

Samodzielna Pracownia Pielęgniarstwa Pediatrycznego
Katedra Pielęgniarstwa Akademia Medyczna w Gdańsku
Kierownik: dr n. med. Halina Kamińska
Pracownia Umiejętności Pielęgniarskich
Katedra Pielęgniarstwa Akademia Medyczna w Gdańsku
Kierownik: dr n. med. Aleksandra Gaworska-Krzemińska

MARIA KRAJEWSKA, HANNA GRABOWSKA, WŁADYSŁAW GRABOWSKI

Health hazardous behaviors among high school's youth

Zachowania ryzykowne dla zdrowia wśród młodzieży gimnazjum

Badania nad zachowaniami zdrowotnymi młodzieży szkolnej przeprowadzone w Polsce w latach 1997 -98 wykazały niedostatki zachowań prozdrowotnych oraz znaczne rozpowszechnienie zachowań zagrażających zdrowiu [5]. Sytuacja ta stwarza ryzyko przedwczesnego rozwoju chorób cywilizacyjnych, w tym chorób układu krążenia, nowotworów, urazów i niepełnosprawności w wieku dorosłym.

Stosowanie środków psychoaktywnych przez młodzież w Polsce przybrało groźne rozmiary i stało się problemem współczesnej cywilizacji. Od początku lat 90. obserwowany jest znaczny wzrost rozmiarów nie tylko eksperymentalnego zażywania narkotyków wśród młodzieży [1,2].

Uzależnienie w każdym, a zwłaszcza młodym wieku jest ogromnym zagrożeniem dla zdrowia oraz rozwoju i może prowadzić do destrukcji i samozniszczenia. Z badań populacyjnych prowadzonych wśród młodzieży szkolnej w roku 2003 w Polsce wynika, że narkotyki są zażywane przede wszystkim przez młodzież szkół ponadpodstawowych, oraz że biorą także młodsze dzieci. W celu pokazania zagrożeń związanych z podejmowaniem przez młodzież zachowań ryzykownych podejmowane są różnorodne akcje profilaktyczne, poprzedzone wcześniejszą diagnozą stanu zdrowia w aspekcie stosowania środków psychoaktywnych [1,2].

Celem prezentowanej pracy jest poznanie stylu życia w aspekcie zachowań ryzykownych dla zdrowia oraz przyczyn podejmowania tych zachowań przez młodzież klas drugich gimnazjum.

MATERIAŁ I METODA

Badania przeprowadzono w lutym 2005 roku na zajęciach pozalekcyjnych i objęto nimi młodzież losowo wybranych klas drugich Gimnazjum Nr 2 w Gdańsku.

W badaniach zastosowano metodę sondażu diagnostycznego z wykorzystaniem kwestionariusza ankiety składającego się z 30 pytań. Dwadzieścia pytań stanowiło formę pytań zaopatrzonych w zestaw możliwych odpowiedzi, 10 stanowiło formę pytań otwartych. Ankieta była anonimowa, wśród uczniów nie było odmów wypełnienia ankiety. Badana młodzież stanowiła jednorodną grupę ze względu na wiek i miejsce zamieszkania.

WYNIKI BADAŃ I OMÓWIENIE

Badana młodzież przejawia zachowania, które są poważnym czynnikiem ryzyka dla zdrowia takie jak palenie tytoniu, picie alkoholu oraz zażywanie narkotyków.

Palenie tytoniu

Tab. 1. Rozpowszechnienie palenia tytoniu

	Czy palisz papierosy?			
	Tak		Nie	
	N	%	N	%
Chłopcy	7	31,8	15	61,8
Dziewczęta	3	9,6	28	90,3

Palenie tytoniu jest poważnym czynnikiem ryzyka dla zdrowia. Efekty działania nikotyny nie są natychmiastowe, lecz występują zazwyczaj po długoletnim paleniu tytoniu. Palenie tytoniu jest przyczyną wielu poważnych schorzeń [4].

Systematycznie pali papierosy 31,8% chłopców i 9,6%, natomiast z grupy palących chłopców 16,7% pali papierosy okazjonalnie. Największa grupa badanych chłopców (66,6%) wypala dziennie do 10 papierosów, natomiast najwięcej z palących dziewcząt (66,6%) wypala do 20 papierosów dziennie.

