

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, не желающих бросать 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).

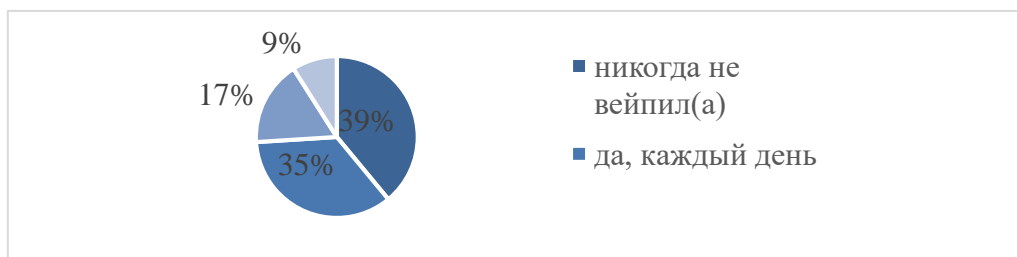


Рисунок 1 – Ответ респондентов на вопрос: «Вейпите ли Вы в настоящее время?»

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).

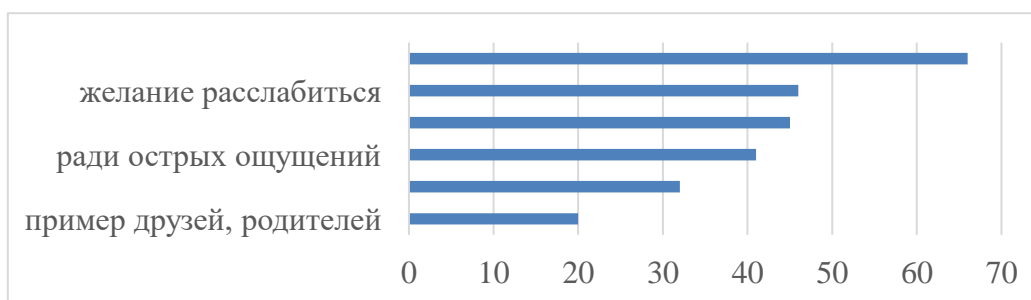


Рисунок 2 – Причины вейпинга

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)

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