В современном мире проблема роста алкоголизации, наркомании и распространения табакокурения не только не теряет своей актуальности, но и ощущается все более остро. В силу влияния различных факторов, Россия занимает  лидирующее положение по уровню распространенности данных вредных привычек.  Ежегодно, в России, алкоголь, наркотики и курение уносят жизни более 1 миллиона 400 тысяч человек.

Однако проблема курения, алкоголизма и наркомании сегодня не только в росте количества зависимых людей, но и в снижение возрастного порога. Возрастает количество подростков и молодых людей, курящих сигареты, употребляющих алкоголь и наркотические вещества.

Исходя из выступления президента РФ В.В. Путина, на заседании координационного совета в 2012 году следует, что  среди  14-летних подростков, прошедших диспансеризацию в 2011 году, абсолютно здоровыми было признано чуть больше 16 процентов детей. Различные функциональные нарушения имели 54,3 процента, заболевания, связанные с инвалидностью, – более пяти процентов. Все эти показатели – явное свидетельство неблагополучия в сфере здоровья подростков.

Как известно большинство всех болезней – это результат образа жизни и поведения людей. За последние десять лет количество обращений к врачам по поводу детского алкоголизма увеличилось втрое. Практически 40% школьников регулярно заглядывают в рюмку, 25% подростков употребляли алкоголь в возрасте до 13 лет.

По информации Роспотребнадзора, за последние 20 лет количество курильщиков в стране увеличилось на 440 тысяч человек. Так, в возрасте 15-19 лет курят 40% юношей и 7% девушек, при этом в день они выкуривают в среднем 12 и семь сигарет в день соответственно. Если представить эти данные в абсолютных числах, то окажется, что в России курят более 3 миллионов подростков: 2,5 миллиона юношей и 0,5 миллиона девушек.

В ОГБУЗ «Центр медицинской профилактики города Старого Оскола» ведется активная работа по профилактике вредных привычек и формированию навыков здорового образа жизни среди населения Старооскольского городского округа.

Отдельным блоком выступает работа с подростками и молодыми людьми. Формирование навыков здорового образа жизни в подростковой и молодежной среде осуществляется посредством проведения мероприятий профилактической направленности как на базе ОГБУЗ «Центр медицинской профилактики города Старого Оскола», так и  других учреждениях и организациях Старооскольского городского округа.

Оскольский политехнический колледж СТИ НИТУ «МИСиС» является пилотной площадкой реализации совместного с отделом организационно-методического обеспечения  профилактической работы ОГБУЗ «Центр медицинской профилактики города Старого Оскола» плана взаимодействия, направленного на профилактику вредных привычек и формирование у населения Старооскольского городского округа приверженности к здоровому образу жизни.

Одним из аспектов совместной работы является социологическое исследование по распространенности табакокурения, проводимого среди контрольной группы студентов первого и второго курсов ОПК СТИ НИТУ «МИСиС».

В период с сентября по октябрь 2015 года в нем приняли участие 183 респондента в возрасте от 17 до 19 лет. Проблема распространения табакокурения является достаточно актуальной для ОПК СТИ НИТУ «МИСиС», в связи с тем, что в  колледже преобладающее количество студентов – парни (82%). Среди опрошенных 157 парней и 26 девушек.

В результате исследования было выявлено, что осведомлены о вреде курения 65% респондентов. Основную информацию о вреде курения, учащиеся получают в образовательном учреждении (27%) и семье (27%).

Отмечено также, что в большинстве семей курят родители, в основном мужчины.

Среди подростков и молодых людей курят 27% и пробовали курить 34% респондента.

Средний возраст начала курения составил 14-15 лет.

Среди основных причин курения тремя основными являются желание выглядеть взрослее (30%),  влияние друзей (20%); от безделья (14%).

Таким образом, можно отметить, что, хотя профилактическая работа велась достаточно продуктивно, все же имелись риски увеличения количества подростков, курящих сигареты, в том числе и увеличение количества курящих девушек.

