

УДК 316.41

***ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ОТНОШЕНИЕ К УПОТРЕБЛЕНИЮ
АЛКОГОЛЯ В СРЕДЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ***

Акименко Г.В.

*доцент кафедры психиатрии, медицинской психологии и наркологии,
ФГБОУ ВО Кемеровский государственный медицинский университет
Минздрава России,
Россия, г. Кемерово.*

Кирина Ю.Ю.

*доцент кафедры психиатрии, медицинской психологии и наркологии,
ФГБОУ ВО Кемеровский государственный медицинский университет
Минздрава России,
Россия, г. Кемерово.*

Федосеева И.Ф.

*доцент кафедры неврологии, нейрохирургии, медицинской генетики и
медицинской реабилитации,
ФГБОУ ВО Кемеровский государственный медицинский университет
Минздрава России,
Россия, г. Кемерово.*

Аннотация. Употребление алкоголя является одной из основных проблем общественного здравоохранения во всем мире. Потребление алкоголя молодыми людьми влияет не только на их физическое, психическое благополучие, но и на успеваемость, межличностные отношения как следствие общее качество жизни. В статье предпринята попытка проанализировать отношение молодых людей, обучающихся в вузе к спиртосодержащим напиткам. Целью исследования было оценить распространенность употребления алкоголя в студенческой среде на примере обучающихся в медицинском университете.

Ключевые слова: студенты, употребление алкоголя, здоровый образ жизни (ЗОЖ),

***INDIVIDUAL ATTITUDE TO CONSUMPTION
ALCOHOL AMONG STUDENTS***

Akimenko G.V.

*Candidate of Historical Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the
Department of Psychiatry,
Medical Psychology and Narcology, Kemerovo
State Medical University,
Russia, Kemerovo.*

Kirina Yu.Yu.

*Associate Professor of the Department of Psychiatry,
Medical Psychology and Narcology, Kemerovo State Medical University,
Russia, Kemerovo.*

Fedoseeva I.F.

*Associate Professor of the Department of Neurology, Neurosurgery,
Medical Genetics and Medical Rehabilitation, Kemerovo State Medical University,
Russia, Kemerovo.*

Abstract. Alcohol consumption is a major public health problem worldwide. Alcohol consumption by young people affects not only their physical and mental well-being, but also their academic performance, interpersonal relationships and, as a consequence, their overall quality of life. The article attempts to analyze the attitude of young people studying at a university towards alcoholic beverages. The purpose of the study was to assess the prevalence of alcohol use among students using the example of students at a medical university.

Keywords: students, alcohol consumption, healthy lifestyle (HLS),

В современном обществе употребление алкогольных напитков входит в число факторов риска многих соматических заболеваний, негативно отражающихся на работоспособности и продолжительности жизни человека.

Алкогольная зависимость может оказывать пагубное воздействие на организм молодых людей. Регулярное и чрезмерное употребление алкоголя может повлечь повреждение печени, нарушениям в развитии мозга, гормональному дисбалансу и повышенной уязвимости к различным заболеваниям, включая сердечно-сосудистые проблемы и рак.

Алкоголизм оказывает негативное воздействие на успеваемость молодых людей. Это обусловлено тем фактом, что обучающиеся, употребляющие алкоголь, чаще испытывают трудности с концентрацией внимания и запоминанием учебного материала.

Специалисты выделяют несколько значимых причин алкоголизации студенческой молодежи. В их числе: влияние социальной среды (друзья, средства массовой информации, культура и др.); психологические особенности юношеского возраста; трудности, с которыми сталкиваются молодые люди, в частности, в период адаптации к обучению в вузе и др. [3].

Студенты могут прибегать к алкоголю как к способу справиться с различными негативными психологическими факторами, такими как стресс, тревога, депрессия или низкая самооценка. Алкоголь позволяет им получить временное облегчение или избавиться от эмоционального дискомфорта, что приводит к злоупотреблению им как формой самолечения.

Установлено, что, в более чем 67% случаев, употребления спиртосодержащих напитков срабатывает психологическое самовнушение молодого человека. Например, «алкоголь поможет расслабиться в сложной ситуации». Подобный желаемый результат юношам и девушкам кажется настолько привлекательным, что формирует психологическую алкогольную зависимость, в то время, когда сами спиртные напитки, влияют на формирование биологической зависимости [4].

Шесть лет обучения в медицинском университете в дискурсе приобщения человека к употреблению алкоголя можно отнести к критическому периоду в жизни человека. Доказано, что в этом процессе главную роль играют личностные особенности обучающегося. Негативное влияние так же оказывает высокий риск дезадаптации к процессу обучению в вузе на младших курсах и сформированная ранее индивидуальная мотивация потребления алкоголя, в том числе крепких спиртных напитков [1].

Современное высшее медицинское образование в России ориентировано на формирование у обучающихся осознанного положительного отношения к здоровому образу жизни (ЗОЖ), исключающего чрезмерное употребление алкоголя. В этих условиях особое значение приобретает изучение вопросов психологической мотивации к алкоголизации в студенческой среде.

