

МЕТОДИКА ШКІЛЬНОГО НАВЧАННЯ

УДК 303.423.2

DOI <https://doi.org/10.52726/as.pedagogy/2023.2.18>

В. Й. МЕЛЬНИК

*кандидат географічних наук, професор,
професор кафедри природничих наук з методиками навчання,
Рівненський державний гуманітарний університет, м. Рівне, Україна
Електронна пошта: vugmel@gmail.com
<http://orcid.org/0000-0002-7301-8266>*

ВИВЧЕННЯ ВПЛИВУ ТЮТЮНОПАЛІННЯ НА ЗДОРОВ'Я ПІДЛІТКІВ НА УРОКАХ БІОЛОГІЇ В 11 КЛАСІ

Робота присвячена дослідженню проблеми тютюнопаління серед підлітків. Проаналізовані результати опитування підлітків 9-11 класів в закладі загальної середньої освіти м. Рівне. Аналіз отриманих результатів свідчить, що підлітки, на жаль, не в повній мірі усвідомлюють проблему тютюнопаління і вплив на їх здоров'я, 2/3 опитаних дітей різного віку ніколи не мали бажання курити. Незрілість підлітків не дає можливості їм оцінити небезпечність куріння. З'ясовано, що в 54% опитаних в колі друзів не мають курців сигарет, а якщо вони появляються, то 60% підлітків перестануть з ними спілкуватися, а 24% обмежать спілкування. Проте, підлітки по різному обґрунтовують початок їхнього куріння. Для одних є бажання «виділитися» і здаватися дорослішими (45%), інші наслідують своїм авторитетам, батькам (2%), заради задоволення палять 23%, за компанію з однолітками (16%). Зауважимо, що у 85% підлітків батьки негативно ставляться до паління дітей.

Звичка курити щодня формується з 14 років і з роками посилюється. Хлопці більш схильні до куріння щодня. З'ясовано, що не всі підлітки цікавляться питаннями шкідливості паління та його наслідками. Проте, при вивченні теми впливу тютюнопаління на уроках біології вони починають задумуватися над проблемою паління. Аналіз результатів опитувань свідчить, що 42% підлітків бояться померти від туберкульозу легень, 32% від ракових захворювань, для 22% куріння є особистим рішенням і саме вони, в основному, формують потенційних хронічних курців. Занепокоєння щодо впливу куріння на здоров'я людини підсилилося при переглядах фотоматеріалів і презентацій майже у 80% підлітків. Проте, слухати лекції щодо шкідливості куріння сигарет вважають недоречним. Обговорення проблеми тютюнопаління і її наслідків, організація антитютюнових кампаній, контроль за продажем і споживанням сигарет, на наш погляд, знизить показники споживання тютюну серед підлітків.

Ключові слова: проблеми тютюнопаління, підлітки, сигарети, здоров'я, ризики захворювань.

Постановка проблеми. Розширення ринку тютюнових виробів зумовили їх доступність для молоді, яка втілює паління як атрибут модного і стильного життя. Без будь-яких вагань молоді люди вперше затягуються, або випалюють першу сигарету. Перші спроби вживання тютюну з часом перетворюються у шкідливу звичку, яка в більшості супроводжує їх все життя.

Найскладнішим у житті вважається підлітковий вік, для якого характерні стреси у перехідному періоді від дитини до дорослої людини. Відомо, що всі люди хочуть уникнути стресових ситуацій і знімають стрес за допомогою різних способів, в тому числі за допомогою куріння. Ця звичка характерна і для підлітків [Г.О. Латіна, Г.Л. Заїкіна, М.М. Завадська, 2014].

Невтішна статистика свідчить, що в Україні куріння досягло великих цифр. Так, кожна четверта дівчина і кожен другий юнак у віці 15–17 років курять. Відсутність перепон з боку держави і суспільства дає можливість швидкому поширенню проблеми куріння серед підлітків, які вважають, що куріння не несе сильної загрози [О. М. Балакірева, Т. В. Бондар, Ю. П. Галіч, 2011].