С целью просвещения молодых людей по вопросам профилактики вредных привычек и формированию навыков здорового образа жизни, в рамках плана, утвержденного администрацией ОПК СТИ НИТУ «МИСиС» и ОГБУЗ «ЦМП г. Старого Оскола», в течении 2015 - 2016 учебного года с группой студентов первого и второго курсов проводились следующие мероприятия:

1. Уроки здоровья по теме: «Влияние вредных привычек на здоровье», «Влияние вредных привычек на репродуктивное здоровье девушек», «Влияние вредных привычек на биосоциальную способность быть мужчиной», «СПИД – трагедия человечества», «Аддиктивное поведение как уход о  реальности», «Биологическая и психологическая деградация, как результат вредных привычек».

2. Мероприятия в рамках месячников профилактики и значимых дат по охране и укреплению здоровья населения по теме «СПИД – трагедия человечества», «Знать, чтобы жить», «Наше здоровье – в наших руках», «Отказ от табака, алкоголя, наркотиков – путь к здоровью» с привлечением врачей-специалистов, с видеодемонстрациями тематических роликов «Алкоголь и будущее потомство», «Алкоголь. Скрытая правда», «Секреты манипуляции. Табак», «ВИЧ» «Берегите себя. Пиво и мужчины», «Безмолвный крик», «Влияние алкоголя на организм человека», «Технологи спаивания», проведением анкетирования по изучению сформированности культуры ЗОЖ, информированности о ВИЧ/СПИД, по проблеме правильного питания, выявлению распространенности употребления алкогольных напитков в подростковой и молодежной среде.

3. Проведение профилактических физкультминуток для снятия статического напряжения и поддержания работоспособности обучающихся во время лекционных и семинарско-практических занятий.

4. С родителями контрольной группы подростков проводились родительские собрания с целью профилактики ранней беременности у девочек подростков и оказания помощи родителям в формировании здорового образа жизни у юношей по темам: «Профилактика вредных привычек в подростковой и молодежной среде», «Личная ответственность в формировании гендерного поведения».

Совместно с преподавателями контрольной группы студентов проводились круглые столы с привлечением представителей организаций округа (управление культуры и спорта, управление по делам молодежи, ОДН ОУУП и ПДН УМВД России, КДН и ЗП Старооскольского городского округа, представители духовенства Старооскольской епархии) студентами,посвященные проблеме наркомании, табакокурения, алкоголизма в подростковой и молодежной среде: «Вредные привычки и здоровый образ жизни», «Что значит жить без вредных привычек!», «Потенциалы моей жизни в борьбе с вредными привычками. Разум».

С целью изучения результативности проведенной работы в марте 2016 года было проведено промежуточное исследование контрольной группы студентов первого и второго курсов ОПК СТИ НИТУ «МИСиС».

В результате исследования было выявлено, что осведомлённость  о вреде курения возросла до 89% респондентов. В образовательном учреждении считают необходимым проводить работу по профилактике 91% и  не считают 9%. Среди основных причин курения молодые люди вторично назвали безделье, скуку (38 %) и влияние друзей (17%);

Отмечено также снижение показателей по курению в семье среди мужчин на 2%,  среди женщин на 1%, что составило 30% среди отцов и 3% среди матерей.

Значительное снижение количества курящих отмечено среди подростков и молодых людей. Количество курящих студентов снизилось с 27% до 16%, то есть практически на 11%.

Таким  образом, проводимые в рамках данного плана «Уроки здоровья», круглые столы, родительские собрания и другие мероприятия, зарекомендовали себя как достаточно эффективные.

В связи с увеличением количества подростков и молодых людей, имеющих вредные привычки необходимо особое внимание, в вопросах профилактики, уделить студентам первых курсов и их родителям, с привлечением других структур города. Необходимо организовать работу таким образом, чтобы подростки получали больше информации о вреде алкоголя, наркотических веществ и табакокурения в процессе проведения классных часов, уроков «Здоровья» и других мероприятий.

Статья размещена в сборнике материалов всероссийской научно-практической конференции с международным участием: «Духовно-нравственное воспитание молодежи: проблемы и перспективы» (18 мая 2016 года).

*Отдел организационно-методического обеспечения профилактической работы*

*ОГБУЗ «Центр медицинской профилактики города Старого Оскола»*

*Психолог****Емельянова Анна Александровна***