Целью текущего исследования было описать характер употребления алкоголя студентами определить факторы, влияющие на употребление спиртных напитков молодыми людьми.

Объект исследования - обучающиеся в Кемеровском государственном медицинском университете (КемГМУ).

Предметом исследования является отношение студентов к распитию спиртных напитков.

Методы исследования: анонимное анкетирование, в котором приняли участие 43 юноши и 75 девушек. Средний возраст респондентов составил $22,6 \pm 0,9$ года.

Результаты и обсуждение. Алкоголизм относится к серьезным аддиктивным заболеваниям, которое предполагает компульсивное и неконтролируемое употребление спиртных напитков, несмотря на его негативное воздействие на здоровье людей, межличностные отношения и социальный статус.

Биологические факторы, лежащие в основе алкоголизма, неизвестны. Однако сюда входят такие факторы риска, как социальное окружение, стресс,

психическое здоровье; генетическая предрасположенность, возраст, этническая группа и пол [5]. Физическая зависимость и толерантность относятся к числу факторов длительного злоупотребления алкоголем, которые вызывают физиологические изменения в мозге. Эти химические изменения в мозге, как правило, сохраняют неспособность алкоголика бросить пить.

В рамках анкетирования на вопрос: «Употребляете ли Вы спиртные напитки?» положительный ответ дали 58,1% юношей и 62,7% девушек. При этом студенты сообщили, что на первом курсе потребляли значительно больше единиц алкоголя в неделю, чем на втором или третьем курсах обучения.

Ответы на вопрос о частоте употребления спиртных напитков дали следующие результаты: 1 раз в месяц алкогольные напитки употребляли 36% юношей и 55,3% девушек; 2-4 раза в месяц соответственно - 48% и 38,3% ($p < 0,05$).

Алкогольные предпочтения студентов: у юношей пиво - 84%, у девушек - вино 74,5%, ($p < 0,05$). Крепкий алкоголь эпизодически употребляли 96% юношей и 36,2% девушек. Установлено, что среди выпивающих спиртные напитки, 28% юношей и 36,2% девушек отдавали предпочтение шампанскому; 20% юношей и 31,9% девушек - алкогольные коктейли.

Для оценки объёма потребляемых спиртных напитков в рамках исследования было использовано понятие «дозы». Одна единица «доза» была приравнена к 45 мл водки или 150 мл сухого вина (12°), или 100 мл. креплёного вина (18°), или 250 мл. джина с тоником (7°), или 350 мл. пива (5°) [2]. Следует подчеркнуть, что индикатором риска употребления алкоголя, представляющего опасность для здоровья или наносящего ему вред, для женщин и мужчин любого возраста учёные считают принятие более 4 доз алкоголя за один день или 7 доз и более за неделю [4].

Анализ результатов анкетирования, позволяет сделать вывод о том, что среди молодых людей, наиболее популярна такая причина, употребления алкоголя, как встреча с друзьями - 48%.

Кроме того, студенты употребляют спиртное для того, чтобы: поднять настроение (14%); или в день получения стипендии (11,6%); по поводу успешно сданного экзамена (36%) и по другим причинам (28%). В праздничные дни, 1-2 дозы алкоголя, употребляли в среднем: 28% юношей и 44,6% девушек; 2-3 дозы - соответственно 24 и 23,4%; 3-4 дозы - 24 и 19,1%; 4-5 доз - 12 и 8,6%, 5-6 доз - 4% юношей и 2,1% девушек; больше 6 доз - 8% и 2,1% соответственно ($p > 0,05$).

На вопрос анкеты: «Какое количество алкоголя Вам необходимо выпить, чтобы почувствовать опьянение?» 34,9% юношей и 53,3% девушек ответили «от одной до трёх доз», а 65,1% и 46,7% соответственно считали, что для появления чувства опьянения им необходимо выпить от 3 до 5 доз алкоголя ($p > 0,05$).

На вопрос «Как часто Вы употребляете две и более дозы алкоголя за один раз» 36% юношей и 63,8% девушек ответили «никогда», 60% и 31,9% соответственно ответили «1 раз в месяц», 4% юношей и 4,3% девушек - «еженедельно».

Выявлено, что ежедневно спиртные напитки не употреблял ни один из респондентов. Так же было отмечено, что у 27% юношей и 19,4% девушек употребление алкоголя как минимум один раз было причиной телесных повреждений или у себя, или у других людей ($p > 0,05$).

Вместе с тем, 49,1% респондентов сообщали о похмелье после чрезмерного употребления алкоголя, в период которого они забывали о том, где были или что делали ($p > 0,05$).

В рамках исследования, установлено, что повышение уровня толерантности к алкоголю неизбежно приводит к увеличению количества принятых доз, необходимых для облегчения абстинентного синдрома [1].

Важно отметить и тот факт, что 20% юношей и 34% девушек, из числа употребляющих спиртные напитки, утверждали, что задумываются о том, как

сократить потребление алкоголя. Но при этом все респонденты констатировали и тот факт, что шаги в этом направлении не предпринимают.

