

Politechnika Opolska Wydział Wychowania Fizycznego i Fizjoterapii

KATARZYNA SOJKA-KRAWIEC, BOGUSŁAW MĘKARSKI

*Selected anti-salubrious behaviours on the basis  
of research conducted among the students of the 1<sup>st</sup> and the 4<sup>th</sup> year  
of Physical Education and Physiotherapy Department  
at the Polytechnics of Opole*

---

**Wybrane zachowania antyzdrowotne na przykładzie studentów I i IV roku  
Wydziału WFiF Politechniki Opolskiej**

---

**WPROWADZENIE**

Współczesne badania zachowań antyzdrowotnych takich jak palenie tytoniu, picie alkoholu oraz zażywanie narkotyków jest dość szeroko i wnikliwie dokumentowane w dotychczasowej literaturze światowej i krajowej. Zaburzenia wywołane tymi nałogami są przyczyną szeregu chorób, które w systemie społeczno-ekonomicznym poważnie obciążają budżet każdego państwa. W Polsce nałogi te zaczynają być zjawiskiem masowym niezależnie od płci i wieku. Stwarza to, konieczność badania tych zjawisk.

Celem niniejszej pracy jest ukazanie szkodliwych nawyków antyzdrowotnych wśród studentów I i IV roku Wydziału WFiF kierunku wychowanie fizyczne ze szczególnym uwzględnieniem palenia tytoniu.

Podjęcie się takiego zagadnienia wydaje się o tyle słuszne, iż absolwenci tego kierunku w swojej przyszłej pracy zawodowej jako nauczyciele wychowania fizycznego powinni posiadać kwalifikacje umożliwiające kompetentne oddziaływanie środkami nie tylko fizycznymi na organizm ale i społecznymi na osobowość. Będą również prowadzili w szkołach wychowanie zdrowotne. A zatem utrwalone nawyki anty-zdrowotne nie stworzą odpowiedniego klimatu pedagogicznego do efektywnej pracy dydaktyczno-wychowawczej w zakresie promowania zdrowia wśród młodzieży szkolnej.

Problem palenia tytoniu jest jednym z ważniejszych czynników zagrożenia zdrowia nie tylko w Polsce ale i na świecie. Pod egidą Światowej Organizacji Zdrowia w wielu krajach podejmuje się działania przeciwdziałające uzależnieniom od nikotyny. Są wyrażane opinie; że „palenie tytoniu to nie przyzwyczajenie to choroba stawiana na równi z alkoholizmem czy uzależnieniem od narkotyków” (7).

W Stanach Zjednoczonych lekarz diagnozując pacjenta ma obowiązek spytać o to czy pali papierosy. Jeśli uzyska odpowiedź pozytywną musi zaproponować choremu pomoc (7).

W Polsce natomiast palenie tytoniu jest nadal traktowane pobłażliwie – pomimo, że są dostępne w tym celu lekarstwa. Występuje brak świadomości na temat choroby zarówno wśród palących jak też u większości lekarzy.

Na podstawie badań Instytutu Onkologii w Warszawie z roku 1997 wynika, że: „palenie tytoniu jest to najważniejsza przyczyna przedwczesnej umieralności w naszym kraju.

- 47 % mężczyzn i 23% kobiet w Polsce w wieku 16 i więcej lat jest palaczami tytoniu
- około 10 milionów Polaków pali regularnie 15-20 sztuk papierosów dziennie
- prawie 5 milionów tych osób pali dłużej niż 20 lat
- każdego roku 10 tysięcy zgonów w Polsce ma bezpośredni związek z negatywnymi skutkami palenia tytoniu, przy czym 60 % dotyczy osób w wieku 35 – 69 lat
- w Polsce codziennie zaczyna palić około 500 nieletnich, a rocznie próbuje palenia 180 tysięcy dzieci
- szacuje się, iż dzieci w Polsce wypalają rocznie od 3 do 4 miliardów sztuk papierosów (3,8).

W obliczu tak poważnego społeczno- ekonomicznego badania tego zjawiska w jego różnych aspektach jest jak najbardziej zasadne.

