazali, że 16% uczniów z miasta i 12% ze wsi przyznało się do palenia papierosów, a 6% paliło codziennie. Rotter i wsp. (2013) wykazali

w swoich badaniach znaczny odsetek palących uczniów szkół ponadgimnazjalnych, bo aż 98%. Zdaniem Strychowskiej (2008), zatrważająca jest ilość papierosów wypalanych przez młodzież w ciągu dnia, która wynosi nawet 20 sztuk. Według Zatońskiego i wsp. (1999) ilość wypalanych papierosów, wiek rozpoczęcia regularnego palenia jest jednym z symptomów uzależnienia. W badaniach własnych wykazano, że aż 17% wypalało więcej niż 3 papierosy dziennie, a 3% więcej niż 10 sztuk dziennie. Rotter i wsp. (2013) wykazali, że 42, 9% badanych paliło mniej niż 5 sztuk dziennie, a 30,6% 6-10 sztuk, 23,5% więcej niż 20 sztuk papierosów dziennie. W swoich badaniach Opielak (2013) wykazał związek między ilością wypalanych papierosów w ciągu dnia, a wiekiem badanych, gdyż starsi uczniowie palili najwięcej. Powaga problemu palenia tytoniu przez młodzież, jest też związana z tym, że po tytoń sięgają coraz młodsze dzieci, a zjawisko staje się coraz bardziej powszechne, niezależnie od miejsca zamieszkania młodych ludzi. Zaobserwowano, że 32% badanych paliło od 12 r.ż., 41% od 13 r.ż i 25% od 15 r.ż.. Rotter i wsp. (2013) wykazali, że ½ młodzieży wypaliła swojego pierwszego papierosa między 13 a 15 r.ż, ponad 26% badanych między 10-12 rokiem życia, a 23,5% badanych rozpoczęła palenie w wieku 16-18 lat. Budzyńska-Jewtuch (2011) w swoich badaniach wykazała, że 26% badanych rozpoczęła palenie w wieku 11-15 lat, a tylko 4% badanych w wieku 8-10 lat. Z piśmiennictwa wynika, że palenie papierosów jest dobrze poznanym zagrożeniem dla prawidłowego rozwoju fizycznego i psychicznego współczesnych dzieci i młodzieży (Zatoński, Przewoźniak, Gumkowski 2006).

Według niektórych doniesień początek palenia ma wyraźny związek z wychowywaniem się w rodzinie niepełnej (Wojtyła-Bucior, Marcinkowski, Wojtyła 2011; Wojtyła, Bojar, Biliński 2010). W badaniach własnych wykazano, że 15% badanych wychowywanych było tylko przez matkę, a 4% przez ojca, więc ten fakt mógł być przyczyną podjęcia decyzji o paleniu tytoniu. Doniesienia związane z podejmowaniem prób palenia w rodzinach niepełnych potwierdził także Opielak i wsp. (2013), którzy wykazali, że 7,5% badanych palących pochodziło właśnie z rodzin niepełnych.

Badacze zwracają uwagę, że zbyt łatwy dla młodzieży jest dostęp do różnych używek, w tym do papierosów, a sięganie po nie, jest dla młodzieży czymś normalnym i sprawia że czują się oni prawie dorośli i niezależni (Tesson, Degenhardt, Hall 2005; Mormon, Flak 2004; Kłos, Gromadecka-Sutkiewicz 2008). Wykazano, że w badanej grupie 17% badanych otrzymywało papierosy od swoich znajomych, 12% kupowało je w sklepie, lub „podkradało" rodzicom (12%). Dla młodzieży, jak wskazuje piśmiennictwo, palenie staje się doskonałym sposobem na oderwanie się od problemów szkolnych, rodzinnych, jest też ono szansą na odnalezienie swojego miejsca w grupie rówieśniczej (Kłos, Gromadecka-Sutkiewicz 2008). Doniesienia te potwierdzono w badaniach własnych, gdyż aż 41% paliło dla towarzystwa, 25% z nudów i dla zabicia czasu, 25% z powodu stresu, a 9% uczniów paliło przy alkoholu. Na niektóre przyczyny palenia zwróciła w swoich badaniach Rudzka i Krzyżanowski (2011), którzy wykazali, że 33% badanych miało łatwy dostęp do papierosów, a 28% paliło z nudy. Budzyńska-Jewtuch (2011) w swoich badaniach potwierdziła w/w przyczyny i wg niej 26% badanych paliło papierosy z ciekawości, 3% dla zabawy, 4% w przypadku problemów szkolnych, a 2%