На вопрос о том, «На какие средства респонденты приобретали спиртные напитки?» 18% ответили, что расходовали на покупку свою стипендию, 27% - заработную плату, 4% - деньги родителей.

Как и предполагалось, большинство респондентов - 97,4%, знали о том, что употребление алкогольных напитков оказывает отрицательное воздействие на их психологическое и соматическое здоровье.

34% обучающихся согласились с тем, что употребление алкоголя оказывает негативное влияние на их учебу, 77% опрошенных сообщили о том, что употребление спиртных напитков отрицательно сказалось на их финансовом положении, и 48% согласились с тем, что употребление алкоголя оказывает неблагоприятное влияние на их физическое здоровье. И только 10,3% студентов согласились с тем, что употребление алкоголя оказывает негативное влияние на их личную жизнь.

Вместе с тем, на вопрос: «Как повлияли на ваше отношение к алкоголю полученные медицинские знания?» респонденты ответили: усилили отрицательное отношение к алкоголю – 65,5%, «утвердили мое мнение о том, что алкоголь не столь опасен, как об этом написали» сказали - 6% респондентов. Можно констатировать, что на оставшиеся 27,5% респондентов не оказали положительного влияния на формирование ЗОЖ знания, полученные в рамках обучения в медицинском университете.

Закономерный интерес вызывал вопрос о том, в каком возрасте респонденты впервые попробовали спиртные напитки. Установлено, что большинство молодых людей попробовали алкоголь в возрасте от 12-16 лет, в том числе 2% опрошенных сделали это ещё в 7-летнем возрасте. К сожалению, это свидетельствует об омоложении алкоголизма. И это серьёзная проблема для современного общества. Вместе с тем, исследования, проведенные в США,

показывают, что пик потребления алкоголя приходится примерно на 21 год, а затем со временем снижается [5].

Проведенное анкетирование позволяет констатировать и тот факт, что 100% молодых людей смогут прожить без алкогольных напитков, если они будут недоступны. Важно отметить, что значительная часть респондентов – 84,5% одобрила позицию абсолютной личной трезвости как способа борьбы с пьянством. Те, кто не согласился осознанно вести трезвый образ жизни (15,5%) считают, что им мешают традиции и обычаи - 12% и др. При этом они испытывают боязнь потерять уважение одногруппников.

Заключение. Нездоровое употребление алкоголя студентами университетов является серьезной проблемой общественного здравоохранения. Склонность к употреблению алкоголя может быть оправдано высокой толерантностью нашего общества к употреблению спиртных напитков, отсутствием эффективной программы профилактики.

Студенты употребляют спиртные напитки, в том числе с целью продемонстрировать свою взрослость, справиться со стрессом и расширить круг общения. Основными поводами для употребления алкоголя в студенческом возрасте являются различные праздники и неформальное общение. В первые годы пребывания, в стенах университета обучающиеся потребляли значительно больше единиц алкоголя в неделю, чем на старших курсах.

В настоящее время проблема молодежного алкоголизма приобретает масштабный характер, поскольку, как показал опрос, обучающиеся употребляют различные спиртные напитки и, значительная часть из них, не настроена, отказаться от этой вредной привычки. Необходимо обратить внимание и на тот факт, что более половины респондентов испытывали удовольствие от состояния алкогольного опьянения. Вместе с тем, текущие результаты свидетельствуют о том, что потребление алкоголя студентами снижается на протяжении обучения в университете.

Сохранение высокого уровня потребления алкоголя среди значительной части студентов предполагает необходимость эффективных профилактических мероприятий для всех групп студентов.

Библиографический список:

1. Акименко, Г. В. К вопросу о мотивации ценностного отношения к здоровому образу жизни в рамках изучения курса «Психология» у студентов медицинского вуза / Г.В. Акименко, Т.М. Михайлова // Инновационное развитие науки и образования. Монография. Пенза, 2017. Издательство: Наука и Просвещение (ИП Гуляев Г.Ю.) (Пенза). С. 164 -171.

2. Голенков, А. В., Андреева, А. П., Булыгина, И. Е. Частотно-количественные показатели и мотивы потребления алкогольных напитков студентами медиками // Наркология. – 2019- №10. - С. 25-29.

3. Завьялов, В. Ю. Психологические аспекты формирования алкогольной зависимости. - Новосибирск: Наука. Сиб. отд., 2018. - 198 с.

4. Idoko Joseph Onyebuchukwu, Muiyiwa Adeniyi Sholarin, Agoha, Benedict Chico Emerenwa. The Effect of Alcohol Consumption on the Academic Performance of Undergraduate Students // Psychology and Behavioral Sciences. 2015: Vol. 4, No. 4, pp.147-153.

5. Ham LS, Hope DA: College students and problem drinking: a review of the literature // Clin Psychol Rev. 2003, 23: 719-759. 10.1016/S0272-7358(03)00071-0.

Оригинальность 81%