

ПЕДАГОГІЧНІ ПЕРЕДУМОВИ В РОБОТІ МЕДИЧНОЇ СЕСТРИ ЩОДО ПРОТИДІЇ ТЮТЮНОКУРІННЮ СЕРЕД ПІДЛІТКІВ

Т. І. Толокова¹, А. С. Московкіна²

¹*Тернопільський національний медичний університет імені І. Я. Горбачевського МОЗ України*

²*Кременчуцький медичний коледж імені В. І. Литвиненка*

У статті проаналізовано вплив розробленого навчального курсу на ставлення до тютюнокуріння після проведеного навчання. У навчанні розглядали питання, що орієнтовані на пропаганду здорового способу життя, розвиток творчого потенціалу, демонстрували мультимедійний навчальний матеріал, передбачали співпрацю з батьками та відповідальними органами, що підтвердило ефективність заходів.

PEDAGOGICAL PREDICTIONS IN THE WORK OF A NURSE TO RESISTANCE TO SMOKING AMONG ADOLESCENTS

T. I. Tolokova¹, A. S. Moskovkina²

¹*I. Horbachevsky Ternopil National Medical University*

²*V. Lytvynenko Kremenchuk Medical College*

The influence of the developed training course on the attitude to smoking after the training was analyzed in the article. The training addresses the issues that are focused on promoting healthy lifestyles, developing creative potential, demonstrated multimedia educational material, envisaged cooperation with parents and responsible persons, which confirmed the effectiveness of the activities.

Вступ. Здоров'я людини є не тільки індивідуальною, а й суспільною цінністю. Тютюнокуріння – одна з найсерйозніших медико-соціальних проблем сьогодення, що неминуче призводить до погіршення стану здоров'я підлітків та руйнування генофонду української нації. Проте стійкого переконання у необхідності дотримання здорового способу життя у молодіжному середовищі, як фактора протидії шкідливим звичкам та розвитку психофізіологічних залежностей, не сформовано [1]. Міжнародний досвід довів високу ефективність роботи працівників сфери охорони здоров'я у боротьбі з цією епідемією [2].

За даними звіту ВООЗ про глобальну тютюнову епідемію за рівнем поширення куріння, Україна знаходиться на 6 місці серед 45 країн Європейського регіону ВООЗ та на 7 місці у світі [3]. Тютюнокуріння є однією з головних причин передчасної смерті людей від захворювань, викликаних цією шкідливою звичкою. Від наслідків куріння, тобто від причини, яку можна

усунути, щорічно на планеті помирає 5 млн людей. На жаль, цією негативною звичкою охоплена значна частина підлітків України, що є однією з найгостріших соціально-медичних проблем нашого суспільства [4]. Підлітки не в змозі реально оцінити усі загрози куріння для здоров'я, не усвідомлюють значення, пов'язаної з ним небезпеки [5].

Досягнення високої якості здоров'я стає можливим лише за умови ефективного попередження негативних впливів, що призводять до його порушень, усунення причин нездоров'я. Вирішальну роль у цьому відіграє профілактична робота. Проте заходи, які вживають для попередження тютюнокуріння серед підлітків, є недостатніми [6]. Тому на сучасному етапі особливо зростає роль медичної сестри у проведенні заходів щодо протидії тютюнокурінню. Тим паче, що однією з функцій медичної сестри, за визначенням Європейського регіонального бюро ВООЗ, є навчання пацієнтів знанням і навичкам, що стосуються збереження та відновлення здоров'я [6].

Вищезазначене свідчить про надзвичайну актуальність проблеми подолання тютюнової епідемії, у тому числі й профілактики тютюнокуріння, особливо серед підлітків, за активною участю медичної сестри [7].

Основна частина. Для розробки системи протидії тютюнокурінню було проведено анонімне опитування 90 студентів II–III курсів Кременчуцького медичного коледжу імені В. І. Литвиненка стосовно куріння тютюнових виробів та дотримання правил здорового способу життя (70 дівчат, 20 хлопців) з подальшим загальним і спеціальним навчанням та самооцінюванням емоційного й фізичного стану студентів у взаємозв'язку з отриманими навичками.

Медичні сестри у своїй роботі відіграють важливу роль в інтегрованій профілактиці психофізіологічної залежності від шкідливих звичок молоді та формуванні належного ціннісного усвідомлення здорового способу життя.

У роботі науково обґрунтовано й розроблено систему протидії тютюнокурінню серед підлітків та перевірено її ефективність. Доведено ефективність роботи медичної сестри у формуванні зміни ставлення підлітків до власної поведінки, а також готовності нести відповідальність за неї [8].

Питання анонімного опитування стосувалися куріння тютюнових виробів та дотримання правил здорового способу життя. Проблема шкідливих звичок серед студентської молоді постає актуально й гостро. Незважаючи на достатньо критичне ставлення студентів до цього явища, значна кількість студентів зазначила, що схильна до шкідливих звичок, зокрема 34,4 % студентів (50 % юнаків і 25,7 % дівчат) вказали на те, що курять, керуючись бажанням підвищити настрої, «за компанію», кризовою ситуацією або впливом надмірних стресів.

Ступінь залежності від сигарет показано такими показниками:

- щодня викурює 1–10 сигарет 44,3 % юнаків і 25,0 % дівчат;
- щодня викурює пачку і більше в день 7,1 % юнаків і 0 % дівчат.

Більшість опитаних (93 %) знає, що шкідливі звички згубно впливають на здоров'я, 7 % опитаних про це серйозно не замислювалися.

