

А.К. Текманова, Э.И. Кусайынова, М.Ы. Махашов, А.Д. Аханова, З.З. Урман, А.Т. Карасаева, А.А. Кулушева  
С.Ж.Асфендияров атындағы Қазақ Ұлттық медицина университеті

### ЖАСТАР АРАСЫНДАҒЫ НИКОТИНИЗМ МӘСЕЛЕЛЕРІ

Дүниежүздік денсаулық сақтау ұйымының дерегі бойынша, 1997 жылы темекіден 3 млн. адам қайтыс болған болса, бұл көрсеткіш жыл сайын 33 пайызға оіп отыр. Қазіргі кезде жастар арасында темекіге деген әуестілік көбейіп барады. Сондықтан жастар арасында темекіні тұтынатындар санын анықтау мақсатында, ЖОО студенттеріне сауалнама жүргізілді. Жастардың арасындағы темекі шегудің себебін анықтау барысында анықталған әлеуметтік-психологиялық әсер еткен факторлар анықталды

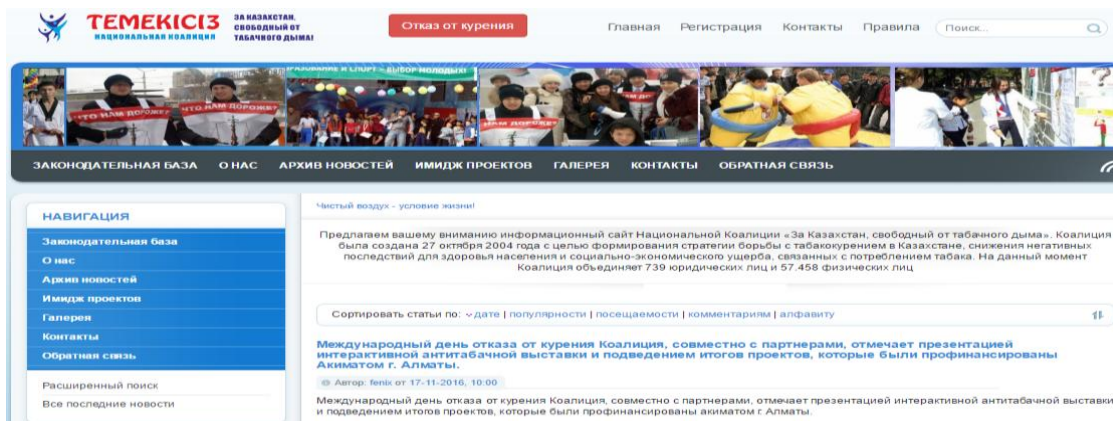
**Түйінді сөздер:** никотинизм, никотин, алдын алу шаралары, шойын, ауру, көміртек тұтығы, синиль қышқылы

**Темекі шегу** - уытқорлықтың бір түріне жатады. Оның уыттылығы негізінен никотинмен айқындалады және жеңілірек түрде болса да, уытқорлықтың жалпы заңдылықтарымен сипатталады. Темекіні тұтатқаннан кейін, оның құрамындағы улы заттар, шылым шегу арқылы өкпеге енгеннен кейін денсаулыққа айтарлықтай қауіп төндіреді. Бұл заттарды үш топқа бөледі: никотин, смола заттары және ысты газ. Сонымен қатар темекі түтінінде синилдік қышқыл, канцерогенді және радиоактивті изотоптар бар. Бұл заттардың ішіндегі бәріне белгілісі – никотин. Темекі шегу жас балалық шақта, ересек адамдарға еліктеуден және өзінің ер жеткенін көрсету үшін мақтаныш ретінде басталады, әйелдер тым толып кетуден сақтану үшін шылым тарта бастайды. Артынан никотиннің әсеріне организмнің бейімделуі болып, темекі шегу әдетке айналады. Шын мәнінде темекі шегу организмде май түзілуіне қажетті ферменттерді тежеп, саміруден сақтандырады, көңіл – күй қобалжуларын басады. Бірақ оның зиянды жақтары бұл көрсетілгендерден әлдеқайда басым болатынын ескеру қажет. Темекі шегетін адамдардың орташа өмір жасы оны шекпейтіндерге қарағанда қысқа болатыны белгілі. Жылына шылым шегу салдарынан болатын түрлі аурулардан жер шарында 5 миллион адам қайтыс болады екен. Оның 600мыңы балалар мен жасөспірімдер. Шынына келсек, темекі жаппай жою қаруына айналып келеді. Кейінгі жылдары темекі тартушылардың қатары қыз-келіншектермен толығымен түсіпті. Жасөспірімдер үшін темекі шегу үлкендерге қарағанда тәуелділікті жылдамырақ туғызады. Бұның себебі: олар ата аналарынан, мұғалімдерден тығыламыз деп, темекіні тез тартуы. Ал темекіні тез тартқанда ағзаға баратын никотиннің мөлшері 2 есе артық болады. Бала ашуаң, тітіркенгіш болады, түнгі ұйқысы, есте сақтау қабілеті, ойлау қабілеті бұзылады, тіпті ақыл-ойы кемиді.