z powodu problemów rodzinnych. Rudzka i Krzyżanowski (2011) wykazali, że aż 57% badanych paliło papierosy, bo chciało zaimponować swoim kolegom. Badania Opielak i wsp. (2013) potwierdziły zbliżone przyczyny palenia tytoniu przez młodzież, gdyż 45% badanych paliło dla towarzystwa, 26% dla relaksu, 5% chciało w ten sposób zapomnieć o problemach, 2% z ciekawości a 1% dla zabawy. Według niektórych doniesień, rozpoczęcie palenia jest też zależne od sytuacji panującej w rodzinie młodego człowieka, gdyż brak więzi w rodzinie, częste konflikty, awantury, zaniedbywanie dzieci sprawiają, że młody człowiek podejmuje decyzję o sięgnięciu po używki, szukając w ten właśnie sposób ucieczki od problemów we własnym otoczeniu, na co zwrócili w swoich badaniach Rudzka i Krzyżanowski (2011), którzy wykazali, że dla 47% uczniów palenie pozwalało uciec od problemów. W badaniach własnych wykazano, że tylko 11% badanych miało problemy w komunikowaniu się ze swoimi rodzicami. Zdarza się także, że zapracowani rodzice, zajęci karierą lub stawiający swoim dzieciom zbyt wysokie wymagania prowokują sytuacje, w której młody człowiek nie potrafi się odnaleźć, nie ma wsparcia, a jedynym towarzyszem życia, staje się papieros (Strychowska 2008). W wielu doniesieniach zwraca się uwagę także na różnorodne przyczyny sięgania po papierosy, jak np: eksperyment, ciekawość, przyjemność, chęć przełamania własnej nieśmiałości i kompleksów, naciski grupy rówieśniczej, media, negatywne zachowania dorosłych, brak pomysłu na spędzenie czasu wolnego (Kiełbasa 2007).

Na podstawie doniesień z literatury stwierdza się, że młodzi ludzie mają dość wysoką wiedzę na temat środków, które mogą wywołać uzależnienie, wiedzą gdzie i jak je zdobyć, ale ich wiedza na temat szkodliwego oddziaływania tych używek jest niska (Marmon, Flak 2004; Kłos, Gromadecka-Sutkiewicz 2008; Mazur, Wojnarowska 1999), chociaż uczestniczący w badaniu uczniowie (82%) deklarowali dostateczną wiedzę na temat szkodliwości palenia, 18% oceniło ją jako niewystarczającą, a 94% było zdania, że palenie jest szkodliwe. Wojtyła-Bucior i wsp. (2011) wykazali, że młodzież (96%) mimo pewnej świadomości zagrożenia podejmuje palenie. Podobne wnioski znajdują się w pracach Grochowskiej i Schlegel-Zawadzkiej (2008), które wykazały aż 92% badanych palących oraz w pracach Krauss (2009), gdzie odsetek palących stanowił (96%). Zdaniem badaczy, młodzież często nie dostrzega w paleniu tytoniu zagrożeń dla własnego zdrowia lub życia (Woronowicz 2009; Mathers i in. 2006). W badaniach własnych wykazano jednak, że młodzież potrafiła wskazać choroby odtytoniowe i wymieniała najczęściej raka płuc (24%), a 82% badanych było zdania, że uzależnienie od nikotyny jest silniejsze niż od heroiny, a więcej niż ¼ badanych była zdania, że jest już uzależniona. Rotter i wsp. (2013) wykazali, że młodzież jako choroby oddtytoniowe wymieniała najczęściej choroby płuc, nowotwory, choroby serca, powikłania w ciąży, a rzadziej udary mózgu, miażdżycę. W badaniach Opielak (2013) wykazano, że 77% badanych miało świadomość tego, że palenie prowadzi do uzależnienia, a 33% badanych była zdania, że nikotyna jest szkodliwa dla zdrowia. Rudzka i Krzyżanowski (2011) w swoich badaniach wykazali, że 74% uczniów uważało, że palenie prowadzi do śmierci, taki sam odsetek w w/w badaniach wskazał na ryzyko uzależnienia, a 70% na choroby, a 43% badanych było zdania, że palenie tytoniu może być nawet przyczyną rozpadu rodziny.