Зауважимо, що в Україні з'явилися альтернативні способи вживання тютюну – електронні сигарети (вейпи), які стали популярними серед підлітків.

Пік популярності вживання електронних сигарет прийшовся на 2014 рік.

Кожний п'ятий підліток у віці 13–15 років курить електронні сигарети.

На даний час в нашій державі продаж вейпів прирівнюється до звичайних сигарет, а отже, купити, або заправити електронну сигарету, підліткам заборонено. На жаль, батьки часто самі купують електронні сигарети своїм дітям, щоб унеможливити їх від куріння сигарет.

Немаловажним в поширенні тютюнопаління є рекламні компанії, де повнолітні маркетологи і дизайнери роками працюють над тим, щоб неповнолітні ставали курцями.

Незважаючи на Закон про заборону реклами сигарет, продажу сигарет неповнолітнім, заборону куріння у громадських місцях, проблема тютюнопаління серед підлітків в нашому суспільстві є актуальною.

Аналіз попередніх досліджень. Вивчення негативного впливу тютюнокуріння на здоров'я людини, в тому числі підлітків, є дуже важливим завданням. При вивченні теми на уроках з біології все більше приділяється увага здоров'ю людей [О.Б. Пікас, 2016; М.М. Гульчій, В.В. Подольський, 2011].

Чисельними дослідженнями встановлено, що тютюновий дим містить крім нікотину, дуже багато отруйних речовин, які негативно впливають на нервову систему, дихальну і серцево-судинну системи [О.Б. Пікас, 2006, К.С. Красовський, 2009]. Науковцями доведено, що особливо небезпечним є так зване «пасивне куріння».

Особливості особистісного формування підліткового віку вивчали [О. В. Добрянська, Н. С. Полька, О. В. Бердник, О. М. Юрчук, 2012; І.С. Булах, 2016 та ін.]. У працях О.Б. Пікаса висвітлені основні проблеми при формуванні характерних рис поведінки підлітків, використання різноманітних підходів до їх виховання тощо.

Проблему куріння дітей у підлітковому віці, їх поведінку в соціальному середовищі вивчали: В.С. Василик, І.Д. Кухар, 2005; С.І. Ільченко, А.О. Фіалковська, С.Г. Іванус, 2015 та ін. Вплив тютюну на здоров'я людини та питання профілактики відображені в статтях О.Б. Пікаса, 2016 року.

Окрім куріння цигарок великої небезпеки зазнає організм підлітків від користування електронними сигаретами і кальяном. На даний час електронні сигарети (вейпи) стали звичайним явищем. Так, у 2011 році ними користувались 7 млн. чоловік, в 2019 – 41 млн., а в 2021 році число вейперів зросло до 55 млн. чоловік [Н.С. Антонов, 2014]. Значна кількість людей вважає, що куріння кальяну є безпечним явищем. Статистика свідчить, що кожного дня у світі кальян курять 90 млн. чоловік.

Дослідженнями з'ясовано, що під час куріння однієї сигарети людина вдихає 0,6л диму, а за один сеанс курець кальяну вдихає 74,1л диму і організм отримує більшу дозу нікотину, смоли і оксиду вуглецю. У людини, яка сидить у залі, де курять кальян через 60-90 хвилин будуть ознаки легкого отруєння чадним газом.

Метою дослідження є вивчення обізнаності підлітків з проблемою паління, визначення відсотку дітей із цією шкідливою звичкою, аналіз факторів, які впливають на ставлення підлітків до паління та способи впливу на підростаюче покоління.

Результати та обговорення. Опитування проводили в закладі загальної середньої освіти м. Рівне. В дослідженні брали участь 50 підлітків віком 11-16 років. Основним методом дослідження було опитування. Підліткам було необхідно відповісти на питання розробленої нами анкети.

