

Monitoring study of smoke-free policies implementation in a higher education facility

Farida Z. Vildanova

The paper describes the approach to creation of a health-saving educational setting at the Academy of management TISBI. Effectiveness of smoke-free policies integrated in this approach was evaluated. The success of this policy was documented with measurements of particulate matter within the premises and comparison of its content with outdoors air. Survey of 469 students revealed that while 35% of first year students smoke, only 11% do so among the fourth year students. Smoke-free policies were shown to be an effective measure which facilitates quitting smoking.

Key words: health-saving educational setting, smoke-free policies, prevalence of smoking.

Мониторинговое исследование реализации политики освобождения вуза от табачного дыма

Ф.З. Вильданова

В данной работе описан подход к созданию здоровьесберегающего образовательного пространства в Академии управления ТИСБИ. Проведена оценка эффективности политики чистого воздуха, осуществляемая в рамках данного подхода. Успех такой политики документирован приборными измерениями содержания взвешенных частиц в воздушной среде помещений и его сравнения с воздухом на улице. Опрос 469 студентов Академии выявил снижение распространенности курения среди студентов с 35% на I курсе до 11% на IV курсе. Осуществление политики чистого воздуха и создание свободной от табачного дыма воздушной среды можно считать эффективным средством, способствующим отказу от курения

Ключевые слова: здоровьесберегающее образовательное пространство, политика чистого воздуха, распространенность курения

Еще в середине прошлого столетия ученые и врачи установили, что курение является одним из важнейших поддающихся устранению факторов, влияющих на общественное здоровье. Стало очевидным, что курение – главная угроза здоровью и основная причина смертности. Во всем мире борьба с курением сегодня является приоритетным направлением политики развитых государств. Россия вошла в число стран, ратифицировавших Рамочную конвенцию ВОЗ по борьбе против табака.

Здоровая молодежь, здоровая нация – залог успеха и дальнейшего процветания России. Идеология здоровых приоритетов лежит в основе политики, дающей надёжную защиту молодёжи. Приоритетной задачей вузов должно стать сохранение и укрепление здоровья студентов, и, главное, формирование культуры здорового образа жизни. Создание здоровьесбере-

гающего образовательного пространства, позволяющего развивать адаптивные способности студентов и их направленность на жизненные достижения, пропаганда эффективных способов самореализации и проведения досуга остаются основным ориентиром молодежной политики в Академии управления ТИСБИ.

В таком контексте вот уже 10 лет Академия управления «ТИСБИ» реализует политику чистого воздуха.

Одновременно с политикой чистого воздуха в Академии реализуются такие проекты, как:

- волонтерское движение, направленное на повышение культуры поведения молодежи, популяризацию идей и ценностей толерантности, на формирование потребностей здорового образа жизни молодого поколения как ценности;

- профилактические интерактивные занятия для педагогов, кураторов и студентов, ориентированные на работу с внутренними установками, убеждениями, приводящими к курению, выявляющие понимание современных стратегий влияния табачных компаний на личный выбор человека;

- психологические тренинги, направленные на формирование личностных ресурсов, обеспечивающих развитие у студентов социального жизненного стиля с доминированием ценностей здорового образа жизни;

- деловые и ролевые игры, направленные на решение проблемных ситуаций, активизирующих собственную позицию студентов, в качестве активных участников процесса, вынужденных думать, решать, делать выводы, сравнивать, анализировать и видеть противоречие, определять свое отношение к теме, что способствует фор-

мированию осознанных личностных качеств и поведенческих установок. В настоящей статье освещены результаты мониторингового исследования, цель которого состояла в том, чтобы оценить эффективность проводимых мер и определить приоритеты развития политики, касающейся табака, на будущее.

МЕТОДЫ

Опрос студентов и сотрудников вуза был проведен с использованием анонимных анкет. Анкеты содержали вопросы открытого и закрытого типа. Всего было опрошено 469 студентов I–IV курсов всех факультетов и 158 сотрудников и педагогов. Выборка была сплошной. Основные блоки анкеты были нацелены на: 1) выяснение отношения к антитабачной политике вуза и отношения к курению, 2) выявление мотивации курящих, 3) сбор предложений по антитабачной профилактике и организации помощи курящим.