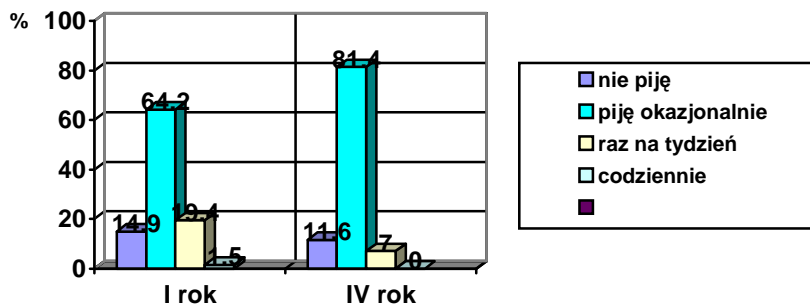
### MATERIAŁ BADAWCZY

Wśród studentów I roku w liczbie 67 osób oraz IV roku w liczbie 43 osoby przeprowadzono ankietę zawierającą 9 pytań. Ankieta była anonimowa, co dało wiarygodność uzyskanych wyników. Pierwsze pytanie dotyczyło picia alkoholu, drugie zażywania narkotyków oraz siedem palenia tytoniu. W związku z tym, że liczba ankietowanych studentów na I roku była większa niż na IV roku uzyskane wyniki rozpatrywano oddzielnie dla badanych grup, tzn. nie stosowano tu porównywalności.

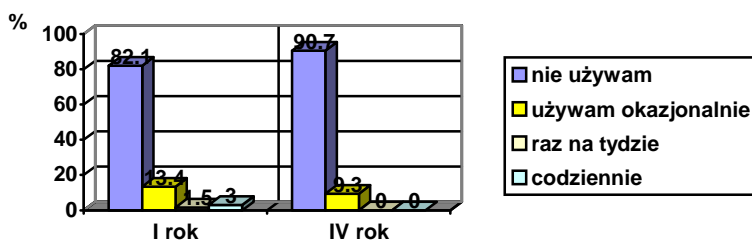
### WYNIKI BADAŃ

Z pierwszego pytania czy pijesz alkohol – wynika, że na I roku 64,2% a na IV roku 81,4% badanych pije alkohol okazjonalnie.

Czy pijesz alkohol?



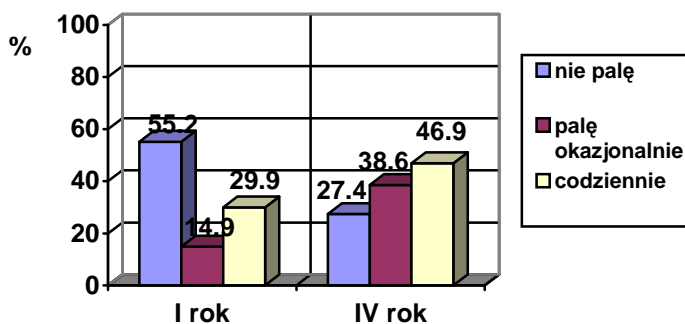
### Czy używasz narkotyki ?



Problem zażywania narkotyków budzi jednak pewne obawy mimo, iż na roku I nie używa narkotyków 82,1% natomiast na IV 90,7 %. Mały procent zażywających sygnalizuje, że zjawisko to może się rozszerzać, ponieważ w szkołach średnich coraz więcej młodzieży się narkotykuje.

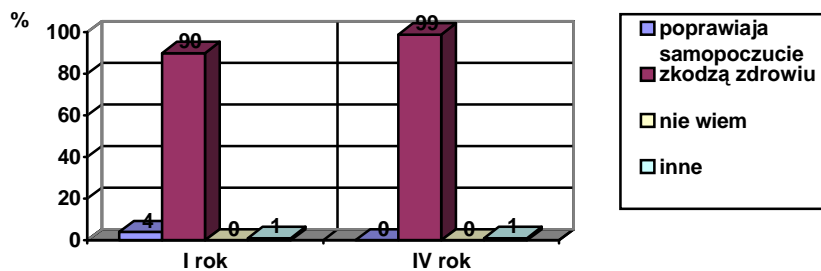
Zagadnieniu, któremu poświęcono więcej pytań było palenie tytoniu. Ten nawyk antyzdrowotny zasługuje na szczególną uwagę, ponieważ występuje wśród studentów w większym zakresie niż picie alkoholu i narkotyki. Otóż na I roku codziennie i okazjonalnie pali papierosy 44,8 %, natomiast na IV 85,5 %.

