

УДК 316.4

DOI 10.24412/2312-2935-2024-1-17-34

ПРОПАГАНДА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ШКОЛЬНИКОВ СТАРШИХ КЛАССОВ

А.В. Казанцева, М.С. Тихонова, Е.С. Тимофеев, С.Е. Савельева

ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, г. Екатеринбург

Введение (актуальность). Перспективным направлением в борьбе с табакокурением является работа с молодежью, здоровьесбережение которой во многом определяет здоровье популяции и является «индикатором» социального и экономического благополучия. В настоящее время регламентируются строгие запреты на употребление табака и доступность электронных сигарет, наряду с маркетингом (закон от 28.04.2023 № 178-ФЗ). Использование вейпинга объединяет курильщиков в группы. Охрана здоровья детей направлена на сохранение благополучия популяции и приумножение материального и морального состояния государства.

Цель: определить уровень информированности среди школьников о критерии оценки здорового образа жизни путем изучения частоты встречаемости вейпинга, среднего возраста первой пробы вейпинга и их зависимости от социальных условий и выявить закономерность влияния окружения на причины начала использования вейпа.

Материалы и методы. В апреле 2023 года проведено одномоментное наблюдательное онлайн исследование на основании результатов анонимного добровольного опроса 161 школьников, из них 60 школьников школы поселка городского типа (ПГТ) и 101 учащийся лицея в городе Екатеринбург. Средний возраст составил $15 \pm 0,1$. Исследование одобрено на заседании локального этического комитета ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет» Минздрава России. Администрация школ дала согласие на проведение опроса среди школьников старших классов.

Результаты. По данным проведенного опроса имеют представление о вейпинге в школе ПГТ 85% учеников, среди которых 27,4% узнали о нем от друзей за пределами школы, 25,4% от школьных друзей, а в лицее в городе Екатеринбург 93,1% соответственно. Количество друзей, использующих системы парений в школе ПГТ составило 66,7%, в лицее 48,9% учеников ($p < 0,05$).

Обсуждения. В настоящее время уровень жизни, образования, безработицы в поселке ниже, чем в городе, что может говорить о низких социальных условиях в поселке и в последующем о значительном распространении вредных привычек, в том числе, вейпинга среди подростков и их родителей. Государственное регулирование, существование центров общественного здоровья и медицинской профилактики, школ здоровья на базе больниц, пропаганда здорового образа жизни будут продолжать способствовать снижению распространённости вейпинга среди всего населения. В школе ПГТ и в лицее г.Екатеринбург проводится профилактическая работа по борьбе с вейпингом и пропаганде ЗОЖ.

Выводы (заключение). Здоровьесбережение школьников это важная составляющая здоровой популяции, выявленная связь влияния окружения на причины использования вейпа, доказывает необходимость проведения классных часов, посвященных пропаганде здорового образа жизни.

Ключевые слова: вейпинг, частота встречаемости, профилактика, школьники, курение, зависимость, никотин, охрана здоровья

PROMOTION OF HEALTHY LIFESTYLE FOR HIGH SCHOOL CHILDREN

A.V.Kazantseva, M.S. Tikhonova, E.S. Timofeev, S.E. Saveleva

Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Ural State Medical University", Ministry of Health of the Russian Federation, Ekaterinburg, Russia

Introduction (relevance). A promising direction in tobacco control is work with young people, whose health promotion largely determines the health of the population and is an "indicator" of social and economic well-being. Strict bans on tobacco use and the availability of e-cigarettes are currently regulated, along with marketing (Law No. 178-FZ of 28.04.2023). The use of vaping brings smokers together in groups. Health protection of children is aimed at preserving the well-being of the population and increasing the material and moral status of the state.

Aim: to determine the level of awareness among schoolchildren about the criteria for assessing a healthy lifestyle by studying the frequency of vaping, the average age of the first try of vaping and their dependence on social conditions and to identify the pattern of the influence of the environment on the reasons for starting to use vaping.

Materials and Methods. In April 2023, a one-time online observational study was conducted based on the results of an anonymous voluntary survey of 161 schoolchildren, of which 60 were schoolchildren from an urban village school (PGT) and 101 students from a lyceum in the city of Yekaterinburg. The average age was 15 ± 0.1 . The study was approved at a meeting of the local ethics committee of the Ural State Medical University of the Russian Ministry of Health (protocol No. 5 of June 26, 2020). School administrations agreed to conduct a survey among high school students.

Results. According to the survey, 85% of students at the PGT school have an idea about vaping, among whom 27.4% learned about it from friends outside the school, 25.4% from school friends, and at the lyceum in the city of Yekaterinburg 93.1%, respectively. The number of friends using hover systems in the PGT school was 66.7%, in the lyceum 48.9% of students ($p < 0.05$).

Discussions. Currently, the standard of living, education, unemployment in the settlement is lower than in the city, which may indicate low social conditions in the settlement and subsequently a significant spread of bad habits, including vaping among adolescents and their parents. State regulation, the existence of public health and medical prevention centres, hospital-based health schools, and the promotion of healthy lifestyles will continue to help reduce the prevalence of vaping among the general population. Preventive work against vaping and promotion of healthy lifestyles is being carried out at the school in the city centre and at the lyceum in Yekaterinburg.

Conclusions (conclusion). Health saving of schoolchildren is an important component of a healthy population, the revealed connection of the influence of environment on the causes of vape use proves the necessity of conducting class hours dedicated to the promotion of a healthy lifestyle.

Key words: vaping, frequency of occurrence, prevention, schoolchildren, smoking, addiction, nicotine, health care

Введение (актуальность). Здоровый образ жизни (ЗОЖ) является частью здоровья населения и направлен на укрепление и профилактику болезней, а также здоровьесбережение.

Отказ от вредных привычек, в том числе табакокурения и вейпинга это одно из направлений ЗОЖ. Несмотря на усиление мер по борьбе с табаком в стране и снижение потребления табака, актуальность проблемы табакокурения остается высокой [1]. По данным ВОЗ, в мире в среднем каждые 8 секунд умирает 1 человек от заболеваний, связанных с курением табака, а ежегодно по этой причине умирают 5 миллионов человек. Наиболее перспективным направлением в борьбе с табакокурением является борьба с курением молодежи, так как большинство курильщиков (примерно 90%) начинают привычку к 18 годам [2].