Мониторинг качества воздуха в помещениях Академии проводился в декабре 2008 и в апреле 2009 годов. Для взятия проб и записи данных о содержании в воздухе взвешенных частиц использовался персональный аэрозольный монитор TSI SidePak AM510 Personal Aerosol Monitor, предоставленный Казанским общественным фондом «Выбор». Прибор предназначен для оценки в реальном времени концентрации взвешенных частиц с аэродинамическим диаметром, не превышающим 2,5 мкм (ТЧ2,5), в микрограммах на кубический метр, и используется в исследованиях загрязненности воздуха в помещениях табачным дымом. Табачный дым является основной причиной загрязнения воздуха в помещениях ТЧ2,5.

Измерения были проведены в мужском и женском туалетах, гардеробах, в компьютерном классе, коридоре рядом с деканатом. Оборудование было настроено на измерение средних концентраций за одноминутные интервалы. В каждой серии 30-минутных измерений, сделанных в том или ином помещении, были удалены зарегистрированные данные по первой и последней минутам.

Для оценки состояния воздушной среды в помещениях использовались средние значения концентрации ТЧ2,5, вычисленные для каждого помещения, в котором были проведены измерения. Для сравнения было проведено 30-минутное измерение на улице во дворе Академии. За критерий сравнения было принято максимально

допустимое среднесуточное значение концентрации ТЧ2,5 - 25 мкг/м³, приведенное в рекомендациях Всемирной организации здравоохранения.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Опрос студентов выявил, что 57% полностью одобряют запретные меры и антитабачную политику вуза, частично поддерживают такую политику 35% студентов. Около 70% считают, что политика чистого воздуха Академии влияет на уменьшение количества курящих студентов.

На вопрос «Как Вы относитесь к курению вообще» - 43% опрошенных ответили «осуждаю», почти 57% студентов – «безразлично».

В необходимости специальных занятий по профилактике курения в вузе убеждены около 50% студентов. Предложены следующие мероприятия: творческие акции против курения считают эффективными 20%, ужесточать меры наказания (штрафы, отчисление) предложили 10% респондентов, за демонстрацию фильмов о пагубном влиянии табака высказались 7%, специальные занятия с психологом считают подходящей мерой 3% опрошенных.

На вопрос «Курите ли вы?» ответили утвердительно на первом курсе 35% студентов, на втором курсе – 29%, на третьем – 25%, на четвертом – 11%. Преобладающая часть начали курить с 14-15 лет, это приблизительно 34% из общего количества курящих, с 16-17 лет – 26%, с 12-13 и 18-19 лет по 18%, в возрасте 7 лет и 20 лет по 4%.

Некурящие студенты считают, что люди курят из-за желания выглядеть взрослее, престижнее, за компанию. Четверть студентов не дали ответа.

Мотивы, почему курят молодые люди, определены курящими студентами следующим образом: успокаивать нервы, привычка, делать нечего, возможность общения, окружение курящей компании. И это совпадает с ответами на вопрос «Если вы курите, что это Вам дает»: снять напряжение (75%); времяпровождение (32%); раскрепощенность (13%); возможность общения (9%).

Две трети (68%) курящих студентов обеспокоены зависимостью от сигарет, 38% из них периодически задумываются об этом. Больше 70% считают свою привычку негативной. Пытались самостоятельно бросить курить 86%, а 70% из них несколько раз. При этом на вопрос «Нужна ли помощь специалиста» 75% ответили «нет».

На вопрос «Что может помочь бросить курить?» 25% студентов отвечают, что все зависит только от них самих, 18% рассчитывают на помощь любимого человека, близких, 15% - на силу воли. Почти 20% оставили этот вопрос без ответа.

В том, что нужны специальные профилактические мероприятия, убеждены 23% опрошенных, правда, конкретных предложений они не выдвинули.

