

Uzależnienie od nikotyny wśród studentów Politechniki Białostockiej – w świetle badań Portfele Studentów PB 2024

Gabriela Ryciuk

Politechnika Białostocka, Wydział Inżynierii Zarządzania

e-mail: gabriela.ryciuk.114953@student.pb.edu.pl

Ewa Wróblewska

Politechnika Białostocka, Wydział Inżynierii Zarządzania

e-mail: ewa.wroblewska.114893@student.pb.edu.pl

Krystyna Zimnoch 

Politechnika Białostocka, Wydział Inżynierii Zarządzania

e-mail: k.zimnoch@pb.edu.pl

DOI: 10.24427/az-2024-0032

Streszczenie

Uzależnienie od nikotyny i wyrobów ją zawierających na przestrzeni lat stało się powszechnym problemem, z którym zmagają się całą światową populacją. Używanie wyrobów tytoniowych niesie za sobą tragiczne skutki – rocznie umiera przez nie średnio 8 milionów ludzi. Celem artykułu jest ocena poziomu korzystania z produktów zawierających nikotynę oraz ich wpływu na zdrowie i finanse studentów Politechniki Białostockiej, a także zwrócenie uwagi na szkodliwość tych wyrobów. Do analizy wykorzystane zostały wyniki badania Portfele Studentów PB 2024. Prawie 46% respondentów korzysta z produktów zawierających nikotynę, a ponad 65% spośród nich używa codziennie. Znaczna większość studentów odczuwa potrzebę palenia w sytuacjach stresowych. Blisko połowa badanych używa papierosów elektronicznych. Większość nie uważa się za uzależnionych od nikotyny. Zakup wyrobów tytoniowych czy innych produktów zawierających nikotynę często stanowi spory wydatek uszczuplający budżet osób uzależnionych.

Słowa kluczowe

nikotyna, studenci, uzależnienie, zdrowie

Wstęp

Nikotyna jest silnie uzależniającym środkiem psychoaktywnym. W połączeniu z rakotwórczym tytoniem stanowi najgroźniejszy, a zarazem najłatwiejszy do wyeliminowania czynnik powstawania wielu chorób układu oddechowego. Palenie tytoniu stanowi bowiem jeden z najczęstszych powodów zachorowań na nowotwory. Według World Health Organization, palenie tytoniu powoduje większą liczbę zgonów niż AIDS, malaria i gruźlica razem wzięte [WHO, 2024]. Wpływ na rozwój uzależnienia od nikotyny ma wiele czynników, m.in. stresujące sytuacje, towarzystwo palaczy czy uwarunkowania genetyczne. Mimo wielu kampanii społecznych oraz zwracania uwagi na szkodliwość tych produktów, problem uzależnienia wśród ludzi wciąż rośnie. Według badania Polskiej Akademii Nauk z 2023 roku [PAN, 2024] ponad 22% światowej populacji pali codziennie, w tym aż 28,8% dorosłych Polaków wlicza się do tego grona. Zwiększone ceny produktów zawierających nikotynę wciąż nie przynoszą zamierzonego efektu – w naszym kraju nadal jest wielu palaczy, a co najgorsze, odsetek ten zwiększa się wśród młodzieży. Prawie 30% młodych osób używa jeszcze niedokładnie zbadanych papierosów elektronicznych, które z każdym rokiem zdobywają coraz większą popularność wśród młodego pokolenia, w tym również studentów. Ponadto, 26,2% młodych Polaków pali papierosy tradycyjne, stanowiące jeden z najczęstszych powodów zachorowań na choroby odtytoniowe. Dane statystyczne potwierdzają, że uzależnienie od nikotyny i wyrobów tytoniowych jest dużym problemem społecznym zarówno w Polsce, jak i na świecie.

W niniejszym artykule za cel przyjęto ocenę poziomu korzystania z produktów zawierających nikotynę wśród studentów Politechniki Białostockiej, wpływ zakupu tych produktów na zdrowie i budżet młodych ludzi oraz świadomości szkodliwości tych produktów. Do analizy wykorzystane zostały wyniki badania ilościowego Portfele Studentów PB 2024 oraz innych badań polskich i zagranicznych.