Wydaje się, że jednak pomimo pewnej wiedzy na temat szkodliwości palenia tytoniu młodzież decyduje się na rozpoczęcie palenia i nie widzi do końca nic w tym złego. W niektórych doniesieniach zwraca się szczególną uwagę na sposoby odzwyczajania się od nałogu przy użyciu: nikotynowych gum do żucia, plastrów, produktów ziołowych (Craig i in. 2003; Daniel, Cropley, Fife Schaw 2006). W badaniach własnych wykazano, że młodzież potrafiła wymienić takie środki, najczęściej wskazywała na plastry (42%) lub gumy do żucia (31%). Zdaniem niektórych autorów palenie papierosów przez młodych ludzi jest akceptowane społecznie, nikt z dorosłych nie zwraca na to uwagi, lub czyni to zbyt rzadko. Potwierdzeniem tego faktu było to, że aż 41% badanych uczniów czasami paliło w domu, a 5% robiło to jawnie przed swoimi rodzicami, a wyniki badań Budzyńskiej-Jewtuch (2011) wykazały, że aż 11% badanych paliło w domu. Doniesienia z literatury wskazują, że młodzi ludzie od najmłodszych lat swojego życia są często narażeni na bierne palenie, bo nałogowymi palaczami są ich rodzice (Woronowicz 2009; Wojtyła-Bucior, Marcinkowski, Wojtyła 2011). W badaniach własnych wykazano, że aż 55% badanych potwierdziło fakt palenia tytoniu przez swoich rodziców, a aż 86% odpowiedziało, że palenie szkodzi palącym i niepalącym a tylko 14% było zdania, że dym papierosowy szkodzi tylko palącym. Rotter i wsp. (2013) zwrócili uwagę, że aż 95,1% badanych uważało, że dym papierosowy jest szkodliwy dla wszystkich. Wyniki badań Opielak i wsp. (2013) potwierdzają fakt częstszego palenia tytoniu przez młodzież, których rodzice palą papierosy, gdyż dzieci rodziców palących (7%) częściej podejmowały próby palenia lub palili regularnie 40 i więcej papierosów tygodniowo niż dzieci rodziców niepalących. Rotter i wsp. (2013) w swoich badaniach wykazali istotne statystycznie różnice między paleniem papierosów przez badanych, a paleniem przez matkę lub ojca oraz niepaleniem rodzica. W badaniach własnych wykazano, że aż 54% badanych uczniów tolerowało palaczy w swoim domu, a wyniki badań Opielak i wsp. (2013) wykazały, że 27% kobiet i 9% mężczyzn akceptowało palenie papierosów w swoim otoczeniu. Rotter i wsp. (2013) wykazali, że 43,2% badanych nie zgadzało się na palenie w swojej obecności, 28,9% badanych raczej się na to zgadzało, a 27,8% wyraziło całkowitą zgodę na takie zachowanie.

Na podstawie piśmiennictwa stwierdza się, że młodzież bezwzględnie należy edukować i motywować do zaprzestania palenia poprzez wskazywanie im względów zdrowotnych, finansowych, zakazów prawnych (Zatoński 1999). Według niektórych doniesień ogromny wpływ w tym zakresie odgrywają środki masowego przekazu i osoby o dużym autorytecie społecznym (Percival i wsp. in. 2003).