Tab. 2. Liczba wypalanych papierosów

	Liczba wypalanych papierosów dziennie							
	do 5		do 10		do 15		do 20	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Chłopcy	1	16,6	4	66,6	0	0	1	16,6
Dziewczęta	1	33,3	0	0	0	0	2	66,6

Tab. 3. Pierwsze próby palenia ze względu na płeć i wiek

Wiek	7		11		12		13		14	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Chłopcy	1	14,3	1	14,3	2	28,6	0	0	3	42,8
Dziewczęta	0		0		1	33,3	1	33,3	1	33,3

Pierwsze próby palenia tytoniu badani chłopcy podejmowali już od 7 roku życia, a dziewczęta od 12 roku życia. Częstotliwość podejmowania palenia wzrasta wraz z wiekiem, zwłaszcza wśród badanych chłopców.

Picie alkoholu

Tab. 4. Spożywanie alkoholu

	Czy pijesz alkohol?					
	Tak		Nie		Okazjonalnie	
	N	%	N	%	N	%
Chłopcy	10	45,4	4	18,1	8	36,3
Dziewczęta	3	9,6	8	25,8	20	64,5

Picie alkoholu jest równie niebezpieczne jak palenie tytoniu, szczególnie dla młodzieży. O ile u osób dorosłych jednorazowe umiarkowane spożycie alkoholu przechodzi prawie bez śladu, a dopiero brak umiaru powoduje nieodwracalne zaburzenia w stanie zdrowia, to dla młodzieży niebezpieczne są już nawet małe dawki alkoholu ze względu na wrażliwość komórek młodych będących w fazie wzrostu [4].

W związku z tym niepokojące są wyniki uzyskane podczas badań. Do picia alkoholu przyznaje się 81,8% uczniów i 74,1% uczennic z tego 36,3% chłopców i 64,5% dziewcząt pije okazjonalnie.

Tab. 5. Rodzaj pitego alkoholu

	Rodzaj alkoholu					
	Piwo		Wino		Wódka	
	N	%	N	%	N	%
Chłopcy	18	100	7	38,8	14	77,7
Dziewczęta	17	73,9	9	39,1	5	21,7

Badana młodzież najczęściej sięga po piwo (100% chłopców i 73,9% dziewcząt), niepokojący jest fakt, że 77,7% chłopców pije wódkę.

Tab. 6. Częstotliwość picia alkoholu

	Częstotliwość picia alkoholu									
	1× w tygodniu		Częściej niż 1× w Tygodniu		2× w Miesiącu		1× w miesiącu		Rzadziej niż 1× w miesiącu	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Chłopcy	6	33,3	1	5,5	3	16,6	6	33,3	2	11,1
Dziewczęta	2	8,6	1	4,3	3	13,0	6	26,0	11	47,8

Najwięcej badanych chłopców (33,3%) podaje, że alkohol pije raz w tygodniu, natomiast w grupie dziewcząt najwięcej (47,8%) pije rzadziej niż raz w miesiącu.

Na pytanie jaki wpływ na zdrowie ma picie alkoholu - 81,8% chłopców i 61,2% dziewcząt odpowiada, że ma wpływ negatywny. Niepokój może budzić fakt, że 13,6% badanych chłopców i 38,7% dziewcząt twierdzi, że picie alkoholu nie ma wpływu na zdrowie.

Zażywanie narkotyków

Stosowanie środków uzależniających to jeden z najbardziej bulwersujących opinii publiczną problemów społecznych. Okazjonalne używanie narkotyków otwiera drogę do uzależnienia fizycznego, psychicznego i społecznego oraz poważnych problemów zdrowotnych i społecznych [4,5].

Tab. 7 Zażywanie narkotyków

	Czy próbowałeś narkotyków?			
	Tak		Nie	
	N	%	N	%
Chłopcy	6	27,2	16	72,7
Dziewczęta	2	6,4	29	93,5

Z przeprowadzonych badań wynika, że 15% badanej młodzieży zażywało narkotyki.

Eksperymenty z narkotykami podejmują częściej badani chłopcy (27,2%) niż dziewczęta (6,4%). Spośród uczniów, którzy zażywali narkotyki, najwięcej, bo 7 osób (87,5%) zażywało marihuanę, a 1 osoba 12,5% haszysz.

Badanej młodzieży zadano w ankiecie pytania o motywy podejmowania, bądź niepodjęmania zachowań ryzykownych dla zdrowia. Jako przyczynę podejmowania palenia tytoniu młodzież podaje często przeżywane sytuacje stresowe, natomiast główną przyczyną sięgania po alkohol i narkotyki jest chęć poprawy nastroju, dążenie do przyjemności, dobrej zabawy i wpływ grupy rówieśniczej.

W grupie osób nie przejawiających zachowań ryzykownych głównym motywem jest troska o zdrowie w wieku dorosłym oraz lęk przed uzależnieniem.

Uzyskane w trakcie badań wyniki potwierdzają skalę i charakter zjawiska palenia tytoniu, spożywania alkoholu oraz zażywania narkotyków w Polsce [1,2].