В настоящее время в России действуют запреты по употреблению табака. Так, в 2013 году принят №15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» и согласно статьям 9, 11, 12, 20 необходимо формировать у детей отрицательное отношение к потреблению табака, запрещена продажа табачной продукции несовершеннолетним, запрещено курение на детских площадках. Согласно Постановлению Правительства Российской Федерации от 23.12.2013 № 1214 «Об утверждении Положения о проведении мониторинга и оценки эффективности реализации мероприятий, направленных на предотвращение воздействия окружающего табачного дыма и сокращение потребления табака» и приказу Минздрава России от 05.03.2021 № 170н «Об утверждении Методики проведения мониторинга и оценки эффективности реализации мероприятий, направленных на предотвращение воздействия окружающего табачного дыма, веществ, выделяемых при потреблении никотинсодержащей продукции, сокращение потребления табака или потребления никотинсодержащей продукции», меры, направленные на охрану здоровья населения от воздействия табачного дыма и последствий потребления табака и оценку их эффективности в снижении распространенности курения среди населения, снижении заболеваемости и смертности от болезней, связанных с табаком.

Меры, направленные борьбу с распространённостью классического табакокурения, привели к распространению нового направления «вейпинг». Термин «вейпинг» происходит от английского «vaping», что означает в буквальном смысле «парение», а если более содержательно, то это процесс курения электронных сигарет, испарителей и других аналогичных устройств, с образованием большого количества густого пара. Вейпинг, считающийся относительно новым направлением в России, в мире появился давно.

Всемирная организация здравоохранения относит электронные сигареты к электронным системам доставки никотина и отмечает, что их использование не было достаточно изучено с точки зрения безопасности и эффективности в качестве лечения

никотиновой зависимости. Вейпинг и электронные сигареты – тождественные понятия в нашей работе, в опрос включали, как никотиновые, так и безникотиновые формы употребления, эти понятия не разграничивались. Использование вейпинга (электронных сигарет) объединяет курильщиков в группы, которые используют разные устройства для парения веществ, содержащие различные ароматы.

В целях снижения распространенности вейпинга принят закон о запрете продажи несовершеннолетним устройств для потребления никотинсодержащей продукции от 28.04.2023 № 178-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации, который вступает в силу со дня его официального опубликования, кроме пунктов 2, 3 и 5 статьи 4.

Вейпинг привлекателен для подростков в том числе за счет ароматически-вкусовых качеств. Известно, что альдегиды, используемые в качестве ароматизатора ванили и коричневого альдегида, способствуют токсичности, а компонент, который используется для придания маслянистого вкуса вызывает облитерирующий бронхит [3]. Те, кто употребляет никотинсодержащие жидкости, переходят в 2-3 раза чаще на регулярное курение обычных сигарет, чем кто этим не занимается [4]. А употребление никотина детьми и подростками оказывает губительное воздействие на развитие мозга, приводя к проблемам в обучении и тревожным расстройствам.

Эта новая тенденция заставляет подростков присоединяться к группе и приобретать различные средства. Стремление к социализации способствует распространению вейпинга. Эти средства с каждым днем совершенствуются, приобретают новый дизайн, новые ароматические свойства, в том числе имитирующие продукты питания. Устройства выглядят как небольшие коробочки с мундштуками, длинные декорированные металлические цилиндры или эксклюзивные. В крупных городах открываются вейп-кафе, проводятся вейп-фестивали и конкурсы [5].

Здоровье подростков имеет особое значение и является «индикатором» социального и экономического благополучия [6]. Согласно данным [7], у большинства подростков выявлена физиологическая зависимость от курения, в том числе у 1/3 курящих подростков имеется средняя и высокая зависимость, часть из них хочет отказаться от этой привычки. Подростки являются будущим репродуктивным потенциалом и принимаются меры по запрещению рекламы и продвижению любых табачных продуктов, в том числе электронных систем нагревания табака (ЭСНТ) [8].

Охрана здоровья детей направлена на сохранение благополучия популяции и приумножение материального и морального состояния государства, которое находится в зависимости от воздействия вредных привычек на организм молодых людей [9].

Таким образом, в настоящее время безвредность вейпа опровергнута и не является методом борьбы с обычными сигаретами. Не все отдаленные последствия вейпинга нам известны.

Существуют социальные различия между учащимися школы в поселке городского типа (ПГТ) и лицея в крупном городе миллионнике, к ним относятся: наличие профильных классов, направленных на углубленное изучение определенной темы, разный преподавательский состав, в лицее преобладают педагоги, имеющие высшую квалификационную категорию, при этом в школах в ПГТ часто наблюдается дефицит учителей, что может приводить к отсутствию каких-либо дисциплин, или проведение их непрофильными педагогами, средний уровень зарплат у родителей учеников выше в крупном городе, что может свидетельствовать о их более высоком социальном статусе, уровня образования, а следовательно создавать более благоприятную социальную окружающую среду для своих детей, также больше возможностей повышать образовательных уровень детей.

Цель: определить уровень информированности среди школьников о критерии оценки здорового образа жизни путем изучения частоты встречаемости вейпинга, среднего возраста первой пробы вейпинга и их зависимости от социальных условий и выявить закономерность влияния окружения на причины начала использования вейпа.

Материалы и методы. Проведено одномоментное наблюдательное онлайн исследование на основании результатов анонимного добровольного анкетирования среди 161 школьника старших классов, из них 60 школьников поселка городского типа (ПГТ) и 101 школьник лицея крупного города Екатеринбурга. Объем выборки оценивался на основе статистического анализа и должен составлять согласно результатам 160 человек. Средний возраст школьников в нашей выборке составил $15 \pm 0,1$ лет. Период исследования – апрель 2023 года. Анкета включала в себя 20 вопросов о частоте встречаемости вейпинга, последовательных и достоверных для последующей систематизации и анализа. Полученные данные обрабатывались статистической программой Microsoft Excel 2017. Оценка достоверности осуществлялась с помощью t-критерий Стьюдента ($p < 0,05$). Исследование одобрено на заседании локального этического комитета ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет» Минздрава России (протокол №5 от 26.06.2020).

