

несоблюдение личной гигиены (20%), а также нарушение режима труда и отдыха (18%). Отвечая на данный вопрос, респонденты могли выбрать несколько вариантов ответа.

В результате анкетирования было выявлено, что 68% школьников, помимо уроков физической культуры, дополнительно занимаются спортом (легкая атлетика, тайский бокс, бассейн, фехтование, баскетбол, лыжи, фитнес, танцы, футбол, спортивное ориентирование, хоккей).

Таким образом, по мнению учащихся, здоровый образ жизни – это отказ от вредных привычек, соблюдение личной гигиены, оптимальный двигательный режим, закаливание, занятия физической культурой и спортом. Юноши и девушки больше всего интересуются вопросами рационального питания, занятия физической культурой, профилактики алкоголизма и табакокурения. Информацию о здоровом образе жизни опрошенные хотели бы получать на школьных уроках в форме лекций и бесед, из СМИ и от родителей.

Результаты анкетирования показали, что 50% респондентов имеют недостаточный уровень знаний о здоровье и здоровом образе жизни. 22% учащихся курят, а 14% – употребляют алкогольные напитки. 64% школьников знакомы в той или иной степени с проблемой наркомании среди молодежи. В свободное от учебы время 32% опрошенных не занимаются спортом или физической культурой.

**Заключение.** Необходимо проводить профилактическую работу с целью просвещения подростков о вреде алкоголя, табака и наркотиков. Кроме того, у молодежи надо формировать навыки здорового образа жизни, приучать их к занятиям физической культурой и спортом, рациональному питанию.

#### Список использованных источников

1. Давлетова, М. Измерение ценностного отношения молодёжи к здоровому образу жизни / М. Давлетова // СОЦИС. – 2009. – № 2. – С. 76–85.
2. Малыгина, О.А. Моделирование процесса формирования здорового образа жизни у подростков / О.А. Малыгина. – Ярославль, 2021. – 392 с.

УДК 37.017.78:316.624

## ПРОФИЛАКТИКА ВЕЙПИНГА СРЕДИ ПОДРОСТКОВ

**Н.Ю. Андрущенко, В.В. Шаршнёва**

Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

(e-mail: andru-natalya@yandex.by)

Вейпинг происходит от английского слова «vaping», что буквально означает «парение», а содержательно – процесс курения электронных сигарет (ЭС), испарителей и иных устройств подобного рода. В этом контексте вейпинг также нередко трактуется как новое направление, течение

молодежной культуры, связанное с объединением курильщиков в группы и использованием различных устройств для парения веществ, имеющих самые разнообразные ароматические свойства [1].

ЭС представляют собой электронные устройства, генерирующие высокодисперсный аэрозоль, который вдыхает пользователь. Основные части устройства – это мундштук, батарея и атомайзер, включающий нагревательный элемент, картридж или резервуар со специальной жидкостью-наполнителем. Вейпы позволяют создать аэрозольную форму никотина и тетрагидроканнабинола (ТГК) и иных веществ для вдыхания. Состав используемых жидкостей разнообразен и включает в себя более 7000 ароматизаторов, а также другие химические компоненты (каннабис, глицерин, ацетат витамина Е, ароматические и вкусовые добавки). Необходимо подчеркнуть, что негативные эффекты данных веществ реализуются в основном в процессе нагревания и связанных с этим химических реакций [2].

НПЦ гигиены 18 лет проводит мониторинг табакокурения среди школьников с помощью национального репрезентативного опроса Global Youth Tobacco Survey. В 2023 году исследователи измеряли уровень использования электронных сигарет (ЭС) детьми и подростками в 39 школах Беларуси. Всего опрошено 3493 учащихся 7–10 классов. Как показал мониторинг, электронные сигареты чрезвычайно популярны среди школьников подросткового возраста. Доля вейперов среди школьников составляет 15% от опрошенных. Закономерно увеличивается число потребителей ЭС с возрастом. Критической отметкой, как свидетельствуют данные мониторинга, является 9 класс, то есть подростки в возрасте 15 лет чаще других школьников приобщаются к бездымному табаку. Число вейперов среди учащихся 9-х классов в 3,4 раза больше, чем среди семиклассников, среди учащихся 8-х классов в 2,4 раза больше, чем среди семиклассников. Почти в 2,5 раза больше девочек, чем мальчиков, не видят опасности в электронном курении (4,2% против 10,2%). С возрастом уменьшается сомнение во вреде такого вида курения, показывают данные опроса. По мере взросления увеличивается количество подростков, желающих бросить вейпинг. Число потребителей бездымного табака за пять лет среди подростков выросло в три раза [3].