Перші чотири запитання об'єднували проблему ставлення до паління підлітків. На перше запитання «Як підлітки ставляться до тютюнопаління» 27 опитаних в своєму оточенні не мають знайомих, що курять (рис. 1).

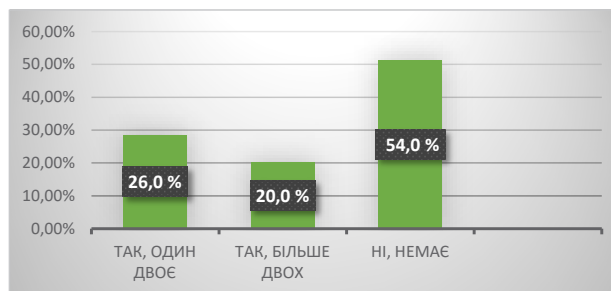


Рис. 1. Ставлення підлітків до паління сигарет

На запитання «Як ви ставляться до однолітків, які курять», 38 підлітків перестануть спілкуватися з курцями і тільки 8 – не змінять свого ставлення до однолітків, які палять (рис. 2).



Рис. 2. Ставлення підлітків до однолітків, які курять

На запитання «Як ставляться їх батьки до того, що вони палять», то в 84,9% ставляться до паління їх дітей негативно (рис. 3).



Рис. 3. Ставлення батьків до дитячого куріння

На запитання «Як діти пояснюють, що вони палять в такому віці» відповідь на (рис. 4).



Рис. 4. Особисте ставлення підлітків до куріння

На пропозицію закурити в компанії 72 % підлітків відмовляються, а 21% – задумуються над цим питанням. Проте, 2 підлітки з опитаних все ж таки погоджуються палити в компанії за любых обставин. (рис. 5).

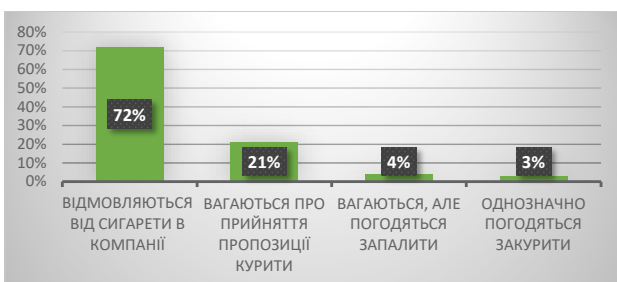


Рис. 5. Реакція на пропозицію запалити в компанії

Опитування щодо віку першого куріння свідчить, що переважна кількість дітей різного віку (37чол.) ніколи не мали бажання курити,

а тільки двоє дітей вперше спробували курити у віці 9-11 років (рис. 6).

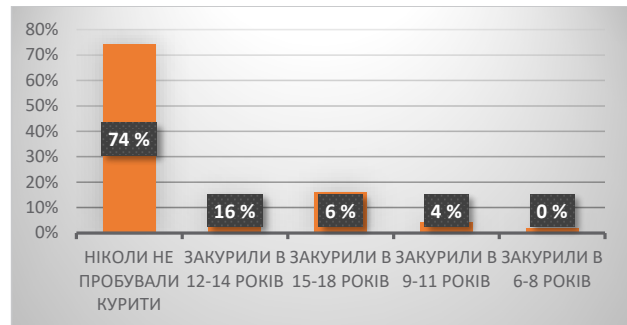


Рис. 6. Вік першого курця сигарет

Вперше палити діти починають, в основному, під впливом друзів. Так, 31 з 50 підлітків почали палити по рекомендаціях друзів, а для чотирьох підлітків прикладом стали їхні батьки. І лише 10 підлітків спробували курити за власним бажанням у більш пізньому віці (рис. 7).