1. Przegląd literatury

Olbrzymia liczba publikacji poświęcona przyczynom uzależnienia od nikotyny, skutkom i sposobom wychodzenia z nałogu świadczy o świadomości zagrożenia we współczesnym społeczeństwie. W przypadku osób młodych to zagrożenie jest szczególne. Nikotyna jest wysoce uzależniającą substancją, ze względu na szybkie wchłanianie do krwioobiegu prowadzące do uwalniania dopaminy w mózgu. Podczas gdy wysoki poziom dopaminy powoduje przyjemne uczucie, niższe poziomy powodują, że palacze pragną następnego papierosa. Mózg dorastających osób jest biologicznie podatny na uzależnienie, co zwiększa zależność u nastolatków silniej niż u dorosłych

[Benowitz, 2010]. Co najmniej jedna czwarta populacji palących nastolatków nadal pali w późniejszym wieku [Sockrider i Rosen, 2016]. Zagrożenie nałogiem dotyczy młodych osób na całym świecie [Hublet i in., 2015]. W ostatnich latach rośnie szczególnie uzależnienie od e-papierosów, których oddziaływanie na organizm nie jest do końca poznane [WHO/Europe report, 2024]. Lekarze, nauczyciele, rodzice i wychowawcy są dziś świadomi wagi problemu uzależnienia i konieczności pomocy młodzieży w tym zakresie. Nałogowe palenie tytoniu przez studentów, nawet uczelni medycznych, jest zjawiskiem powszechnym. Pozytywnym aspektem jest fakt, iż młodzi ludzie podejmują próby walki z uzależnieniem i wykazują silną motywację do rzucenia nałogu. Nałóg palenia tytoniu jest procesem złożonym, dlatego też celowe wydaje się prowadzenie badań społecznych, które będą wpływać na jakość wprowadzanych programów profilaktycznych i zdrowotnych [Czyż i in., 2016]. Studenci kierunków medycznych powinni być grupą świadomą i zdającą sobie sprawę z negatywnego wpływu na zdrowie [Rasińska i Nowakowska, 2012; Czerniawska i Szydło, 2021, Wróblewski i in., 2022]. Publikowane wyniki badań pokazują, że czynnik zdrowotny ma największy wpływ na zerwanie z nałogiem palenia tytoniu przez palaczy [Sawicka i in., 2015]. Skutki zdrowotne, społeczne i gospodarcze tego powszechnego uzależnienia są ogromne. Są nimi m.in. choroby i umieralność [Czaderny, 2017], wzrost wydatków publicznych i przede wszystkim brak dobrostanu wolnego od nałogów człowieka. Ograniczenie używania tytoniu odgrywa ważną rolę w globalnych wysiłkach na rzecz osiągnięcia celu zrównoważonego rozwoju, jakim jest ograniczenie przedwczesnych zgonów z powodu chorób niezakaźnych o jedną trzecią do 2030 r. Spośród 17 celów zrównoważonego rozwoju kilka ma bezpośredni lub pośredni związek z kontrolą używania tytoniu. Najistotniejsze są następujące: Cel 3: Zapewnienie zdrowego życia i promowanie dobrego samopoczucia dla wszystkich w każdym wieku, Cel 10: Zmniejszenie nierówności wewnętrznych i pomiędzy krajami, Cel 12: Zapewnienie zrównoważonych wzorców produkcji i konsumpcji, Cel 17: Wzmocnienie środków wdrażania i ożywienie globalnego partnerstwa na rzecz zrównoważonego rozwoju [Tabacco control, 2017]. Zdrowie człowieka ma ważne znaczenie w ekonomii, istnieje na nie duży popyt indywidualny i duże zainteresowanie społeczne. Działają instytucje, które w imieniu państwa angażują się w tworzenie takich warunków, aby to zdrowie zapewnić. Takimi instytucjami są płatnicy publicznego ubezpieczenia zdrowotnego, szpitale, przychodnie – podmioty wykonujące działalność leczniczą, organizatorzy czyli urzędy marszałkowskie, starostwa powiatowe, Ministerstwo Zdrowia i inne urzędy centralne zajmujące się różnymi aspektami zdrowia. W gestii Ministerstwa Finansów pozostaje decydowanie o odpowiedniej polityce podatkowej, która dotyczy produktów niekorzystnie wpływających na zdrowie, między innymi papierosów. Rynek to

nie tylko relacja sprzedawcy papierosów i kupującego, to także związek pacjenta korzystającego z usługi medycznej (w tym przypadku w związku z chorobą odtytoniową) i dostawcy tej usługi. Jeśli – jak wielokrotnie udowodniono – palenie papierosów i przebywanie w otoczeniu dymu tytoniowego jest szkodliwe dla zdrowia, to wiąże się z kosztami bezpośrednimi, takimi jak potrzeba diagnozowania chorób, leczenia i rehabilitacji, czy pośrednimi – zwiększoną absencją chorobową czy wręcz kosztem utraconych lat życia osób zmarłych wskutek chorób odtytoniowych [Prewencja, 2022].

