

## Профилактика аддиктивного поведения во время беременности в студенческой среде на примере табакокурения

Научный руководитель – Ерохин Василий Викторович

*Буркова Ксения Вячеславовна*

*Студент (специалист)*

Алтайский государственный педагогический университет, Институт психологии и педагогики, Педагогика, Барнаул, Россия

*E-mail: ksyu.burkova.01@bk.ru*

Последние десятилетия, несмотря на ужесточение законов, наблюдается тенденция стремительного роста количества лиц, имеющих зависимость от табакокурения. Яркой особенностью данной курения является тот факт, в молодежной среде он не воспринимается как девиация, что существенно снижает уровень серьезного отношения к данной проблеме. Министерством Здравоохранения РФ установлено, что показатели смертности у пристрастившихся к курению до 25 лет выше, по отношению к людям, начавшим курить позже. Ряд исследований (О.В. Минчук, Е.А. Паршевой, Л.А. Давыденко) показывают, что в большинстве случаев, данная пагубная привычка, вырабатывается в подростковом возрасте и плавно переходит во «взрослую» жизнь. При этом отказаться от неё значительно сложнее в связи с тем, что в данном возрасте зависимость от табакокурения формируется на двух этапах: психологическом и физиологическом. Изначально формируется психологическая зависимость, которая постепенно перетекает в физическую. От поступления токсичных веществ в организм, которые выделяются при курении и поступают в кровь, зависит формирование той или иной степени физической или психологической зависимости. Именно внезапное чувство эйфории на подсознательном уровне заставляет курильщика вновь и вновь обращаться к сигаретам, что и формирует психологическую зависимость.

По данным Л. Сперофф, Ф.Д. Дарни (2009), 24,3% женщин в возрасте 35–45 лет, принимающих пероральные контрацептивы, были курильщицами. Причем 85,3% женщин выкуривало по 15 и более сигарет в день (тяжелое курение). Примечателен тот факт, что курение как феномен широко распространяется не только среди молодых людей, но и среди девушек.

Представительное выборочное обследование населения России показало, что в нашей стране курят два из трех мужчин (63,2%) и каждая 10-я женщина (9,7%) в возрасте 15 лет и старше [3].

На сегодняшний день выявлены несколько важных тенденций в распространённости табакокурения: это значительный прирост числа курящих девушек и существенное снижение возраста начала курения. Основным возрастом начала курения можно считать 12–13 лет, что значительно увеличивает стаж курения среди старшего подросткового возраста. Во многих случаях привычка к курению сохраняется до наступления студенчества и включительно. Данные Всероссийского интернет-опроса употребления табака в студенческой среде демонстрируют нам следующую картину - приблизительно 75% молодых людей и до 55% девушек имеют никотиновую зависимость.

Несомненно, что наступление беременности является большим стимулом для ограничения выкуриваемых сигарет, однако половина курящих беременных продолжают курить всю беременность [1]. В Российской Федерации статистика несколько иная и показывает, что бросило курить во время беременности 26,6% женщин, причем все отказавшиеся от курения, бросили курить только в конце II, либо в III триместре [2].

Опираясь на глубокий анализ научно-педагогической и медицинской литературы, а так же значимость рассматриваемой проблемы нами было принято решение провести исследование среди студенток ФГБОУ ВО «АлтГПУ», целью которого стало определение отношения к курению во время беременности. В связи с этим для проведения исследования, в котором приняли участие 168 студенток педагогического университета, нами была разработана авторская анкета «Курение и беременность». Результаты проведенного анкетирования распределились следующим образом: 65% опрошенных девушек не имеет привычки к курению; 30% считает, что женщине труднее бросить курить, чем мужчине; 97% считает, что в случае наступления беременности необходимо бросать курить.

Таким образом, мы можем сделать вывод о том, что подавляющее число респондентов, даже не имея отношения к данному виду аддикции, осознают колоссальность вреда, оказываемого как на организм женщины во время беременности, так и на формирование плода, из чего можно сделать вывод о сознательном подходе в студенческой среде к возможному планированию беременности.

Тем не менее, более трети респондентов имеет привычку табакокурения, что в последствии может привести к полноценной аддикции со всеми вытекающими из этого последствиями, в том числе и во время будущей беременности. Из этого следует, что проблема существует и требует своего решения посредством осуществления целенаправленной профилактической работы с целевой аудиторией. В связи с этим нами разработан комплекс психолого-педагогических занятий по профилактике табакокурения в студенческой среде, состоящий из лекций, тренинговых и практических занятий. Кроме того, предполагается включение в комплекс занятий встреч с ведущими специалистами города Барнаул в вопросах здравоохранения и беременности, репродуктивного здоровья и психологической службы поддержки лиц, оказавшихся в трудных жизненных ситуациях, при содействии Центра психологического и социального здоровья молодежи и Центра медико-социальной помощи подросткам Юникс. В настоящее время реализация комплекса находится на подготовительном этапе, реализация содержания занятий комплекса запланирована в период с марта по май 2021 года.

### Источники и литература

- 1) Pickett K.E., Wilkinson R.G., Wakschlag L.S. The psychosocial context of pregnancy smoking & quitting in the millennium cohort study // J Epidemiol Community Health. – 2009. – Mar 3. [Epub ahead of print]
- 2) Сащенко, А.И. Фетоплацентарная система при алкоголизме и табакокурении: Автореферат диссертация кандидата медицинских наук: 14.00.01 / ГОУ ВПО Российский университет дружбы народов. – Москва, 2007. – 25 с.
- 3) Шальнова, С.А. Распространенность курения в России. Результаты обследования национальной представительной выборки населения / С.А. Шальнова, А.Д. Деев, Р.Г. Оганезов // Профилактика заболеваний и укрепление здоровья – 1998. – № 3. – С. 9 – 12.