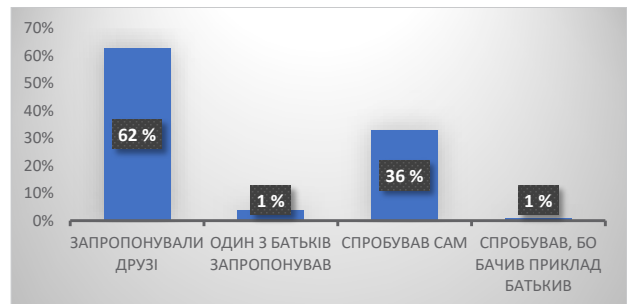


Рис. 7. Умови, що сприяють тютюнопалінню

Основні причини тютюнопаління серед підлітків представлені в (табл. 8).

Бажання почуватись дорослими в дослідній групі належить 23 підліткам.



Рис. 8. Основні причини підліткового тютюнопаління

Заради задоволення палять 11, а за компанію, щоб знайти друзів і проявити себе – 8 підлітків.. Решта мають свою причину для паління, а саме: для зняття стресу, при депресії, при різних життєвих негараздах тощо.

Слід зауважити, що значна частина батьків не знають, що їхні діти палять в школі, майже 40% не вели розмов з батьками про паління. Далеко не всі підлітки цікавляться питаннями шкідливості паління та його наслідкам. Біля 20% опитаних не слухали лекцій про шкідливість паління, а деякі вважають такі лекції недоречними.

При вивченні теми впливу тютюнопаління на уроках біології підлітки починають задумуватися над проблемою паління (рис. 9).



Рис. 9. Причини відказу підлітків від паління

Особливо їх вражають фотоматеріали та презентації по даній тематиці, що являється, на наш погляд, найефективнішим способом впливу на підлітків. Так, третина з них бояться померти, майже половина турбуються за своє

здоров'я, а п'ята частина опитаних вважає, що це особисте бажання кожного.

Зауважимо, що всі питання при опитуванні підлітків стосувалися тільки паління сигарет. Не проводили досліджень вживання вейпів і кальяну.

Висновки. У підлітковому віці поширеним способом вживання тютюну є куріння сигарет, які формують ніотинову залежність. Куріння є фактором ризику для багатьох хвороб, особливо дихальних шляхів. Підлітки добре обізнані з ринком тютюнопаління, але ставляться до нього з різних причин з обережністю.

З'ясовано, що звичка курити формується, в основному в 14-16 років. Аналіз даних свідчить, що 2/3 опитаних дітей різного віку ніколи не мали бажання курити, але дехто з них спробував 1-2 рази, щоб зрозуміти цей процес.

Підлітки вважають недоречним слухати лекції щодо шкідливості куріння сигарет. Проте, при перегляді фотоматеріалів і презентацій біля 80% з них проявили занепокоєння щодо існуючої проблеми із здоров'ям, а 42% погодились кинути курити.

Для зменшення тенденції споживання тютюну серед підлітків необхідно

залучати молодь до обговорення проблеми тютюнопаління і її наслідків, посилити контроль за продажом і споживанням сигарет. Впроваджувати інноваційні методи боротьби з курінням, організувати антитютюнові кампанії та проводити постійний моніторинг ефективності їх впровадження.