Администрация школ дала согласие на проведение опроса среди школьников старших классов.

Результаты. По данным проведенного опроса имеют представление о вейпинге в школе в ПГТ 85% опрошенных учеников, среди которых 27,4% узнали о нем от друзей за пределами школы, 25,4% от школьных друзей, а в лицее г. Екатеринбург 93,1% соответственно, среди них 26,6% узнали о вейпинге от друзей за пределами школы, и 10,6% узнали от школьных друзей ($p < 0.05$) (Рисунок 2).

Попробовали вейпинг в школе ПГТ 39,2% учеников, в лицее г. Екатеринбурга - 36,1%, (Таблица 1). Среди опрошенных учеников количество друзей, использующих системы парений в школе ПГТ составило 66,7%, в лицее 48,9% учеников ($p < 0.05$), количество родителей, занимающихся вейпингом превалирует в школе 7,8% против 5,3% в лицее, при этом только 25,5% в окружении не используют системы курения в школе ПГТ против 45,7% в лицее (Таблица 1). При анализе мнения учеников о пагубном влиянии вейпинга на организм выявили, что в школе 47,1% учеников считают, что данный вид зависимости приносит вред здоровью, при этом 49% учеников считают вейпинг «полезнее» курения сигарет, в то время в лицее 72,3% учеников обращают внимание негативное влияние вейпинга и только 18,1% учеников считают его полезнее сигарет ($p < 0.05$) (Таблица 1). Стимулом для начала использования вейпинга для 80% учеников из опрошенных учеников школы является их окружение (друзья), при этом в лицее данный показатель составляет 58,8% учеников ($p < 0.05$) (Таблица 1). Однако, 43,3% учеников опрошенных учеников лицей не занимаются вейпингом, потому что это глупо, и только 15%, потому что это вредно, при этом в школе считают, что это глупо 29,1% учеников, а что вредно 33,3% учеников, данный факт может опровергать большее знание учеников лицей о влиянии вейпинга на организм ($p < 0.05$) (Таблица 1).

Средний возраст школьников, которые попробовали вейпинг в первый раз в лицее составил 13 лет, в то время как средний возраст школьников, попробовавших вейпинг впервые в школе ПГТ составил 12,55 лет. Каждый день используют вейп в школе 65% учеников, в то время как в лицее каждый день вейп используют 44,1% учеников, попробовали 1 раз в жизни и больше не хотят в школе 30% учеников, а в лицее попробовали 1 раз в жизни и больше не хотят ($p < 0.05$), 47,1% учеников, при случае (например, на дне рождения) в школе используют вейп 5% учеников, а в лицее при случае (например, на дне рождения) используют вейп 8,8% учеников (Таблица 1). В лицее вопрос о вреде вейпинга обсуждали учителя 27,7% против 13,3% в школе, что в 2,5 раза чаще в лицее; родители обсуждали этот вопрос в школе с 31,7%

учеников, в то время как в лицее этот вопрос обсуждался с 32,6%. С друзьями обсуждали вред вейпа 2% школьников в лицее, 1,7% в школе обсуждали этот вопрос (Рисунок 1). Получают удовольствие после вейпа в школе 36,8% учеников, а в лицее получают удовольствие после вейпа 50% учеников, что в 1,42 раза чаще в лицее; успокаивается после вейпа в школе 63% учеников, в лицее успокаиваются после вейпа соответственно 35%. Расслабление доставляет вейп в школе 42% учеников, в то время как в лицее расслабляются после вейпа 41% учеников. Кашляют после вейпа в школе 21%, в то время как в лицее кашляют после вейпа 50% учеников, что в 3,25 раза чаще в лицее. Головокружение после вейпа чаще испытывают в лицее 50%, в то время как этот показатель в школе составляет 26%, что в 2,4 раза чаще в лицее. Першение в горле в школе из опрошенных никто не испытывает, в то время как в лицее першит горло после вейпа у 52,9%. Ничего не ощущают после вейпа в школе 36,8% учеников, в то время как в лицее этот показатель составляет 55,9%, что в 1,42 раза чаще в лицее (Рисунок 3).

Купили самостоятельно устройство для вейпа в школе 25% учеников, в то время как в лицее это показатель составил 34,4% учеников, что в 1,2 раза чаще в лицее; попросили прохожих, друзей, кто уже покупал, чтобы купили устройство для вейпа в школе 45% учеников, в то время как в лицее попросили прохожих, чтобы купили устройство 37,5% человек (Таблица 1).

91,7% детей, которые не занимаются вейпингом в школе относятся безразлично к тем, кто занимается вейпом. Негативно относятся в этой школе 8,3% не курящих детей к тем, кто употребляет вейп. Безразличие испытывают некурящие дети к занимающихся вейпом в лицее 78,3% ($p < 0.05$), в то время как негативно к ним относятся 20%, поддерживает 1 некурящий школьник людей, которые употребляют вейп (Таблица 1). Показатель наглядности негативного отношения учащихся к одноклассникам, употребляющим вейп, выше в лицее, чем в школе на 500%.