2. Metodyka badań

W artykule przedstawiono wyniki badań przeprowadzonych na losowej próbie studentów Politechniki Białostockiej (PB). Do badań ilościowych wykorzystano anonimową ankietę online (CAWI), która posłużyła do weryfikacji zmiennych cech statystycznych zbiorowości, zarówno ilościowych oraz jakościowych. W kwestionariuszu zastosowano kilka typów pytań:

1. dychotomiczne,
2. otwarte,
3. wielokrotnego wyboru,
4. z wykorzystaniem 5 stopniowej skali Likerta.

Badanie przeprowadzono w dniach od 22.03.2024 r. do 15.04.2024 r., a do obliczenia wyników badań wykorzystano program Microsoft Excel. Liczebność próby wyniosła 472 osoby.

3. Wyniki badań

Wśród badanej grupy 61,7% stanowili mężczyźni, kobiety natomiast stanowiły 37,7% ankietowanych. Chęci udzielenia odpowiedzi na pytanie o płeć nie wyraziło 0,6% respondentów. Znaczna większość ankietowanych znalazła się w przedziale wiekowym 18 – 22 lata, co odpowiada 67% uczestników badania. Charakterystykę próby badawczej przedstawiono w tabeli 1.

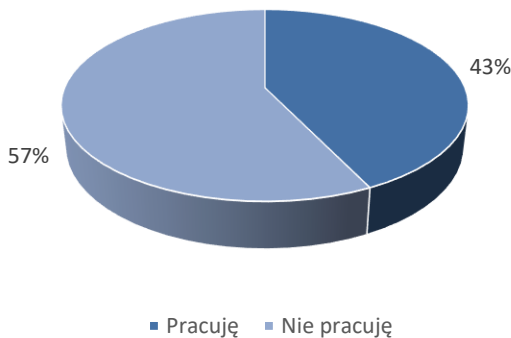
Tab. 1. Charakterystyka grupy badawczej

Zmienna	Charakterystyka
Płeć	Kobieta – 37,7% (178) Mężczyzna - 61,7% (291) Wolę nie odpowiadać - 0,6% (3)
Wiek	18 – 22 lata – 67% (316) 22 – 26 lat – 30% (142) 26 – 30 lat – 1,7% (8)

Zmienna	Charakterystyka
	Powyżej 30 lat – 1,3% (6)
Wydział	Wydział Inżynierii Zarządzania - 26,5% (125) Wydział Budownictwa i Nauk o Środowisku - 28% (132) Wydział Informatyki – 26,9% (127) Wydział Mechaniczny – 14,8% (70) Wydział Architektury – 3,6% (17) Wydział Elektryczny – 0,2% (1)
Rok studiów	I – 53,8% (254) II – 17,6% (83) III – 20,8% (98) IV – 4,4% (21) V – 3,4% (16)

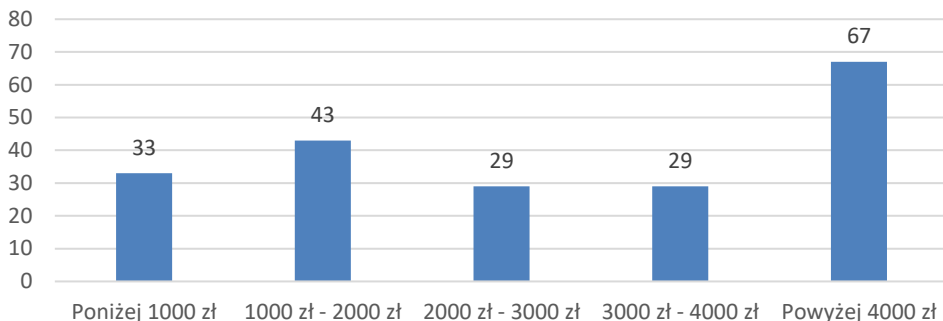
Źródło: opracowanie własne na podstawie badania ankietowego Portfele Studentów PB 2024.