Электронные сигареты вызывают и поддерживают никотиновую зависимость, не меньше, чем табачные изделия. Курильщики, которые не могут или не хотят отказаться от курения и прибегают к потреблению электронных сигарет, как к меньшему из зол, рискуют стать «двойными» курильщиками. В силу высокой никотиновой зависимости они не могут бросить курить и продолжают курить обычные сигареты в сочетании с электронными, тем самым нанося непоправимый вред своему здоровью [4].

Политика контроля употребления электронных сигарет в различных странах имеет существенные отличия. В настоящее время существует

несколько основных вида контроля электронных сигарет. Первый – запрет на импорт, продажу, использование, рекламу и общественное потребление, а также продажу электронных сигарет несовершеннолетним. Второй вид контроля заключается в том, чтобы контролировать электронные сигареты как лекарственные средства или изделия медицинского назначения. Третий – контролировать электронные сигареты как табачные изделия. Конечной целью является регулирование электронных сигарет как электронных продуктов и обычных потребительских товаров. Достаточно мало стран и регионов, которые регулируют производство электронных сигарет. Например, Бразилия, Греция, Израиль, Объединенные Арабские Эмираты и некоторые местные органы власти в Индии запретили производство электронных сигарет. Чили и Малайзия внедрили правила регулирования производства электронных сигарет. А вот в Китае не существует органов контроля электронных сигарет и качество продукта не имеет стандартов [5].

**Цель исследования** – изучить отношение молодежи к вейпингу.

**Материал и методы.** В анкетном опросе приняли участие обучающиеся одного из колледжей Витебска в количестве 57 человек, из них 17 девушек и 40 юноши в возрасте 15–18 лет.

В рамках исследования были использованы теоретические (анализ, сравнение, обобщение, систематизация) и эмпирические (анкетный опрос) методы, а также методы математической обработки данных.

**Результаты и их обсуждение.** Анкетный опрос показал, что подавляющее большинство респондентов, а именно 97% знакомы с вейпингом. 95% опрошенных подтвердили, что их родители не прибегают к вейпингу. 83% учащихся признались, что их сверстники вейпят, особенно в компании друзей.

Интересно, что 51% респондентов в прошлом курили табачные сигареты и 28% из них перешли на вейпинг. Среди причин перехода к употреблению электронных сигарет обучающимися выделяются:

- доступная цена (26%);
- простота использования электронных сигарет (19%);
- меньший вред для здоровья (16%);
- стремление бросить табачные изделия (7%).

По мнению 51% учащихся табачные сигареты гораздо вреднее вейпов. Тем не менее 97% опрошенных убеждены, что вейпинг имеет негативные последствия для здоровья. Кроме того, 88% респондентов считают, что вейпинг вызывает зависимость.

39% опрошенных никогда не вейпили, 35% – делают это ежедневно, 17% – иногда (не каждый день), 9% – бросили (рис. 1).

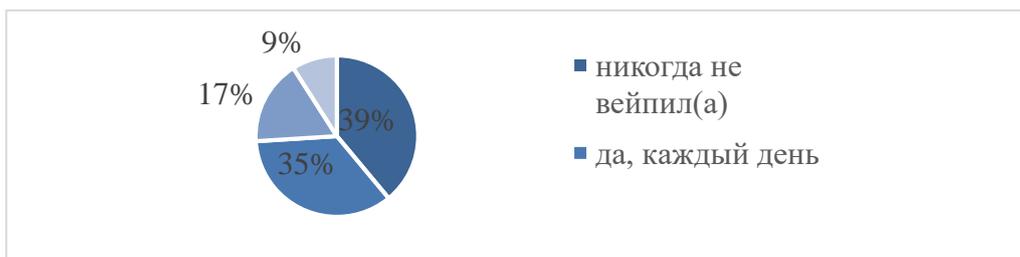


Рисунок 1 – Ответ респондентов на вопрос: «Вейпите ли Вы в настоящее время?»

Причинами, побудившими обучающихся к занятию вейпингом, являются (у респондентов была возможность выбора несколько вариантов ответа): «чтобы казаться взрослее, круче» (66%), для расслабления (46%), желание бросить курить обычные сигареты (45%), ради острых ощущений (41%), из любопытства (32%), из-за примера друзей, родителей (20%) (рис. 2).