Сурет 1

Жыл сайын жер бетінде темекіден 3 миллион адам, яғни темекінің улы әсерінен әрбір 13 секунд сайын бір адам өледі екен. Шылым шегушілік студент жастардың арасында жиі кездесетін болып жүр. Әсіресе, қыз-балалардың темекі шеккені көңіл алаңдатарлық нәрсе. 2003 жылы 21 мамырда қабылданған темекіге қарсы күреске қатысты Конвенция бұл деректерді жәй ғана тіркеп қойған жоқ, олар оны өздерінің негізіне енгізіп, «Ғылыми деректердің нақтылауынша, темекі тұтыну және темекі түтіні әсерінің өлім, ауру және мүгедектік себебі болып табылатыны» айтылған. Темекілік індеттің таралуы жаһандық проблема болып табылады. Оның адам денсаулығы үшін салдары маңызды және барынша кеңейтілген халықаралық ықпалдастықты, барлық елдердің тиімді, орынды әрі жан-жақты жауапты әрекеттерін талап етеді. Бұл ретте Алматы қаласы әкімдігі қабылдаған «Алматы-темекі түтінінен азат қала» бағдарламасын айрықша атап өтуге болады. 2005 жылы қабылданған бағдарлама жүзеге асырылғалы бері бірқатар іс-шаралар жүзеге асырылды. Ақанов Айқан Ақанұлы «Темекісіз ұлттық коалицияның» Президент қызметін атқара отырып, біздің университетті темекісіз аймаққа айналдыруға үлес қосты.



Сурет 2

**Мақсаты:** Арнайы сауалнама арқылы Алматы қаласының жоғарғы білім беру мекемелерінің студенттердің денсаулық жағдайын талдап, никотинизм қауыптілігін анықтау. Зиянды әдет -никотинизмді салауатты өмір салтымен алмастыру шараларымен таныстыру. Жастардың салауатты өмір салтын қалыптастыру, денсаулықты сақтау, нығайту және аурулардың алдын алу бойынша гигиеналық оқыту және тәрбиелеу білімдерін жеткізу.

**Зерттеу материалдары мен әдістері:** С.Ж. Асфендияров атындағы Қазақ Ұлттық Медицина Университеті студенттері мен Қ.И.Сәтбаев атындағы Қазақ Ұлттық техникалық университеті студенттері

Сауалнама С.Ж. Асфендияров атындағы Қазақ Ұлттық Медицина Университеті 100 студенттері мен Қ.И.Сәтбаев атындағы Қазақ Ұлттық техникалық университетінің 100 студенті қатысты.

**Зерттеу нәтижесі:** ЖОО студенттерінің арасында сауалнама алу барысында темекі тартатындардың қандай тәртіпті түрге жататындығы анықталды. Тәуелділік тесті олардың никотинге тәуелділігінің дәрежесін анықтады (Кесте -1)

Кесте 1 - Никотинге тәуелділігінің дәрежесін анықтайтын тәуелділік тесті

Сұрақ	ҚазҰМУ	ҚазҰТУ
Отбасы мүшелерінің арасында темекі шегетіндер бар ма?		
иә	80	82
жоқ	20	18
Қандай себеппен темекіні бастадыңыз?		
достардың ықпалымен	35	42
өз имиджімді өзгерту үшін	5	8
оқуда, жұмыста, отбасыдағы мәселелер бойынша	20	21
үлкен болып көріну үшін	2	2
басқа да себептер	33	27
Күніне қанша темекі данасын тұтынасыз?		
10-ға дейін	57	50
10-20 темекі шекпеймін	43	50
Сіздің ойыңызшы, темекі шегудің адамға пайдасы бар ма, бар болса қандай?		
иә	3	3
жоқ	57	57
Сіздің досыңыз темекі тартады ма?		
иә	70	80
жоқ	30	20
Темекі шегу денсаулыққа зиян екенін білесіз бе?		
иә	80	60
жоқ	20	30