Основним джерелом отримання інформації про здоровий спосіб життя та вплив шкідливих звичок на організм людини є викладачі (48 студентів), батьки (29) та засоби масової інформації (13 опитаних).

Основними складовими здорового способу життя, на думку 73,3 % студентів, є раціональне харчування, заняття фізкультурою, режим дня, екологічно чисте довкілля, відсутність шкідливих звичок, а саме тютюнокуріння – лише 49 (54,4 %) молодих людей.

Після анонімного опитування було проведено консультативну та просвітницьку навчальну роботу з молоддю щодо формування у студентів навичок здорового способу життя, що складалась з загальної та спеціальної частини. У загальній частині розглядали питання, які орієнтовані на ведення здорового способу життя, відмову від куріння, організацію умов праці та побуту, первинну та вторинну профілактику захворювань, пропаганду занять фізкультурою та спортом, показ мультимедійного навчального матеріалу із профілактики та боротьби з курінням, вивчення причин розвитку залежності від тютюнокуріння та методів їх попередження, обговорення необхідності адекватного попередження ініціюючих факторів та компетентного впливу середнього медичного персоналу на ціннісне усвідомлення студентами соціального значення стану персонального здоров'я.

Спеціальне навчання включало індивідуальні заняття викладачів зі студентами та їхніми батьками, спрямовані на корекцію основних факторів ризику тютюнокуріння та залучення до проведення профілактичної роботи щодо попередження шкідливих звичок фахівців Центру соціальних служб у справах сім'ї, дітей та молоді.

Для більшості майбутніх медсестер суттєвим є розуміння ризику від тютюнокуріння. Значна частина опитаних визнає негативний вплив шкідливих звичок на організм людини. Серед студентів-дівчат у 70 % переважним стримувальним фактором є усвідомлення впливу на репродуктивне здоров'я та здоров'я майбутніх дітей.

Самооцінка емоційного стану студентів, які пройшли навчальний курс, значно підвищилася. Свій емоційний стан молоді люди оцінили по-різному, проте жоден із опитаних не вказував на незмінене ставлення до шкідливості тютюнокуріння, 12 студентів (13,3 %) оцінили власний емоційний стан як радикально відмінний від попередньої відсутності усвідомлення необхідності уникати шкідливих звичок. Відповідно, студенти оцінили власне емоційне ставлення до здорового способу життя як добре у 26,6 % випадків порівняно з попереднім.

Основним джерелом отримання достовірної інформації про здоровий спосіб життя та вплив шкідливих звичок на організм людини є викладачі та батьки.

Висновки. Необхідно планомірно проводити профілактичну роботу серед студентів щодо формування здорового способу життя, стимулювати клінічне мислення шляхом підвищення обізнаності у сфері медичних знань щодо виникнення залежності від тютюнокуріння. Актуальною є активізація творчого потенціалу студентської молоді як гідної альтернативи до пошуків уникнення стресових ситуацій за допомогою шкідливих звичок. Формування стійкого

інтересу студентів медичних коледжів до освіти і майбутньої професії демонструє ефективність компетентної санітарно-просвітницької роботи на усвідомлення та самокритичне ставлення молоді щодо негативних впливів шкідливих звичок.

Посилення консультативної та просвітницької роботи з батьками щодо попередження шкідливих звичок та формування у студентів навичок здорового способу життя ефективніше із залученням до проведення фахівців Центру соціальних служб у справах сім'ї, дітей та молоді, кримінальної міліції у справах дітей.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Динаміка поширення тютюнопаління, вживання алкоголю та наркотичних речовин серед учнівської молоді України : 1995, 1999, 2003 роки / О. М. Балакірева, О. О. Яременко та ін. – К. : ДІПСМ, 2003. – 174 с.
2. Craig P. Developing and evaluating complex interventions: Reflections on the 2008 MRC guidance / P. Craig, M. Petticrew // *Int. J. Nurs. Stud.* – 2013. – Vol. 50 (5). – P. 585-587.
3. Красовський К. С. Глобальна тютюнова епідемія і протистояння їй в Україні / К. С. Красовський, Т. І. Андреева // *Східноєвропейський журнал громадського здоров'я.* – 2008. – № 4. – С. 66-70.
4. Курение в Украине : последние тенденции в борьбе [Электронный ресурс] // Медико-социальный проект «Здоровье без курения». – К., 2010. – Режим доступа : http://health-ua.com/pics/pdf/ZU_2010_22/62-63.pdf.
5. Латіна Г. О. Проблема тютюнопаління серед сучасних підлітків / Г. О. Латіна, Г. Л. Заїкіна, М. М. Завадська // *Вісник проблем біології і медицини.* – 2014. – Вип. 3, Т. 1 (110). – С. 193-196.
6. Григоренко А. А. Аналіз політики з контролю над тютюном в Україні / А. А. Григоренко, К. С. Красовський, Т. І. Андреева // *Щорічна доповідь про результати діяльності системи охорони здоров'я України.* 2008 рік. – К., 2009. – С. 177-193.
7. Геруш И. В. Проблемно-ориентированное обучение в современных образовательных программах по медицине: стратегия, структура и процесс в сопоставлении с традиционным обучением / И. В. Геруш, Н. К. Богуцкая, Т. М. Билоус // *American Scientific Journal.* – 2016. – № 6 (6). – С. 20-24.
8. Профілактична робота з підлітками та молоддю з питань пропаганди здорового способу життя, профілактики алкоголізму, наркоманії та ВІЛ-інфекції : методичний посібник / В. В. Брич, Я. І. Сокач, Н. В. Романюк та ін. – Ужгород, 2010. – 117 с.

Отримано 29.08.19