### Czy palisz papierosy?

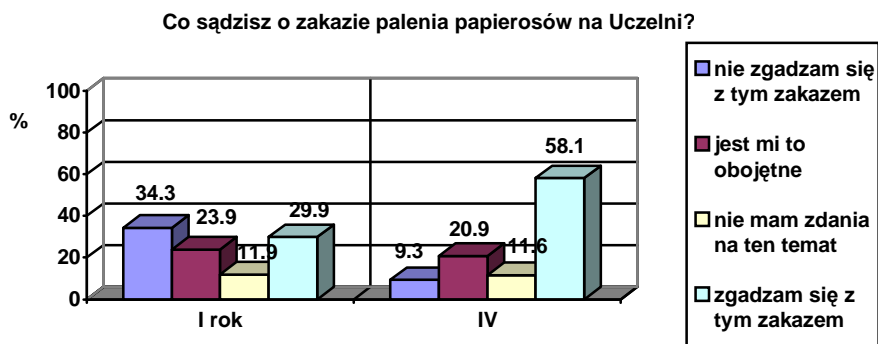


Na pytanie „Czy palisz papierosy” na I roku – codziennie pali 29,9%, na IV roku 46,9%.

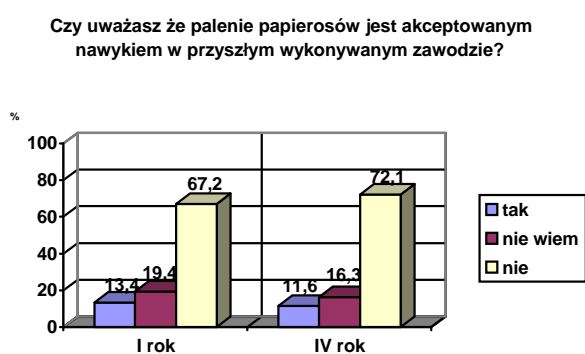
### Czy znasz wpływ palenia papierosów na stan zdrowia?



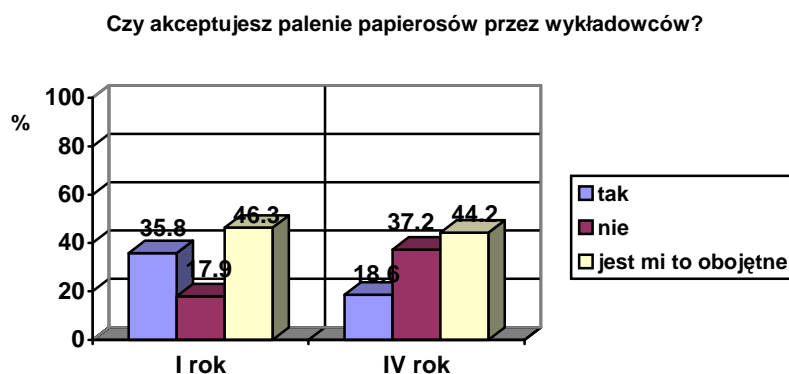
Na zakaz palenia papierosów na terenie Uczelni zgadza się 29,9 % na I roku, a na IV aż 58,1% . Natomiast nie zgadza się z tym zakazem na I roku 34,3 %, a na IV roku 9,3 %.



W tym przypadku prawie wszyscy respondowani są świadomi szkodliwego wpływu palenia tytoniu na stan zdrowia.