WNIOSKI

1. W toku badań stwierdzono występowanie zachowań ryzykownych dla zdrowia (picie alkoholu, palenie tytoniu, używanie narkotyków), dlatego w edukacji zdrowotnej należy zwrócić szczególną uwagę na przeciwdziałanie tym zjawiskom.
2. Z zachowań ryzykownych najbardziej rozpowszechnione wśród badanej młodzieży jest picie alkoholu.
3. Motywem sięgania przez młodzież po środki psychoaktywne jest nieumiejętność konstruktywnego radzenia sobie ze stresem, wpływ grupy rówieśniczej, dlatego wskazane jest włączenie do edukacji zdrowotnej zagadnień z tego zakresu oraz zaproponowanie młodzieży atrakcyjnych form spędzania wolnego czasu po zajęciach szkolnych. W działania te powinni być zaangażowani także rodzice, nauczyciele i społeczności lokalne.

PIŚMIENNICTWO

1. Sierosławski J.: Postawy wobec substancji psychoaktywnych. Wyniki ogólnopolskich badań ankietowych wśród młodzieży szkolnej – ESPAD 2003.: Serwis Informacyjny Narkomania Nr 4(27)/2004, 2-20.
2. Sierosławski J.: Substancje psychoaktywne. Postawy i zachowania. Profilaktyka. Wyniki ogólnopolskiego badania ankietowego 2002.: Serwis Informacyjny Narkomania Nr 1(24)/2004, 13-21.
3. WHO, UNESCO, UNICEF: Wszechstronna edukacja zdrowotna w szkole. Przewodnik do działania. Lider nr 5,1993.
Woynarowska B. (red.): Profilaktyka pediatrii. Wydawnictwo Lekarskie PZWL. Warszawa 1998.
4. Woynarowska B., Mazur J. (oprac): Zachowania zdrowotne i samoocena zdrowia. Katedra Biomedycznych Podstaw Rozwoju i wychowania Wydział Pedagogiczny Uniwersytetu Warszawskiego. Warszawa 1999.

STRESZCZENIE

Prowadzone od lat badania epidemiologiczne wykazują, że ciągle wzrasta liczba młodzieży przejawiającej różnorodnie zachowania ryzykowne dla zdrowia. Zachowania te niosą ryzyko negatywnych konsekwencji dla zdrowia fizycznego, psychicznego jak i również społecznego. Szkoła jest miejscem, w którym po uprzednim zdiagnozowaniu potrzeb zdrowotnych powinny być prowadzone programy z zakresu promocji zdrowia i profilaktyki skierowane do uczniów uwzględniające kontekst środowiska zamieszkania i nauki.

Kształtowanie rozwoju zachowań prozdrowotnych i modyfikacja zachowań stanowiących ryzyko dla zdrowia jest jednym z podstawowych celów edukacji zdrowotnej.

Celem badań przeprowadzonych w styczniu 2005 roku było poznanie zachowań ryzykownych dla zdrowia wśród młodzieży gimnazjum. Badaniami objęto młodzież losowo wybranych dwóch klas drugich Gimnazjum Nr 2 w Gdańsku. Wśród badanej grupy było 22 chłopców i 31 dziewcząt. W badaniach zastosowano metodę sondażu diagnostycznego z wykorzystaniem anonimowego kwestionariusza ankiety składającego się z 30 pytań. Informacje uzyskane w toku przeprowadzonych badań pozwalają stwierdzić, że duża liczba młodzieży przejawia zachowania ryzykowne dla zdrowia i jako przyczynę podejmowania tych zachowań podaje wpływ grupy rówieśniczej i brak umiejętności radzenia sobie ze stresem.

SUMMARY

The epidemiologic researches carried out for many years are indicating that the number of young people with health hazardous behaviors is increasing continuously. Those behaviors are the base of the risk of negative consequences for the physical, psychical and social health. The school is the right place, where after diagnosing the health needs, programs of health promotion and prophylactics, considering residential and educational environment, addressed to the youth, are to be conduct.

One of the main targets of the health education is the development of pro-health behaviors and the modification of health hazardous behaviors.

The objective of the research, carried out in January 2005 was the identification of the health hazardous behaviors among the high school's youth. The survey have been carried out on a group random selected from 2 second classes of the Gymnasium no. 2 in Gdańsk. The group was made-up of 22 boys and 31 girls. The survey was done using the method of diagnostic opinion poll based on an anonymous inquiry form containing 30 questions.

The information acquired during the survey is allowing to state that a great number of young people are manifesting health hazardous behaviors and the main source of such behaviors is the influence of friends' group and the lack of knowledge regarding how to act in stress situations.