Сауалнаманың қорытындысы бойынша, жалпы жастар арасында темекі шегу деңгейі жоғары. Екі университетті салыстыра отырып, ҚазҰТУ-і студенттері ҚазҰМУ-не қарағанда темекіге әуес екендігін көрсетті, жалпы темекі тұтынушылардың саны ҚазҰМУ- 56 пайызды құраса ҚазҰТУ студенттері 64 пайызды құрды. Ең алғаш қай кезде темекі шектіңіз деген сауалнама сұрағы келесі нәтиже көрсетті (диаграмма -1). Темекі тұтынатын студенттердің 62,5 пайызы темекі шегудің денсаулыққа зиян екенін біледі, ал 47,5 пайызы жақын арада темекі тастаймыз деген шешімді қабылдаймыз деп отыр.

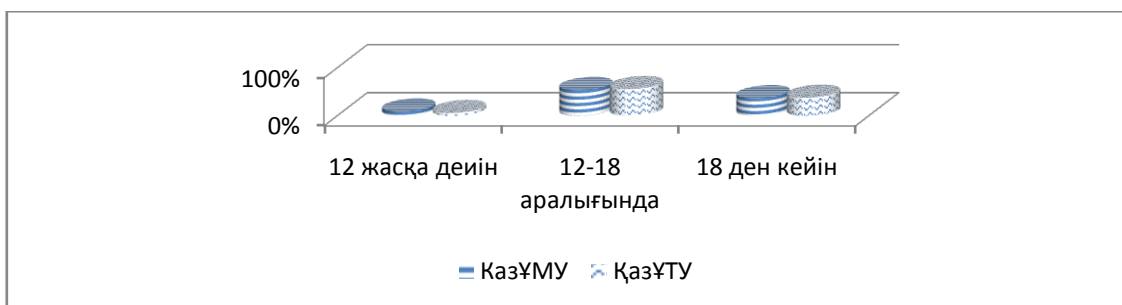


Диаграмма 1 - Ең алғаш қай кезде темекі шектіңіз?

Жалпы студенттердің пікірі бойынша студенттер арасындағы темекіге қарсы іс шаралардың пайдасы бар ма әлде жоқ па деген сауалнама сұрағына студенттер жауабы келесі көресткіштерді құрады (диаграмма -2).

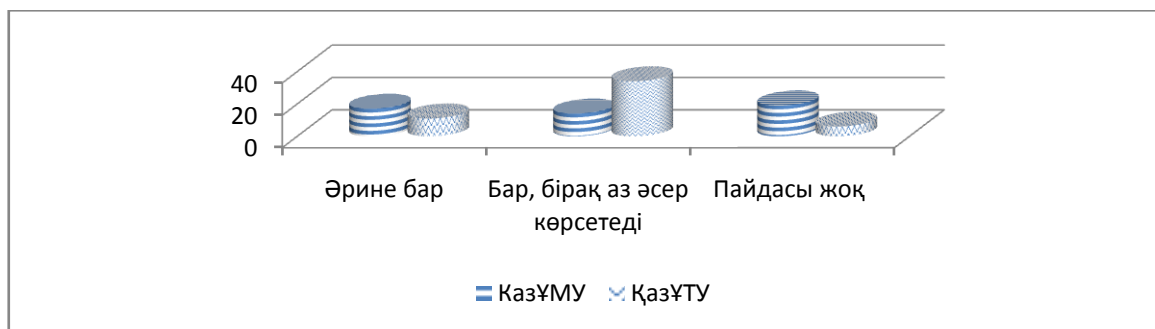


Диаграмма 2 - Темекіге қарсы іс шаралардың пайдасы бар ма -?

Және тағы бір сауалнама сұрағы: Егер темекі жайлы барлық ақпараттарды, темекіге әуестенбестен бұрын білгеніңізде, онда темекі қолданар ме едіңіз? (диаграмма-3).