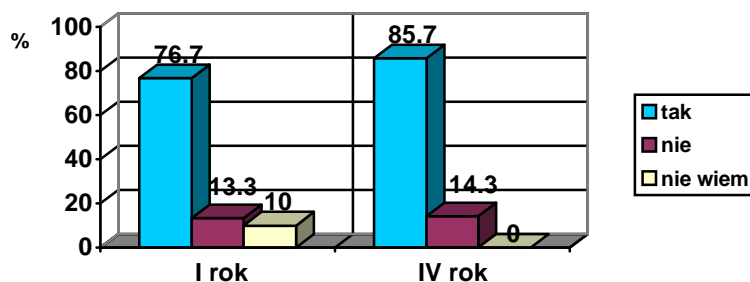


W tym pytaniu większość procentowo w obu grupach opowiada się za tym, że nie powinien nauczyciel wychowania fizycznego palić papierosów. Bowiem 67,2 % na I roku, a 72,1 % na IV uważa, że palenie papierosów nie jest akceptowanym nawykiem w przyszłym zawodzie.



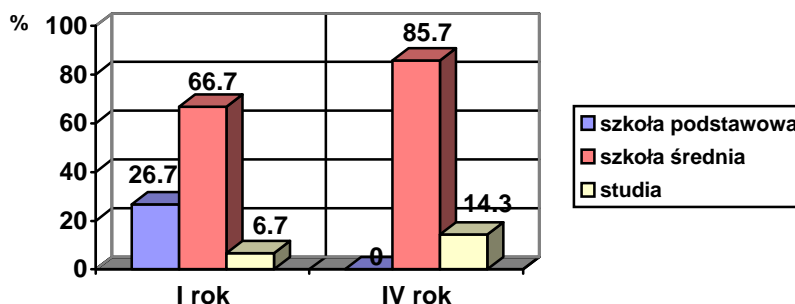
Widzimy tu, że z 63 ankietowanych studentów, tylko 17,9 % nie akceptuje palenia papierosów przez wykładowców. A na IV roku z 43 ankietowanych nie akceptuje aż 37,2 %.

#### Czy podejmujesz działania w kierunku zaprzestania palenia?



W tym pytaniu również znaczna większość wypowiada się o zaprzestaniu palenia papierosów, bowiem już na I roku 76,7 %, a na IV roku 85,7 % zamierza rzucić palenie.

#### Od kiedy zacząłeś palić papierosy?



Badani w większości stwierdzają, że szkoła średnia była okresem podjęcia decyzji palenia papierosów. Potwierdza to na roku I roku 66,7 % , a na IV roku 85,7 %.

#### WNIOSKI

Na podstawie przeprowadzonych badań ankietowych wśród nielicznych grup studentów I i IV roku Politechniki Opolskiej Wydziału WFiF, można stwierdzić, że palenie tytoniu jest zjawiskiem dość powszechnym. Prawie wszyscy respondenci posiadają określoną powierzchowną wiedzę o szkodliwości tego nałogu. Należy jednak przypuszczać, nie jest ona na tyle zgłębiona aby zaprzestać i nie podejmować palenia tytoniu. W badanych grupach istnieje określona świadomość, że palenie tytoniu nie powinno być akceptowane na terenie Uczelni oraz w przyszłym wykonywanym przez absolwentów tego Wydziału zawodzie. Zdecydowanie takiego zdania jest większość studentów na IV roku. Świadczy to w pewnym

sensie o pogłębieniu wiedzy wynikającej z programu studiów. Szczególny wpływ mogą tu mieć zajęcia prowadzone na III roku studiów z wychowania zdrowotnego i ochrony środowiska, gdzie problemy nałogów są bardzo szczegółowo i wnikliwie omawiane. Problem ten jednak nadal pozostaje nieopanowany, mimo dużej szkodliwości zdrowotno-ekonomicznej. Wysiłki w tym zakresie są podejmowane w naszym kraju z bardzo małym skutkiem. Ujęcie go jako 3-go celu operacyjnego w „Narodowym Programie Zdrowia 1996-2005” jest mimo wszystko w przełożeniu na praktykę mało efektywne.