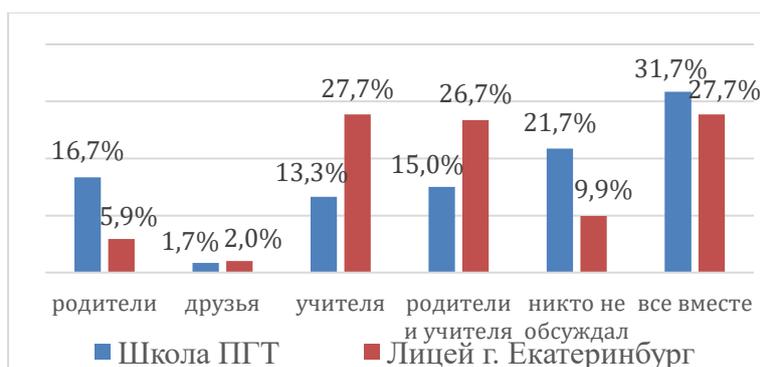


Рисунок 1. Результаты ответа на вопрос: «Кто обсуждал с вами вопрос вреда вейпинга?» (n=145)

Таблица 1

Сравнение по вопросам анонимного анкетирования частоты встречаемости и отношения школьников школе в ПГТ и лицее г. Екатеринбург» к вейпингу

<i>Вопрос</i>	<i>Школа в ПГТ</i>	<i>Лицей г. Екатеринбург</i>
1. Знаете ли вы, что такое вейпинг?	Да: 85%* Нет: 15%	Да: 93,1%* Нет: 6,9%
2. Те, с кем вы общаетесь, занимаются вейпингом?	1) Да, друзья 66,7% * 2) Да, родители 7,8% 3) Никто этим не занимается 25,5%*	1) Да, друзья 48,9%* 2) Да, родители 5,3% 3) Никто этим не занимается 45,7%*
3. Как, по вашему мнению, вейпинг влияет на организм:	1) Негативно 47,1%* 2) Негативно, но лучше, чем обычные сигареты 49%	Негативно 72,3%* Негативно, но лучше, чем обычные сигареты 18,1%
4. Пробовали ли вы когда-нибудь вейпинг?	Да: 39,2%* Нет: 47,1%	Да: 36,1%* Нет: 63,9%
5. Как часто вы используете вейп?	1) каждый день 65%* 2) попробовал 1 раз в жизни и больше не хочу 30%*	1) каждый день 44,1%* 2) попробовал 1 раз в жизни и больше не хочу 47,1%*
6. Почему вы начали заниматься вейпингом:	1) Потому что этим занимаются друзья 80%* 2) Мне это нравится, ощущаю воодушевление 80% 3) Придает уверенности, поднимает самооценку 10%	1) Потому что этим занимаются друзья 58,8%* 2) Мне это нравится, ощущаю воодушевление 29,4% 3) Придает уверенности, поднимает самооценку 11%
7. Каким образом вы купили устройство для вейпа в первый раз?	Купил сам в интернете, магазине 25% Попросил прохожих, друзей, кто уже покупал 45%	Купил сам в интернете, магазине 34,4% Попросил прохожих, друзей, кто уже покупал 37,5%
8. Почему вы не занимаетесь вейпингом?	Это вредно 33,3%* Это глупо 29,1%*	Это вредно 15%* Это глупо 43,3%*
9. Как вы относитесь к тем, кто занимается вейпингом?	1) мне все равно 91,7% 2) они мне не нравятся 8,3%*	1) мне все равно 78,3% 2) они мне не нравятся 20%*

* $p < 0,05$ различия статистически значимы

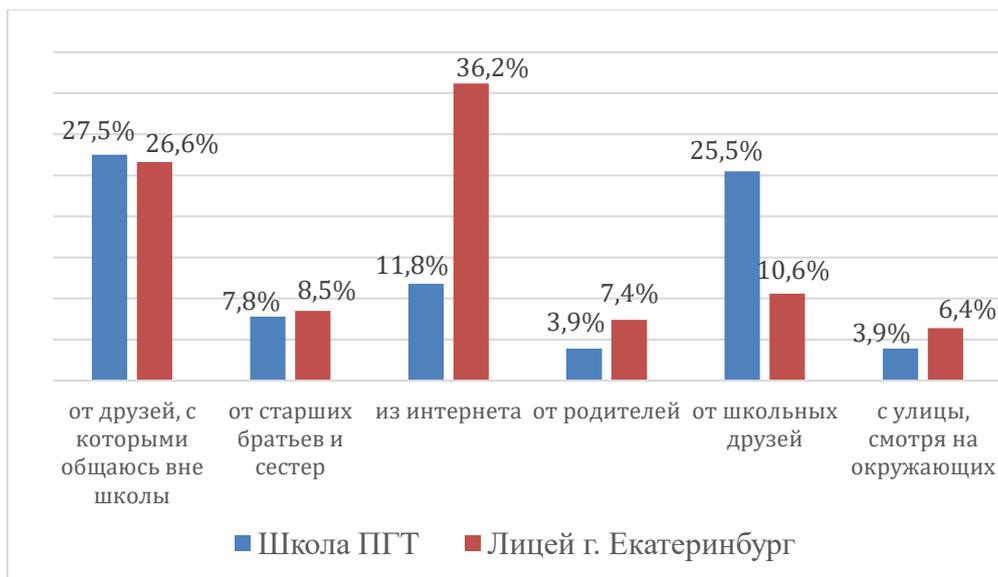


Рисунок 2. Результаты ответа на вопрос: «От кого вы узнали о вейпинге?» (n=145)