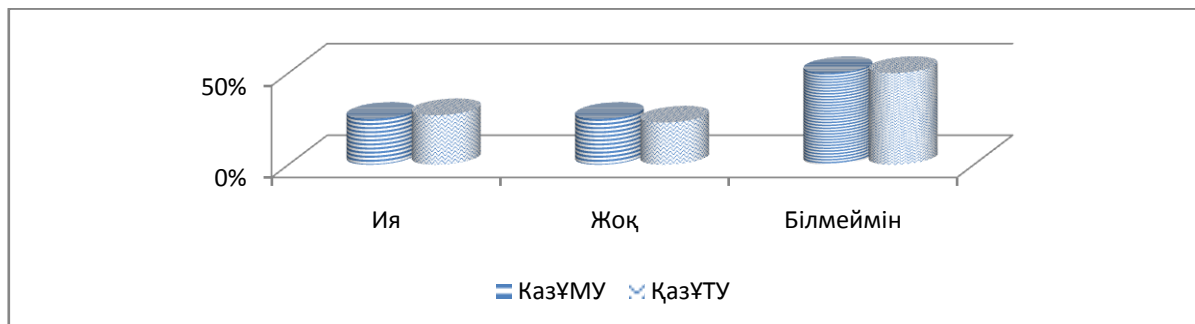


Диаграмма 3

**Қорытынды:** Сонымен, қорыта келгенде біз студенттерге қандай да болмасын тәрбиенің от басынан басталатынына мән бере отырып, жастардың қоғамдағы араласатын ортасының да маңызы зор екенің айтқымыз келеді. Бүгінде еліміздің түкпір-түкпірінде темекіге қарсы орталықтар ашылған. Мысалы, Алматы қаласында осындай 95 орталық жұмыс істейді. Айталық 4 емханадағы орталықта екі жылдың ішінде темекіге тәуелді 100-ге жуық адам ем алған. Бірақ, өкінішке орай қазіргі кезде жастар осы жаман әдеттерге өте жақын келеді. Темекі шегу-адамның орынсыз тілегінен туған бақытсыздық» деген болатын орыстың ұлы белгілі фармакологы И.М.Догель. Дей тұрғанмен, темекіге қарсы күрес өз нәтижесін толық көрсетпей тұр. Жыл бойы студент-жастар арасында темекінің зияны туралы әңгіме, семинар-тренингтер өткізіліп жатады. Біз өзіміздің зерттеу жұмыстарымыздың нәтижесінде темекінің зияны туралы толық ақпарат бердік деп ойлаймыз. Бұл темекімен күресті 12-18 жас аралығындағы жас өспірім кезінен қолға алу өз нәтижесін көрсетеді деген ойдамыз. Біз өз ойымызды Х.Малердің «Шылымқорлық-алдын алуға болатын ауру, қазір ол әлемдегі барлық аурулардың басты себепкері болып отыр»-деген сөзімен қортыдылаймыз.

#### ӘДЕБИЕТТЕР ТІЗІМІ

- 1 Кодекс республики Казахстан о здоровье народа и системе здравоохранения.
- 2 Закон Республики Казахстан «О профилактике и ограничении табакокурения» от 10 июля 2002 года N 340, Ведомости Парламента Республики Казахстан, 2002 г., N 16, ст. 149. Дополнения внесены
- 3 Закон Республики Казахстан «О запрете курения в общественных местах»
- 4 Б. Жусупов, Г.Алимбекова. Курение как социальная проблема в Казахстане. сб. «Образ жизни и здоровье населения новых независимых государств» (отв.ред. Х.Хаерпфер, Д.Ротман, С. Туманов – Мн.:2003, - 308 с.). - С.187-194.

А.К. Текманова, Э.И. Кусайынова, М.Ы. Махашов, А.Д. Аханова, З.З. Урман, А.Т. Карасаева, А.А. Кулушева

#### ПРОБЛЕМЫ НИКОТИНИЗМА СРЕДИ МОЛОДЕЖИ

**Резюме:** Согласно данным Всемирной организации здравоохранения последствия никотина умирает до 4 млн. людей в год и эта тенденция с каждым годом увеличивается на 33 процента. На данный момент, пристрастие к курению среди молодежи растет. Поэтому с целью определения учащихся имеющих пристрастие к никотину проведен анкетный опрос между студентами Вузов и определены социально-психологические факторы способствующие возникновению никотинизма среди молодежи.

**Ключевые слова:** никотинизм, никотин, профилактические мероприятия, смола, болезни, синильная кислота

A.K.Tekmanova, E.I.Kusainova, M.Y. Makhashov, Adahanova, Z.Zurman, A.T. Karasaeva, A.A. Kulusheva

#### PROBLEMS OF NICOTINEISM AMONG THE TEENAGERS

**Resume:** According to the data of the World Health Organization, more than 4 million people die from the consequences of nicotine and the trend increases by 33% from year to year. For today addiction to smoking among the teenagers is growing up. So there is a questioning among the students for identifying the number of having a predilection for nicotine. Identified socially-psychological factors, which promotes the emergence of nicotineism among the teenagers.

**Keywords:** nicotineism, nicotine, preventive actions, resin, disease, hydrocyanic acid.