ЛІТЕРАТУРА

1. Антонов Н.С. Електронні сигарети: оцінка безпеки та ризиків для здоров'я. Пульмонологія, 2014. № 3. С. 123 – 127.
2. Балакірева О.М., Бондар Т.В., Галіч Ю.П. та ін. Рівень поширення і тенденції вживання тютюну, алкогольних напоїв, наркотичних речовин серед учнівської молоді України: 2011. К: Укр. ін-т соц. дослідж. ім. О. Яременка. ТОВ ВПК «ОБНОВА», 2011. 176 с.
3. Булах І.С. Психологія особистісного зростання підлітків: реалії та перспективи. монографія. Вінниця : ТОВ «Нілан-ЛТД». 2016. 340 с.
4. Василик В.С., Кухар І.Д. Виникнення і розповсюдженість куріння в зв'язку з психологічними особливостями міських школярів. Медична освіта. 2005. № 1. С. 43-45.
5. Гульчій М.М., Подольський В. В. Вплив тютюнопаління на репродуктивне здоров'я жінок фертильного віку. Здоров'я жінки. 2011. № 1. С.167-170.
6. Добрянська О.В., Полька Н.С., Бердник О.В. Юрчук О.М. Динаміка поширеності тютюнопаління серед підлітків (за результатами Глобального опитування підлітків 2005 і 2011 років). Гігієна населених місць, 2012. 59. 262– 266.
7. Ільченко, С. І., Фіалковська, А. О., Іванус, С. Г.. До проблеми розповсюдженості та профілактики тютюнокуріння серед підлітків середніх загальноосвітніх шкіл. Актуальні питання педіатрії, акушерства та гінекології 2015. 1, 36–38.
8. Красовський К.С. Наслідки глобальної тютюнової епідемії. СЕС. Профілактична медицина. 2009. № 4. С. 72- 74.

9. Латіна, Г.О., Заїкіна, Г.Л., Завадська, М.М. Проблема тютюнопаління серед сучасних підлітків. *Вісник проблем біології і медицини*, 2014. 3 (110), 193–196.
10. Пікас О. Б. Біомеханізм дії компонентів цигаркового диму на стан органів дихання. Експериментальна та клінічна фізіологія і біохімія. 2006. №2. С.57-62.
11. Пікас О. Б. Куріння цигарок серед населення та його роль у розвитку захворювань. *Вісник проблем біології і медицини*. 2016. Вип. 1, Том 1 (126).

REFERENCES

1. Antonov N.S. (2014). Elektronni syharety: otsinka bezpeky ta ryzykiv dlia zdorov'ia [Electronic cigarettes: assessment of safety and health risks]. *Pul'monolohiia*. № 3. S. 123-127.
2. Balakirieva O.M., Bondar T.V., Halich Yu.P. ta in. (2011). Riven' poshyrennia i tendentsii vzhvyvannia tiutiunu, alkohol'nykh napoiv, narkotychnykh rehovyn sered uchniv's'koi molodi Ukrainy [The level of prevalence and trends in the use of tobacco, alcoholic beverages, and narcotic substances among schoolchildren of Ukraine]. Kyiv: Ukr. in-t sots. doslidzh. im. O. Yaremenka. TOV VPK «OBNOVA», 2011. 176 s.
3. Bulakh I.S. (2016). Psykholohiia osobystisnoho zrostantia pidlitkiv: realii ta perspektyvy. monohrafiia [Psychology of personal growth of teenagers: realities and prospects. monograph]. Vinnytsia : TOV «Nilan-LTD». 340 s.
4. Vasylyk V.S., Kukhar I.D. (2005). Vynyknennia i rozpovsiudzhenist' kurinnia v zv'iazku z psykholohichnymy osoblyvostiamy mis'kykh shkoliariv [The occurrence and prevalence of smoking in connection with the psychological characteristics of urban schoolchildren]. *Medychna osvita*. № 1. S. 43-45.
5. Hul'chij M.M., Podol's'kyj V.V. (2011). Vplyv tiutiunopalinnia na reproduktyvne zdorov'ia zhinok fertyl'noho viku [The effect of smoking on the reproductive health of women of childbearing age]. *Zdorov'e zhenschyny*. № 1. S. 167-170.
6. Dobrians'ka O.V., Pol'ka N.S., Berdnyk O.V. Yurchuk O.M. (2012). Dynamika poshyrenosti tiutiunopalinnia sered pidlitkiv (za rezul'tatamy Hlobal'noho opytuvannia pidlitkiv 2005 i 2011 rokiv) [The prevalence of smoking among adolescents (according to the results of the Global Survey of Adolescents 2005 and 2011)]. *Hihiena naselenykh mist'.* 59. 262– 266.
7. Il'chenko, S.I., Fialkovs'ka, A.O., Ivanus, S.H. (2015). Do problemy rozpovsiudzhenosti ta profilaktyky tiutiunokurinnia sered pidlitkiv serednikh zahal'noosvitnikh shkil [To the problem of the prevalence and prevention of tobacco-smoking among adolescents of secondary schools]. *Aktual'ni pytannia pediatrii, akusherstva ta hinekolohii*. 1. 36-38.
8. Krasovs'kyj K.S. (2009). Naslidky hlobal'noi tiutiunovoi epidemii. SES [Consequences of the global tobacco epidemic. Sanitary and Epidemiological Station]. *Profilaktychna medytsyna*. № 4. S. 72-74.
9. Latina, H.O., Zaikina, H.L., Zavads'ka, M.M. (2014). Problema tiutiunopalinnia sered suchasnykh pidlitkiv [The problem of tobacco smoking among modern adolescents]. *Visnyk problem biolohii i medytsyny*. 3 (110), 193-196.
10. Pikas O. B. (2006). Biomekhanizm dii komponentiv tsyharkovoho dymu na stan orhaniv dykhannia [Biomechanism of the action of cigarette smoke components on the state of the respiratory system]. *Eksperymental'na ta klinichna fiziolohiia i biokhimiia*. № 2. S.57-62.
11. Pikas O.B. (2016). Kurinnia tsyharok sered naselennia ta joho rol' u rozvytku zakhvoriuvan' [Biomechanism of the action of cigarette smoke components on the state of the respiratory system]. *Visnyk problem biolohii i medytsyny*. Vyp. 1, Tom 1 (126).