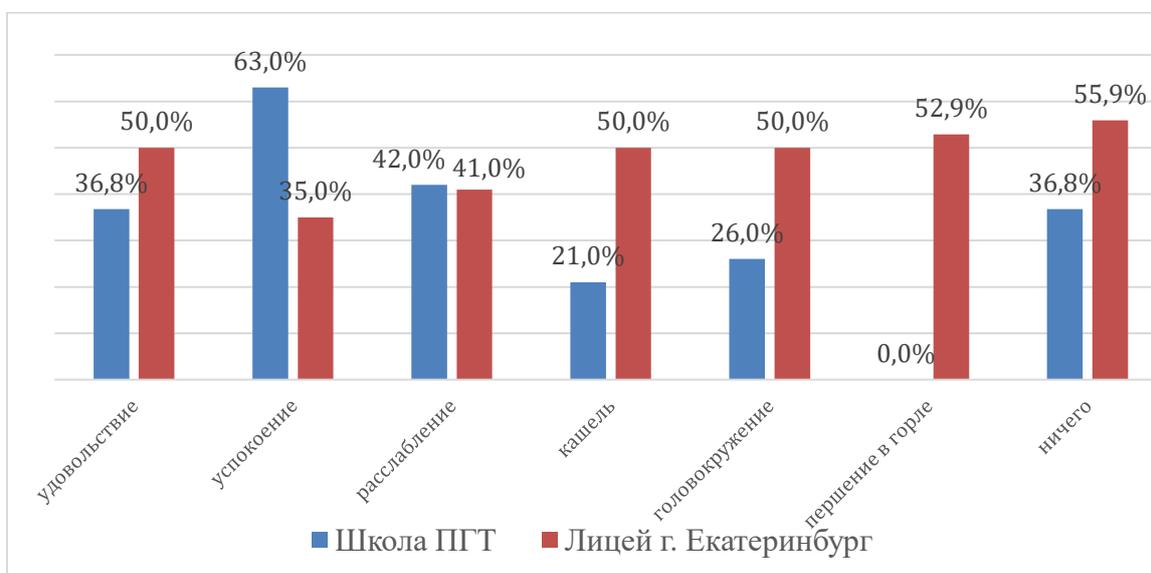


Рисунок 3. Результаты ответа на вопрос: «Что вы ощущаете после вейпинга?» (n=54)

Обсуждение. Каждый подросток хочет быть частью самой популярной компании в школе. А «вейпы» — это новый способ проявить себя и оригинальность, как в свое время сигареты. Это может быть проявлением стремления к социализации подростков. Существует множество причин, по которым подростки курят. Это и «общение», и желание почувствовать себя «крутым», и «стадное чувство», и страх быть непринятым в группе, где все курят, и проблемы в отношениях с родителями [10-15]. Знания о вейпинге выше в лицее г. Екатеринбург 93,1% против 85% в школе, что может свидетельствовать о том, что подростки в городе чаще видят молодежь с электронными сигаретами, в городе больше доступность к

покупке электронных сигарет, больше выбора. Приведенные данные анкетирования по меньшему процентному соотношению употребления вейпа в лицее 36,1% против 39,2% в школе могут свидетельствовать о большей осведомленности последствий парения в лицее и заинтересованности в поддержании своего здоровья на должном уровне. При анализе мнения учеников о пагубном влиянии вейпинга можно предположить о том, что организация оздоровительной работы в лицее, проведение классных часов о вреде курения проводится более часто по сравнению со школой в поселке, дети в лицее больше осведомлены. В лицее школьники заняты в течение дня, у них достаточно большая учебная нагрузка. Тем не менее, некоторые из них также подвержены вредной привычке курения. Также обращает внимание, что в школе в поселке средний возраст первой пробы вейпа ниже по сравнению с лицеем. В школе в поселке больше ребят используют вейп каждый день. Это может быть связано с тем, что у детей в лицее чаще проводятся классные часы по здоровому образу жизни, дети чаще участвуют во внеурочных соревнованиях по физкультуре, занимаются дополнительно в спортивных секциях. Большее количество школьников из лицея отмечают побочные эффекты вейпа по сравнению со школьниками в поселке, что может быть связано с тем, что детям часто говорят о побочных эффектах, они более осведомлены, постоянно в школах проводятся просвещения на классных часах.

«Взрывной рост» потребления вейпов в настоящее время вызывает беспокойство на высшем государственном уровне. Президент РФ Владимир Владимирович Путин утвердил закон о запрете продажи несовершеннолетним устройств для потребления никотинсодержащей продукции от 28.04.2023 № 178-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации», также будут запрещены вейпы без содержания никотина и их составные части, включая вещества, направленные на повышение «привлекательности продукции», среди них ароматизаторы, пищевые красители и добавки, усиливающие никотиновую зависимость. В этом же законе внесены изменения, согласно которым введен запрет на рекламу устройств по употреблению табака для несовершеннолетних. Правительством разработан проект по установлению минимальной цены на вейп. Данный закон необходим и должен снизить распространенность альтернативных средств курения, так как вейпинг становится все более популярным в современном мире, так в 2022 году произошел рост спроса на вейпы, по сравнению с 2021 годом прирост количества чеков на данную продукцию составил 60%, а продажи увеличились на 80% процентов, в 2023 году продолжается рост числа чеков, но выручка, наоборот,

снизилась, что может быть связано с всеобщим ростом цен и переходом школьников на более дешевую продукцию. В настоящее время утвержден Указ Президента РФ от 9.05.2017 № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства», который направлен на укрепление и охрану здоровья детей, повышение качества и доступность медицинской помощи детям, создание благоприятных условий для их гармоничного развития.

В настоящее время накоплен огромный опыт о вреде данной продукции, поэтому необходимо обязательное урегулирование продажи продукции со стороны законодательства, создание буклетов, которые можно будет распространять среди населения, в том числе школьников, а наличие наглядных плакатов в школах может мотивировать учеников отказаться от этой привычки. Так, например, в Свердловской области ГАУЗ СО «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики» разработана профилактическая программа для подростков о вреде вейпинга, включающая доступную информацию на сайте, так и возможность индивидуального консультирования подростков психологом консультативно-оздоровительного отдела о вреде курения и важности правильного выбора своей социальной среды, которая не наносит вред своему здоровью пагубной привычкой, о необходимости научиться говорить «Нет» на предложения компании покурить. Организованы «Школа для желающих бросить курить» в нескольких медицинских организациях города Екатеринбурга и Свердловской области, но стоит заметить, что располагаются они на базе взрослых больниц, что приводит к невозможности их посещения школьниками. Однако существует «Российская сеть школ здоровья», реализованных в образовательных учреждениях г. Екатеринбурга. В Москве на базе ФГБУ Национальный медицинский исследовательский центр терапии и профилактической медицины Минздрава России существует «Центр профилактики и контроля потребления табака», который работает также в онлайн формате: ZOOM сессии с психологом или при помощи горячей линии с психологом, в этом же центре существует школа по отказу от курения, присоединиться к которой могут все желающие, так как встречи проходят в режиме on-line на протяжении месяца. 31 мая отмечается Всемирный день без табака, учрежденный в 1988 году, в этот день в 2023 году более 50 регионов России провели информационные кампании в поддержку Дня без табака, также волонтеры-медики совместно со специалистами НМИЦ терапии и профилактической медицины провели тренинги по отказу от курений, также 31 мая 2023 года на сайте Министерства Здравоохранения Российской Федерации опубликована статья руководителя Центра профилактики и контроля потребления табака НМИЦ терапии и профилактической