Najbardziej rygorystyczny zakaz palenia panuje w USA w Davis w Stanie Kalifornia oraz w Nowym Jorku, gdzie 30.03.2003r. wszedł w życie całkowity zakaz palenia papierosów w miejscach publicznych.

W Polsce i w krajach Europy Zachodniej jak dotychczas istnieją zakazy palenia w niektórych miejscach publicznych.

## PIŚMIENNICTWO

1. Gernsternkorn A.: Palenie tytoniu wśród studentów. *Zdrowie Publiczne* 1995, 106, 1, 12-17.
2. Moskalewicz J., Sierosławski J., Świątkiewicz G.: Program zapobiegania narkomanii *Odlot. Przegląd Psychologiczny* 1998, 41, 3-4, 133-144.
3. Piławska H.: Częstość i intensywność nałogu palenia wśród studentów IV roku medycyny na podstawie 5-letniej obserwacji. *Zdrowie Publiczne* 1999, 105, 1, 12-13.
4. Wojciechowska J.: Picie napojów alkoholowych przez studentów. *Kultura Fizyczna* 1999, I, 66-70.
5. Zatoński W.: Program polityki zdrowotnej i społeczno – ekonomicznej prowadzącej do zmniejszenia konsumpcji tytoniu. Ministerstwo Zdrowia i Opieki Społecznej Warszawa 1998.
6. Zieliński A.: Studenci a środki psycho-aktywne. Próba zmiany zachowań i postaw poprzez program edukacyjny. *Alkohol Narkomania* 1996, 3, 311-324.
7. III Europejska Konferencja „Tytoń a zdrowie” zorganizowana 20.06 2002 w Warszawie.
8. Wpływ palenia tytoniu na narządy człowieka – Zakład Prewencji Chorób Nowotworowych Warszawa 1997.

## STRESZCZENIE

Celem pracy jest przedstawienie wybranych zachowań antyzdrowotnych wśród studentów I i IV roku Wydziału WFiF kierunku nauczycielskiego. Szczególną uwagą zwrócono na problem palenia tytoniu. Dym papierosowy jest bardzo szkodliwym środkiem dla zdrowia zarówno samych palących jak też osobom w ich otoczeniu. Przeprowadzona anonimowa ankieta wśród badanych studentów I i IV roku tego Wydziału pozwala na stwierdzenie, że zjawisko to występuje w szerokim zakresie. Wszyscy prawie ankietowani są świadomi, że palenie tytoniu jest szkodliwe dla zdrowia, nie mniej jednak większość jest poważnie uzależniona. Przyczyny takiego zjawiska należy upatrywać w słabo kształtowanej osobowości młodzieży szkolnej; bowiem większość badanych wypowiada się, że palenie papierosów rozpoczęła w szkole średniej. Utrwalone nawyki antyzdrowotne absolwentów tego Wydziału

łu skłaniają do refleksji, że nie będą oni mogli w swojej pracy dydaktyczno-wychowawczej osiągać dobrych rezultatów zakresie promowania zdrowia wśród młodzieży szkolnej.

#### **SUMMARY**

The aim of the paper is the presentation of selected anti-salubrious behaviours observed among the students of the 1<sup>st</sup> and the 4<sup>th</sup> year of Physical Education and Physiotherapy Department, majoring in teaching specialisation. Particular attention was paid to the problem of smoking. Cigarette smoke is a very harmful substance for health, both for the smokers and for the people being in its surrounding. Anonymous survey carried out among the subject students of the 1<sup>st</sup> and the 4<sup>th</sup> year of this Department, leads to a conclusion that this phenomenon is omnipresent. Almost all the surveyed students are aware of the fact that smoking is dangerous for health; nevertheless the majority of them are addicted to smoking. The reasons for such a phenomenon should be sought in vulnerable characters and personalities formed on weak foundations. The majority state that they had started smoking as early as in high school. Consolidated anti-salubrious habits of the graduates of this Department seem to convince that they would not be able to achieve good results in promotion of health among pupils in their future didactic and educational work.