Studentom zadano pytanie o to, czy pracują (Rys. 1) oraz ile wynosi ich miesięczny dochód netto (Rys. 2). Ponad połowa ankietowanych (270) odpowiedziała, że nie są czynni zawodowo. Spośród pracujących studentów największy odsetek stanowiły osoby, których miesięczny dochód netto wynosił ponad 4000 zł. Takiej odpowiedzi udzieliło 67 osób.



Rys. 1. Pracujący i niepracujący studenci

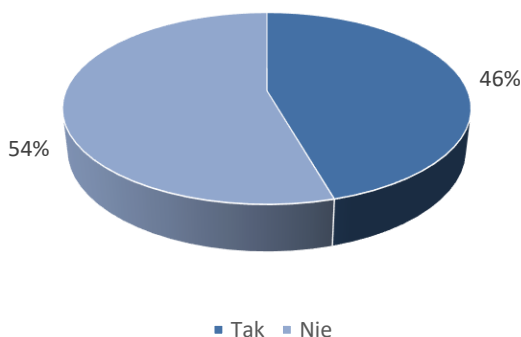
Źródło: opracowanie własne na podstawie badania ankietowego Portfele Studentów PB 2024.



Rys. 2. Miesięczny dochód netto badanych studentów

Źródło: opracowanie własne na podstawie badania ankietowego Portfele Studentów PB 2024.

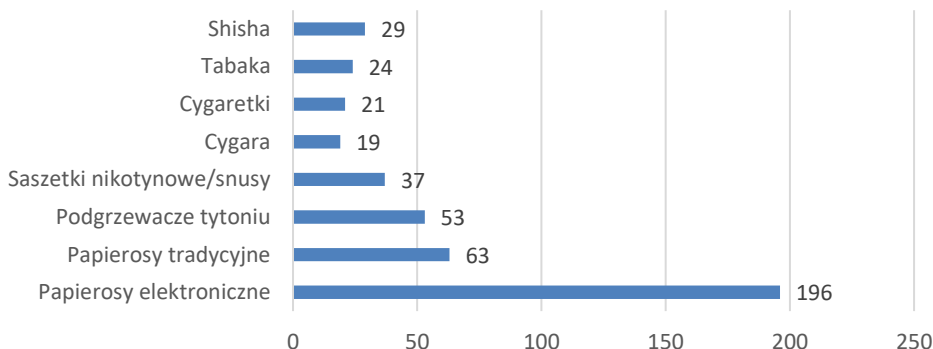
Następnie zadano istotne dla badania pytanie o to, czy respondenci korzystają z jakichkolwiek produktów zawierających nikotynę. Większość badanych (257 osób) odpowiedziała przecząco na to pytanie (Rys. 3).



Rys. 3. Studenci korzystający i niekorzystający z produktów zawierających nikotynę

Źródło: opracowanie własne na podstawie badania ankietowego Portfele Studentów PB 2024.

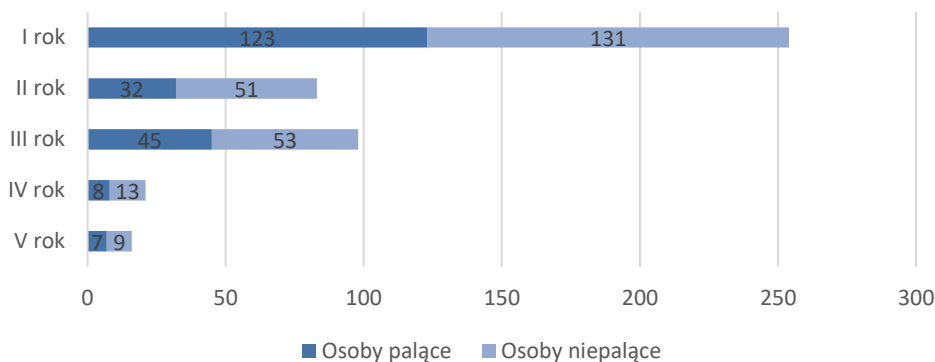
Badani, którzy odpowiedzieli twierdząco na powyższe pytanie, zostali poproszeni o wskazanie z jakich produktów zawierających nikotynę korzystają. Zdecydowanym liderem w odpowiedziach okazały się papierosy elektroniczne, z których korzysta 196 respondentów, czyli prawie wszyscy ankietowani „palacze” (Rys. 4).