медицины Минздрава России о вреде электронных сигарет, что доказывает заинтересованность правительства, Министерства Здравоохранения в информировании общества о влиянии электронных сигарет и табака на организм, а также пропаганды здорового образа жизни. На сайте Национального медицинского исследовательского центра здоровья детей опубликована в открытом доступе статья Галицкой М.Г. и соавторов «Электронные сигареты (вейпы) — «волк в овечьей шкуре», в которой собрана обзорная информация об электронных сигаретах, характеристика состава аэрозолей вейпов, а также приведены данные исследований их влияния на здоровье человека [16].

Как в школе ПГТ, так и в лицее г.Екатеринбург проводится профилактическая работа по борьбе с электронными сигаретами и пропаганде здорового образа жизни, мы продолжили эту работу. Так, нами были проведены классные часы в школе ПГТ и лицее г. Екатеринбурга с целью расширения знаний о влиянии вейпинга на организм, лекции были разработаны на основе рекомендаций руководителя НМИЦ [8]. Мы считаем, что данный тип классных часов должен быть внедрен во все школы, чтобы мотивировать учеников вести более здоровый образ жизни. Также на родительских собраниях необходимо уделять время профилактики курения, чтобы домашняя атмосфера не создавала факторов, стимулирующих данную вредную привычку. Работа по адресному просвещению учеников только начата, в обязательном порядке необходима будет оценка ее эффективности с целью корректировки и дополнения материалов, для лучшего восприятия информации школьниками. Мы считаем, что каждое образовательное учреждение должно иметь в преподавательском составе медицинского психолога, к которому школьники могут обращаться за помощью в отказе от курения, также существование телефонов доверия может способствовать снижению распространенности курения среди населения, так, например, в г. Екатеринбурге имеется телефон доверия для детей и подростков, который работает круглосуточно.

При сравнении двух школ были выявлены различия, которые необходимо учитывать при разработке мер профилактики отказа от курения с целью повышения эффективности проводимых мероприятий. Так, например, в школе необходимо повышать уровень информированности о соблюдении здорового образа жизни и отказе от вейпинга, в том числе в рамках классных часов, проводимых учителями, а для этого необходимо обучение и мотивация самих учителей в борьбе с табакокурением. Также необходимо снижать количество доступной информации о табачной продукции в интернете, особенно для детей до 18 лет.

Проблема высокой частоты встречаемости вейпинга среди школьников является актуальной в современном мире. Аналогичные данные были получены и в других работах: в статьях Верхотурцева А. В. и соавторов, Перепелкина Д.О. и соавторов, Карасева В.В. и соавторов, большое количество школьников используют вейпинг, в связи с их социальным окружением (друзьями) [3,17,18].

Выводы:

1. Средний возраст школьников, которые попробовали вейпинг 12,55 лет в школе и 13 лет в лицее, что сочетается с переходным возрастом, переходом в более старшее звено школы и изменением интересов учащихся.

2. Имеют представление о вейпинге в школе в ПГТ 85% опрошенных учеников, а в лицее г. Екатеринбург 93,1% соответственно. При анализе мнения учеников о пагубном влиянии вейпинга на организм выявили, что в школе 47,1% учеников считают, что данный вид зависимости приносит вред здоровью, при этом 49% учеников считают вейпинг «полезнее» курения сигарет, в то время в лицее 72,3% учеников обращают внимание негативное влияние вейпинга и только 18,1% учеников считают его полезнее сигарет ($p < 0.05$)

3. Выявлена закономерная связь влияния окружения обещающих на их причины использования вейпа, среди которых преобладает использование данного устройства за компанию с друзьями.

4. Здоровьесбережение школьников это важная составляющая здоровой популяции в будущем, поэтому необходимо проводить классные часы, посвященные пропаганде здорового образа жизни, а, в частности, влиянию вейпа на организм, для увеличения осведомленности учащихся, что вейпинг не считается менее вредным способом доставки никотина, чем сигареты. Также в связи с особенностями состава употребляемых жидкостей для парения, содержатся альдегиды в виде ароматизаторов, которые способствуют развитию интоксикации организма, а компонент, который используется для придания маслянистого вкуса способен вызывать облитерирующий бронхолит.

Список литературы

1. Иванова Л.Ю. Курение среди подростков: динамика за 20 лет. Научное обозрение: гуманитарные исследования. 2020;2:33-49 DOI: 10.35679/2226-0234-2020-11-2-33-49
2. Перепелкина Д.О., Чекмарёв И.С., Мамисмедашвили Л.В., и др. Сравнительное исследование курительного поведения среди старших школьников Екатеринбурга и поселка

городского типа. Актуальные вопросы современной медицинской науки и здравоохранения: материалы VII Международной научно-практической конференции молодых учёных и студентов. 2022; 3268-3274.