В целом за 2008-2009 учебный год 42% студентов-курильщиков сократили количество выкуриваемых сигарет, решили бросить курить - 10%, бросили совсем – 7%. Пятая часть (20%) опрошенных курильщиков заявили о том, что нуждаются в помощи специалиста, чтобы отказаться от курения.

Результаты опроса педагогов показывают, что все одобряют запретительные меры и антитабачную политику (83% полностью, остальные частично). Более половины (52%) уверены, что политика вуза влияет на уменьшение количества курящих. Осуждают курение более 70% сотрудников, почти 30% проявляют безразличие.

Курящих среди сотрудников оказалось около 7%, в основном они также начали курить в 14-15 лет. Все считают свою привычку негативной, нуждаются в помощи для отказа от курения.

Более трех четвертей педагогов и сотрудников (78%) соглашаются с тем, что нужны специальные профилактические мероприятия в вузе, и предлагают:

- организацию психологической помощи в отказе от курения (59%)
- демонстрации устрашающих фильмов о вреде курения (50%)
- профилактические лекции с приглашением специалистов (47%)
- психологические программы работы с мотивацией студентов (47%)
- разъяснительную работу кураторов в рамках здорового образа жизни (31%)

Помимо этого: конкурс антитабачных плакатов и рекламы, штрафы, митинги на улицах города, поощрение некурящих, личный пример педагогов.

На вопрос «Почему молодые люди курят?» педагоги отвечают: стадное чувство, быть как все, выглядеть взрослее, самоутверждаются, дурная компания, дурная привычка, снять

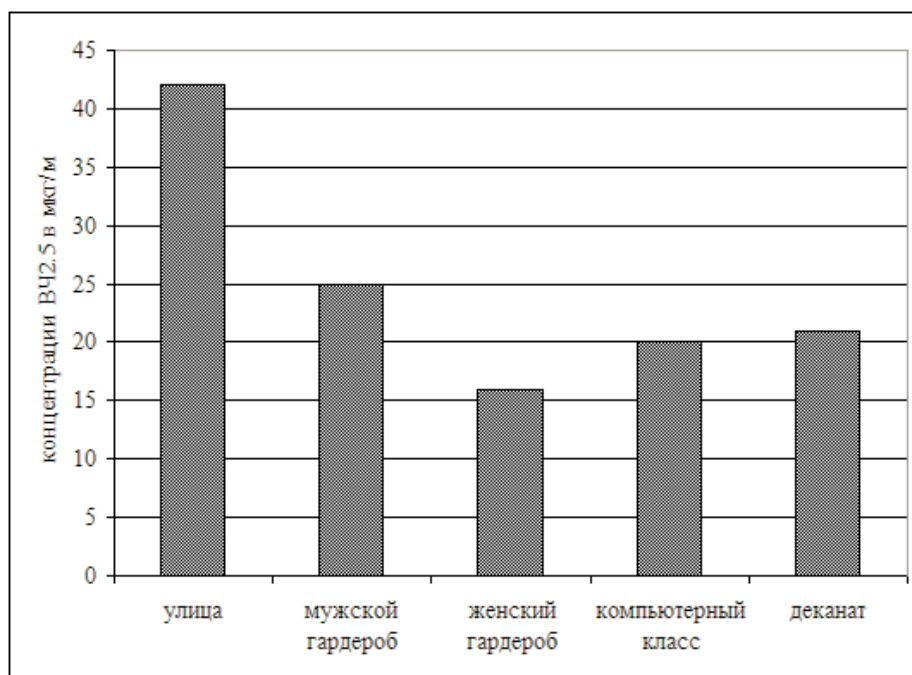


Рисунок 1. Результаты измерения концентраций взвешенных частиц в воздухе на улице и в рабочих помещениях ТИСБИ. Рекомендуемый предел безопасных концентраций 25 мкг/м³

стресс, мода, любопытство. Почти 15% не дали ответа на этот вопрос.