Podsumowując negatywne zjawisko palenia tytoniu wśród dzieci i młodzieży należy niezwłocznie podjąć działania zmierzające do opracowania odpowiednich programów profilaktycznych, które zachęcą młodych ludzi do podejmowania właściwych zachowań prozdrowotnych. Istotna jest w tych działaniach rola rodziców i nauczycieli, którzy powinni uświadamiać dzieciom i młodzieży szkodliwy wpływ palenia papierosów nie tylko na zdrowie, ale także na wyniki w nauce, wydolność fizyczną, rozwój organizmu, wygląd skóry czy zębów (Epstein, Griffin, Botwin 2000; Everest i in. 1999).

Wnioski

Na podstawie przeprowadzonych badań sformułowano następujące wnioski:

1. Ponad ¾ badanych (86%) uważało, że palenie tytoniu jest szkodliwe dla palących i niepalących.
2. Więcej niż ¼ badanych pali regularnie, a aż 41% pierwszego papierosa zapaliło w 13 roku życia.
3. Głównym źródłem wiedzy na temat szkodliwego wpływu palenia na zdrowie wśród gimnazjalistów jest Internet, prasa i TV (38%) oraz szkoła (26%).
4. Przeważająca większość badanych (82%) oceniło swoją wiedzę na temat szkodliwości palenia, jako dostateczną.
5. W opiniach badanych najczęstszą chorobą związaną z paleniem jest rak płuc.
6. Przyczynami podjęcia decyzji o paleniu tytoniu było towarzystwo (41%), nuda i chęć zabicia czasu (25%) oraz stres (25%).

Piśmiennictwo

1. Budzyńska-Jewtuch I. (2011) Problem uzależnień wśród młodzieży. W: Świderska M. (red.): Styl życia, zachowania zdrowotne – wybrane konteksty. Wydawnictwo Akademii Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi. Łódź, s. 209-221.
2. Carlsen K., Lødrup-Carlsen K.C. (2005) Parental smoking and childchood astma: clinical implication. Treat Respiro Med., 4, s. 337-346.
3. Craig C.L., Marshall A.L., Sjöström M., Bauman A.E., Booth M.L., Ainsworth B.E., Pratt M., Ekelund U., Ynqve A., Sailis J.F., Oja P. (2003) International psyhical activity questionare: 12-country relibility and validity. Med. Sci Sports Exerc, 35(8), s. 1381-1395.
4. Daniel J.Z., Cropley M., Fife-Schaw C. (2006) The effects of exercise in reducing desire to smoke and cigarette withdrawal symptoms is not caused by distraction. Addiction, 101(8), s. 1187-1192.
5. Di-Benedetto G. (1995) Passive smoking in childchood. J R Soc Health., 115(1); s. 13-16.
6. Dziuda-Gorzkowska M., Grzybowski A., Nowacka E. (2005) Ocena stanu zdrowia młodzieży narażonej na działanie dymu tytoniowego z wykorzystaniem kotoniny jako biomarkera narażenia. Ann Acad Med. Stein, 51: s. 35-38.
7. Epstein J.A., Griffin K.W., Botvin G.J. (2000) A model of smoking among inner-city adolescents: the role of personal competence and perceived social benefits of smoking. Prev Med., 31(1), s. 107-114.
8. Everett S.A., Warren C.W., Sharp D., Kann L., Husten C.G., Crossett L.S. (1999) Initiation of cigarette smoking and subsequent smoking behavior among U.S. high school students. Prev Med, 29(5); s. 327-333.
9. Grochowska A., Schlegel-Zawadzka M. (2008) Palenie tytoniu jako przykład antyzdrowotnych zachowań wśród młodzieży szkół ponadgimnazjalnych. Stud Med, 11, s. 29-32.
10. Kiełbasa B. (2007) Profilaktyka uzależnień. Wydawnictwo Projekt-Kom. Sosnowiec, s.14-16.
11. Kłos J., Gromadecka-Sutkiewicz M. (2008) Palenie papierosów jako aspekt stylu życia wśród 18-letnich uczniów poznańskich szkół. Przegl. Lek.; 65(10), s. 553-559.
12. Krauss H., Sosnowski P., Balcer N., Korzeniowska K., Jabłecka A., Malewski M. (2009) The assesment of exposure to tobacco addiction In children and youth of the selected school in the Wielkopolska province. Probl Hig Epidemiol, 90(2), s. 212-217.
13. Marmon G., Flak E. (2004) Postawy i zachowania związane z paleniem papierosów u uczniów szkół podstawowych i gimnazjów. Prz. Lek., 61(10), s. 1156-60.