3. Gotts JE, Jordt SE, McConnell R, et al. What are the respiratory effects of e-cigarettes? British Medical Journal. 2019;366 DOI: <https://doi.org/10.1136/bmj.l5275>

4. Berry KM, Fetterman JL, Benjamin EJ, et al. Association of electronic cigarette use with subsequent initiation of tobacco cigarettes in US youths. JAMA Open Network. 2019;2(2):a187794. DOI:10.1001/jamanetworkopen.2018.7794

5. Мезенцева В.А. Вейпинг, и чем опасно это увлечение. Здоровьесбережение как инновационный аспект современного образования: Сборник материалов II Международной научно-практической интернет-конференции, Санкт-Петербург. 2021: 581-587

6. Уточкин Ю. А., Легостина В. А., Казанбаева А. В., и др. Изучение распространенности употребления и уровня информированности о вреде вейпинга среди молодежи. Научный электронный журнал Меридиан. 2020; 5(39):76

7. Александров А.А., Котова М.Б., Ваганов А.Д. Если подросток начал курить...Программа работы с детьми и подростками по отказу от курения. 2012;9

8. Гамбарян М.Г., Калинина А.М., Попович М.В., и др. Вся правда об электронных сигаретах: российская реальность. Часть II. Потребление электронных сигарет в России: связь с демографическими факторами, рекламой и продвижением, курением табака и попытками бросить курить. Результаты репрезентативного опроса вз. Профилактическая медицина. 2019;22(6): 14-27 DOI: 10.17116/profmed20192206214

9. Уточкин Ю.А., Высотин С.А, Сайфитова А.Т., и др. Оценка информированности о вреде психоактивных веществ и распространенности их потребления среди старшеклассников города Перми. Международный студенческий научный вестник. 2019;1:15

10. Михайлова Ю.В., Лисицына М.М., Шикина И.Б., Задоркина Т.Г. Распространённость потребления табака среди школьников России и стран Европы. Социальные аспекты здоровья населения. 2017; 5(57). DOI: 10.21045/2071-5021-2017-57-5-7

11. Почитаева И.П., Люцко В.В. Возрастные мотивационные установки к употреблению психоактивных веществ и социальное окружение учащейся молодежи. Современные проблемы науки и образования. 2015; 5:113.

12. Почитаева И.П., Люцко В.В. Основные факторы, влияющие на потребление алкоголя/наркотиков школьниками/учащимися и студентами Костромской области.

Современные проблемы науки и образования. 2015; 5: 115.

13. Задоркина Т.Г., Шикина И.Б. Социально-гигиеническое исследование информированности детского населения Калининградской области по вопросам здорового образа жизни в условиях реализации стратегии противодействия потреблению табака. В сборнике: Реформы Здравоохранения Российской Федерации. Современное состояние, перспективы развития. Сборник материалов конференции IV ежегодной конференции с международным участием, посвященной памяти д.м.н. профессора, акад. МАНЭБ, з.д.н. РФ Полякова И.В. Под редакцией И.М. Акулина, О.В. Мироненко. 2017. С. 24-26.

14. Попова Н.М., Люцко В.В., Бужик О.Ж. Токсикомания и потребление психоактивных веществ с вредными последствиями в различных возрастных группах населения Российской Федерации в 2013-2015 гг. Наркология. 2017; 9 (16): 38-43.

15. Козырева Т.В. Этнические и национальные особенности в формировании здорового образа жизни. Вестник угроведения. 2011;3 (6):123-129

16. Галицкая М.Г., Фисенко А.П., Макарова С.Г. Электронные сигареты (вейпы) — старая угроза здоровью в новом обличье. Российский педиатрический журнал. 2022;25(5):357-361 DOI.org/10.46563/1560-9561-2022-25-5-357-361

17. Верхотурцева А.В., Таранов В.Е., Богданов С.И. Распространенность курения и отношение школьников старших классов к курению. Актуальные вопросы современной медицинской науки и здравоохранения: Материалы VI Международной научно-практической конференции молодых учёных и студентов, посвященной году науки и технологий. 2021;2:632-636

18. Карасева В.В., Лаврова Е.В., Чистяков А.Д. Результаты мониторинга мнения обучающихся старших классов по вопросам курения. Universum: психология и образование. 2019;7 (61): 7-11

References

1. Ivanova L.Y. Smoking among adolescents: dynamics over 20 years. Scientific Review: Humanitarian Studies. 2020;2:33-49 DOI: 10.35679/2226-0234-2020-11-2-33-49 (In Russian)

2. Perepelkina D.O., Chekmarev I.S., Mamismedashvili L.V., etc. Comparative studies of smoking behavior among senior schoolchildren of Yekaterinburg and an urban-type settlement. Topical issues of modern medical science and healthcare: materials of the VII International Scientific and Practical Conference of Young Scientists and Students. 2022; 3268-3274 (In Russian)

3. Gotts JE, Jordt SE, McConnell R, et al. What are the respiratory effects of e-cigarettes? British Medical Journal. 2019;366 DOI: <https://doi.org/10.1136/bmj.l5275>
4. Berry KM, Fetterman JL, Benjamin EJ, et al. Association of electronic cigarette use with subsequent initiation of tobacco cigarettes in US youths. JAMA Open Network. 2019;2(2):a187794. DOI:10.1001/jamanetworkopen.2018.7794
5. Mezentseva, V. A. Vaping, and what is the danger of this hobby. Health care as an innovative aspect of modern education: Collection of materials of the II International Scientific and Practical Internet Conference, St. Petersburg. 2021: 581-587 (InRussian)
6. Utochkin Yu.A., Legostina V.A., Kazanbayeva A.V., etc. To study the prevalence of use and the level of awareness about the dangers of vaping among young people. Scientific electronic journal Meridian. 2020; 5(39):76 (InRussian)
7. Alexandrov A.A., Kotova M.B., Vaganov A.D. If a teenager started smoking...The program of work with children and adolescents on quitting smoking. 2012;9 (InRussian)
8. Gambaryan M.G., Kalinina A.M., Popovich M.V., et al. The whole truth about electronic cigarettes: Russian reality. Part II. Consumption of electronic cigarettes in Russia: connection with demographic factors, advertising and promotion, tobacco smoking and attempts to quit smoking. The results of a representative survey of the vz. Preventive medicine. 2019;22(6): 14-27 DOI: 10.17116/profmed20192206214 (In Russian)
9. Utochkin Yu.A., Vysotin S.A., Saifitova A.T., etc. Assessment of awareness about the dangers of psychoactive substances and the prevalence of their consumption among high school students in Perm. International Student Scientific Bulletin. 2019;1:15 (In Russian)
10. Mikhailova Yu.V., Lisitsyna MM, Shikina I.B., Zadorkina T.G. Rasprostranyonnost' potrebleniya tabaka sredi shkol'nikov Rossii i stran Evropy. [The prevalence of tobacco consumption among schoolchildren in Russia and Europe]. Social'nye aspekty zdorov'ya naseleniya [Social aspects of population health]. 2017;5(57). DOI: 10.21045/2071-5021-2017-57-5-7 (In Russian)
11. Pochetaeva I.P., Lyutsko V.V. Vozrastnye motivacionnye ustanovki k upotrebleniyu psihoaktivnyh veshchestv i social'noe okruzhenie uchashchejsya molodezhi. [Age motivational attitudes towards the use of psychoactive substances and the social environment of students]. Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya. [Modern problems of science and education]. 2015;5: 113. (In Russian)
12. Pochetaeva I.P., Lyutsko V.V. Osnovnye faktory, vliyayushchie na potreblenie alkogolya/narkotikov shkol'nikami/uchashchimisya i studentami Kostromskoj oblasti. Sovremennye