Более трети преподавателей считает, что приобщение молодежи к курению происходит через компанию в школе (36%), рекламу в СМИ и кинофильмы (20%), пример курящего родственника в семье (12%), отсутствие контроля со стороны родителей (7%), доступность сигарет и возможность курить в общественных местах (6%). Общее мнение, что способствуют началу курения слабых характерность студентов, неуверенность, конформность, неуравновешенность, комплексы и стремление к большей открытости, общительности.

Педагоги считают, что помочь бросить курить студентам могут реальная угроза здоровью, твердая уверенность, что курить вредно, собственное желание, агитация за здоровый образ жизни, плакаты со страшными последствиями, антиреклама – имидж некурящего успешного человека, занятия спортом, прессинг со стороны вуза и работодателей.

Сами педагоги в рамках антитабачной политики готовы, согласно их ответам, демонстрировать личный пример, вести беседы о вреде и последствиях курения, агитировать за здоровый образ жизни. Каждый шестой (16%) педагог не ответил на этот вопрос. И, приблизительно, 3% отметили, что

ничего не могут делать – от них ничего не зависит, невозможно повлиять на студентов, если они сами не хотят.

Результаты мониторинга качества воздуха в помещениях Академии позволяют говорить о том, что в вузе создана безопасная среда, защищающая от воздействия табачного дыма. Воздух в помещениях Академии оказался чище, чем на улице.

ОБСУЖДЕНИЕ

Таким образом, по результатам мониторингового исследования можно говорить о следующих направлениях, заслуживающих особого внимания. С одной стороны, анкетирование студентов показало, что традиционные для образовательных учреждений цели изменения знаний и отношения к курению не были достигнуты в той мере, в которой это предполагалось сделать. Во-первых, у большинства студентов слабо сформированы поведенческие установки на здоровый образ жизни. Во-вторых, большинство студентов и значительная часть педагогов высказывают наивные суждения о том, что курение связано с привычкой, отсутствием силы воли у человека. Курящие студенты уверены, что могут справиться с прекращением курения сами, без профессиональной помощи. В-третьих, представление об устрашении как эффективном способе борьбы

с курением позволяет многим студентам и преподавателям проявлять безразличие к этой проблеме, тем самым усиливая формальное отношение к проводимым мероприятиям.

С другой стороны, исследование выявило постепенное снижение распространенности курения среди студентов от курса к курсу. Если среди поступающих в вуз студентов курильщиками являются 35%, что приблизительно соответствует распространенности курения среди взрослого (15 лет и старше) населения Российской Федерации, то к четвертому курсу курильщиками остаются 11%, а среди преподавателей, которые дольше находятся под воздействием антитабачной политики ТИСБИ, курильщиками являются 7%. То есть примерно 7-8% студентов в год становятся бывшими курильщиками, что также было подтверждено опросом ранее куривших студентов.

Таким образом, хотя студенты и преподаватели не демонстрируют знаний и убеждений, касающихся курения, которые могли бы рассматриваться как полезные для преодоления курительного поведения, с другой стороны, в вузе наблюдается низкая распространенность курения по сравнению со страной в целом и аналогичными учреждениями, в частности.

Исследование позволило выдвинуть гипотезу относительно факторов, воздействующих на курительное поведение студентов и сотрудников.

Очевидно, что таким фактором является именно политика чистого воздуха (предполагающая запрет курения в помещениях и на территории вуза). В данном исследовании успех такой политики документирован приборными измерениями содержания взвешенных частиц в воздушной среде помещений и его сравнения с воздухом на улице.

ВЫВОДЫ

Осуществляемая в Академии управления ТИСБИ политика чистого воздуха обеспечила создание здоровой воздушной среды, подтвержденной приборными измерениями.

В процессе обучения в Академии управления ТИСБИ значительная доля курящих студентов сокращает потребление сигарет и отказывается от курения.

Осуществление политики чистого воздуха и создание свободной от табачного дыма воздушной среды можно считать эффективным средством, способствующим отказу от курения.