14. Mathers M., Toumbourou J.W., Catalano R.F., Williams J., Patton G.C. (2006) Consequences of youth tobacco use: a review of prospective behavioral studies. Addiction, 101(7), s. 948-958.
15. Mazur J., Woynarowska B. (1999) Palenie tytoniu wśród młodzieży szkolnej w Polsce i w innych krajach w latach 1990-1998. Zdr Publ, 9, s. 312-319.
16. Opielak G., Nadulska A., Piotrkowicz J., Szeszko Ł. (2013) Palenie tytoniu wśród młodzieży szkół średnich w świetle aktualnych badań. Med Rodz., 3, s. 79-82.
17. Percival J., Bialous S.A., Chan S. Sarna L. (2003) International efforts in tobacco control. Semin Oncol Nurs, 19(4), s. 301-308.
18. Peto R., Lopez A.D., Boreham J., Thun M. (2006) Mortality from smoking in developed countries 1995-2000. Oxford University Press. Oxford UK 1994, updated in 2006, 6, s. 20-21.
19. Piotrowska E., Żechałko-Czajkowska A., Bierant J., Mikołajczak J. (2009) Ocena wybranych cech stylu życia kształtujących stan zdrowia 16-18 letnich dziewcząt. Cz 1. stosowanie różnych diet, aktywność fizyczna, palenie papierosów i picie alkoholu. Roczn. PZH, 60, 1: s. 51-57.
20. Rotter I., Kemicer-Chmielewska E., Przybylska A., Laszczyńska M., Jasińska M., Żółtak-Bączkowska K., Mroczek B. (2013) Wiedza na temat szkodliwości nikotynizmu wśród uczniów szkół ponadgimnazjalnych. Med Srod – Enviromental Medicine, 16(1), s. 51-57.
21. Rudzka J., Krzyżanowski D. (2011) Wiedza młodzieży na temat uzależnień. Piel. Zdr. Publ., 1(3); s.225-234.
22. Stice E., Martinez E.E. (2005) Cigarette smoking prospectively predicts retarded physical growth among female adolescentes. J Adolesc Heath, 37, s. 363-370.
23. Strychowska A. (2008) Postawy młodzieży wobec nikotyny. Wychowawca, 10, s. 25-29.
24. Teesson M, Degenhardt L, Hall W. (2005) Uzależnienia, metody kliniczne i techniki terapeutyczne. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk, s. 77-85.
25. Wojtyła A., Bojar I., Biliński P. (2010) Palenie tytoniu wśród młodzieży gimnazjalnej w Polsce. Med. Og. i Nauki o Zdr , 16(XLV)4, s. 558-567.
26. Wojtyła-Bucior P., Marcinkowski J., Wojtyła A. (2011) Palenie tytoniu przez licealistów – w opinii młodzieży i ich rodziców. Probl Hig Epidemiol, 92(2), s. 319-326.
27. Woronowicz B.T. (2009) Uzależnienia geneza, terapia, powrót do zdrowia. Wydawnictwo Edukacyjne PARPAMEDIA, Poznań, s. 412, 415-416.
28. Zatoński W. (1999) Demokracja jest zdrowsza. Cud zdrowotny nad Wisłą. Centrum Onkologii – Instytut, Warszawa, s. 7-17.
29. Zatoński W., Przewoźniak K., Kryska R., Mleczko A. (1999) Palenie tytoniu w Polsce: postawy, następstwa zdrowotne i profilaktyka. Centrum Onkologii, Warszawa, s. 148 -157.
30. Zatoński W., Przewoźniak K., Gumkowski J. (2006) Palenie tytoniu w Polsce – obraz zjawiska, nowe trendy wyzwania. W: Jaworski R. (red.) Palenie tytoniu, aspekty medyczne, psychiczne i duchowe., Płocki Instytut Wydawniczy, Płock, s. 111-120.

Liczba znaków ze spacjami: 31 170