problemy nauki i obrazovaniya. [The main factors affecting the consumption of alcohol/drugs by schoolchildren/students and students of the Kostroma region]. [Modern problems of science and education]. 2015: 5:115. (In Russian)

13. Zadorkina T.G., Shikina I.B. Social'no-gigienicheskoe issledovanie informirovannosti detskogo naseleniya kaliningradskoj oblasti po voprosam zdorovogo obraza zhizni v usloviyah realizacii strategii protivodejstviya potrebleniyu tabaka. [Social and hygienic study of the awareness of the children of the Kaliningrad region on healthy lifestyle in the context of the implementation of a strategy to counter tobacco consumption]. In the collection: Reforms of Health Care of the Russian Federation. Current state, development prospects. Collection of materials of the conference of the IV annual conference with international participation, dedicated to the memory of the Doctor of Medical Sciences, Academician of MANEB, d. Russian Federation I.V. Polyakova Edited by I.M. Akulin, O.V. Mironenko. 2017. S. 24-26. (In Russian)

14. Popova NM, Lyutsko VV, Buzik OZ. Toksikomaniya i potreblenie psihoaktivnyh veshchestv s vrednymi posledstviyami v razlichnyh vozrastnyh gruppah naseleniya Rossijskoj Federacii v 2013-2015 GG. [Substance abuse and consumption of psychoactive substances with harmful consequences in various age groups of the population of the Russian Federation in the 2013-2015 of the Russian Federation]. Narkologiya. [Narcology]. 2017; 9 (16): 38-43. (In Russian)

15. Kozyreva T.V. Ethnic and national peculiarities in the formation of a healthy lifestyle. Bulletin of ugrovedenie. 2011;3 (6):123-129 (In Russian)

16. Galitskaya M.G., Fisenko A.P., Makarova S.G. Electronic cigarettes (vapes) are an old threat to health in a new guise. Russian Pediatric Journal. 2022;25(5):357-361 DOI.org/10.46563/1560-9561-2022-25-5-357-361 (In Russian)

17. Verkhoturitseva A.V., Taranov V.E., Bogdanov S.I. The prevalence of smoking and the attitude of high school students to smoking. Topical issues of modern medical science and healthcare: Materials of the VI International Scientific and Practical Conference of Young Scientists and Students dedicated to the Year of Science and Technology. 2021;2:632-636 (In Russian)

18. Karaseva V.V., Lavrova E.V., Chistyakov A.D. Results of monitoring the opinion of high school students on smoking issues. Universum: Psychology and education. 2019;7 (61): 7-11 (In Russian)

Финансирование. Исследование не имело спонсорской поддержки.

Конфликт интересов. Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Acknowledgments. The study did not have sponsorship.

Conflict of interests. The authors declare no conflict of interest.

Сведения об авторах

Казанцева Анна Владимировна — старший преподаватель кафедры общественного здоровья и здравоохранения, ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, г. Екатеринбург, 620028, Россия, г. Екатеринбург, ул. Репина, 3, e-mail: kazantseva.anna.net@gmail.com, ORCID 0000-0002-8231-9490; SPIN: 1268-3117

Тихонова Мария Сергеевна – студентка, ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, г. Екатеринбург, 620028, Россия, г. Екатеринбург, ул. Репина, 3, e-mail: maria_tih13.02@icloud.com, ORCID 0000-0001-7760-1427; SPIN: 8938-8644

Тимофеев Евгений Сергеевич – студент, ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, г. Екатеринбург, 620028, Россия, г. Екатеринбург, ул. Репина, 3, e-mail: timofeevu15@mail.ru, ORCID 0009-0002-9193-2884; SPIN: 3595-7436

Савельева Софья Евгеньевна – студентка, ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, г. Екатеринбург, 620028, Россия, г. Екатеринбург, ул. Репина, 3, e-mail: sofasaveleva@yandex.ru, ORCID: 0009-0006-8272-9947; SPIN: 7449-0448

About the authors

Kazantseva Anna - Senior Lecturer of the Department of Public Health and Public Health, Ural State Medical University, Ministry of Health of Russia, Yekaterinburg, Russia, 620028, Russia, str. Repina, 3, e-mail: kazantseva.anna.net@gmail.com, ORCID 0000-0002-8231-9490; SPIN: 1268-3117

Tikhonova Maria – student Ural State Medical University, Ministry of Health of Russia, Yekaterinburg, Russia, 620028, Russia, str. Repina, 3, e-mail: maria_tih13.02@icloud.com, ORCID 0000-0001-7760-1427; SPIN: 8938-8644

Timofeev Evgeny – student Ural State Medical University, Ministry of Health of Russia, Yekaterinburg, Russia, 620028, Russia, str. Repina, 3, e-mail: timofeevu15@mail.ru, ORCID: 0009-0002-9193-2884; SPIN: 3595-7436

Saveleva Sofia – student Ural State Medical University, Ministry of Health of Russia, Yekaterinburg, Russia, 620028, Russia, str. Repina, 3, e-mail: sofasaveleva@yandex.ru, ORCID: 0009-0006-8272-9947; SPIN: 7449-0448

Статья получена: 20.12.2023 г.

Принята к публикации: 25.03.2024 г.