V. Y. MELNYK

*Candidate of Geographical Sciences, Professor,
Professor at the Department of Natural Sciences and Teaching Methods,
Rivne State University of Humanities, Rivne, Ukraine
E-mail: vugmel@gmail.com
<http://orcid.org/0000-0002-7301-8266>*

STUDY OF THE INFLUENCE OF TOBACCO SMOKING ON THE HEALTH OF TEENAGERS IN THE BIOLOGY LESSONS IN THE 11TH GRADE

The work is devoted to the study of the problem of smoking among teenagers. The results of the survey of teenagers in grades 9-11 in the institution of general secondary education in Rivne city were analyzed. The analysis of the obtained results shows that, unfortunately, teenagers are not fully aware of the problem of smoking and its impact on their health, 2/3 of the children of all ages have never wanted to smoke are surveyed. The immaturity of teenagers does not allow them to assess the dangers of smoking. It was found that 54% of the respondents do not have cigarette smokers in

their circle of friends, and if they do appear, 60% of teenagers will stop communicating with them, and 24% will limit communication. However, teenagers justify the beginning of their smoking in different ways. For some, there is a desire to “stand out” and seem more mature (45%), others imitate their authority figures, parents (2%), smoke for pleasure 23%, for the company of peers (16%). Note that 85% of teenagers’ parents have a negative attitude towards their children’s smoking. The habit of smoking every day is formed from the age of 14 and increases over the years. Boys are more likely to smoke every day. It was found that not all teenagers are interested in the harmfulness of smoking and its consequences. However, when studying the topic of the impact of tobacco smoking in biology classes, they begin to think about the problem of smoking. The analysis of survey results shows that 42% of teenagers are afraid of dying from pulmonary tuberculosis, 32% from cancer, for 22% smoking is a personal decision and they are the ones who mainly form potential chronic smokers. Concerns about the impact of smoking on human health are increased almost 80% of adolescents viewed photos and presentations. However, they consider it inappropriate to listen to lectures about the dangers of cigarette smoking. Discussing of the problem of tobacco use and its consequences, organizing anti-tobacco campaigns, and controlling the sale and consumption of cigarettes, in our opinion, will reduce of the tobacco consumption among adolescents.

Key words: smoking problems, teenagers, cigarettes, health, risks of diseases.