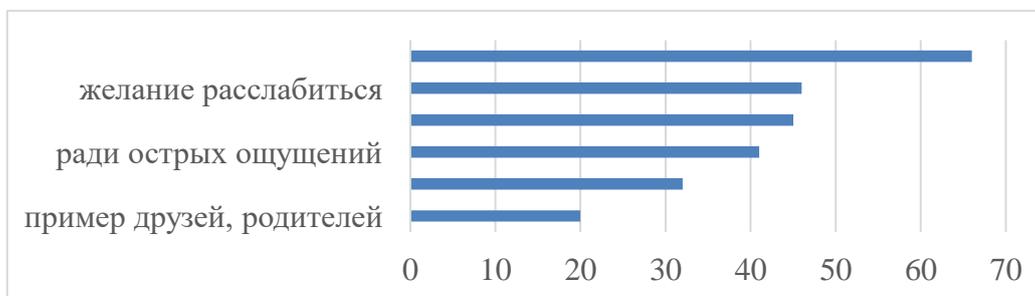


Рисунок 2 – Причины вейпинга

Следует отметить, что 77% опрошенных планируют бросить вейпинг. В качестве мотивов указывают:

- желание избавиться от привычки (25%),
- беспокойство о здоровье (16%),
- наличие плохого примера для близких (12%)
- наличие заболевания, требующего отказа от электронных сигарет (47%).

Следует отметить, отвечая на вопрос о том, с какого возраста можно использовать вейпы, большинство участников опроса указали на 18 лет (57%), 16 лет (3%) и 14 лет (40%).

**Заключение.** Результаты проведенного исследования показывают насколько проблема вейпинга сложна и многогранна. Большинство респондентов знают о вреде вейпинге. Но все равно употребляют электронные сигареты, особенно в компании сверстников.

Анкетный опрос позволяет говорить нам о том, что наметился переход от традиционного курения к вейпингу. Причинами этого служат: доступность по цене, простота использования, стремление бросить табачное курение.

Однако у респондентов есть расхождение мнений относительно вредности табачных сигарет и вейпинга. Большинство обучающихся рассматривают табачные изделия как более вредные. Но при этом оценивают и вейпинг как вредоносный для здоровья. Большинство опрошенных выражают желание бросить вейпинг.

Все вышесказанное детерминирует разработку комплексного и целенаправленного подхода к решению проблемы вейпинга среди молодежи. В учреждениях образования должны функционировать программы по профилактике вейпинга и поддержке тех, кто стремится прекратить использование электронных сигарет. Немаловажную роль играет своевременность предоставления информации о вреде вейпинга для глубокого понимания рисков употребления никотина и его воздействия на здоровье, а также создание мотивации для поддержания здорового образа жизни.

#### Список использованных источников

1. Аддиктивное поведение: понятие, примеры, причины, виды [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://dnevnik-znaniy.ru/psixologiya/addiktivnoe-povedenie.html>. – Дата доступа: 10.12. 2023.
2. Пальманова, Л.Ю. Поражение легких, вызванные вейпами: новые вызовы и новые решения (обзор литературы) [Электронный ресурс] / Л.Ю. Пальманова, А.Р. Зиннатуллина, Е.В. Кулакова // Лечащий врач. – 2022. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/porazheniya-legkih-vyzvannye-veypami-novye-vyzovy-i-novye-resheniya-obzor-literatury>. – Дата доступа: 10.12.2023.
3. НПЦ гигиены: количество подростков-вейперов за пять лет выросло в три раза [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.sb.by/articles/npts-gigieny-kolichestvo-podrostkov-veyperov-za-ryat-let-vyroslo-v-tri-raza.html?amp=1>. – Дата доступа: 10.12. 2023.
4. Особенности аддиктивного поведения подростков [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=15223>. – Дата доступа: 10.12.2023.
5. Муханова, С.К. Оценка безопасности электронных сигарет [Электронный ресурс] / С.К. Муханова, А.Р. Шопабаева, Т.С. Нугрожин // Евразийский Союз Ученых. – 2018. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/otsenka-bezopasnosti-elektronnyh-sigaret>. – Дата доступа: 10.12.2023.

УДК [364.07+364.25]:616-036.86

## **ПРОБЛЕМА ОРГАНИЗАЦИИ ДОСТУПНОЙ СРЕДЫ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ**

**А.М. Аюпова (Юсикова), С.И. Михайлов**  
Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова  
(e-mail: [angel310191r@gmail.com](mailto:angel310191r@gmail.com))

Инвалидность остается одной из наиболее актуальных проблем нашего времени. Инвалид представляет собой любое лицо, которое не может самостоятельно полностью или частично обеспечить потребности нормальной личной и социальной жизни в силу недостатка физических или умственных способностей. Инвалидность имеет различные причины возникновения