Rys. 4. Produkty zawierające nikotynę, których używają studenci

Źródło: opracowanie własne na podstawie badania ankietowego Portfele Studentów PB 2024.

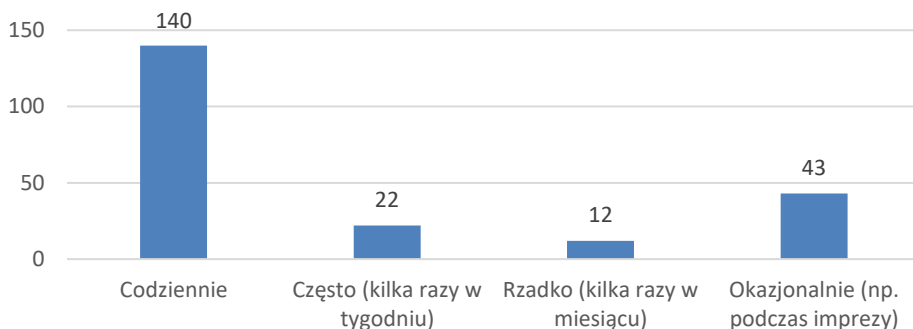
Na podstawie otrzymanych wyników ustalono, że najwięcej palących studentów jest na pierwszym roku. Na poszczególnych latach studiów stosunek osób palących i niepalących jest dość wyrównany, jednak w każdym przypadku przeważały osoby niekorzystające z produktów zawierających nikotynę (Rys. 5).



Rys. 5. Stosunek palących i niepalących studentów na różnych etapach studiowania

Źródło: opracowanie własne na podstawie badania ankietowego Portfele Studentów PB 2024.

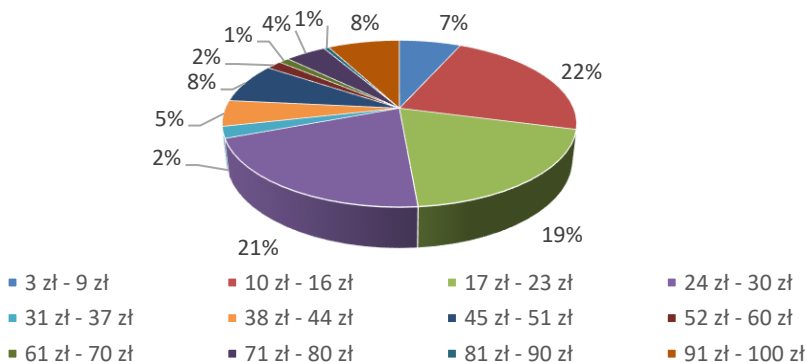
Na pytanie o częstotliwość korzystania z produktów zawierających nikotynę spośród badanych „palaczy”, aż 140 osób odpowiedziało, że korzysta codziennie (Rys. 6).



Rys. 6. Częstotliwość korzystania z produktów zawierających nikotynę

Źródło: opracowanie własne na podstawie badania ankietowego Portfele Studentów PB 2024.

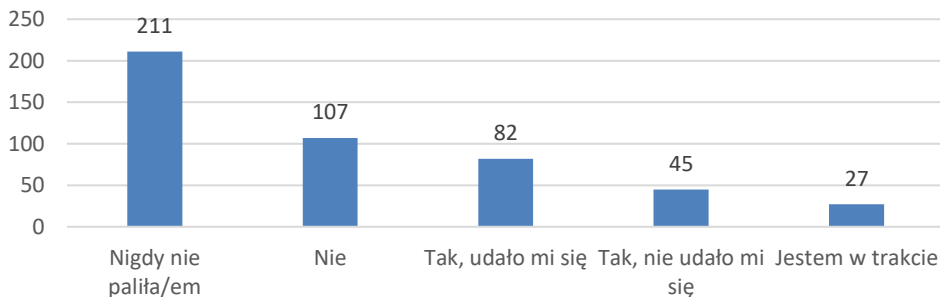
Badani zostali poproszeni o podanie kwoty (w złotych) jaką tygodniowo wydają na produkty zawierające nikotynę (Rys. 7). Najwięcej odpowiedzi oscylowało w przedziałach: 10 zł – 16 zł (40 odpowiedzi) oraz 24 zł – 30 zł (37 odpowiedzi). Warto zauważyć, że w skali miesiąca wydatki te pozostają cztery-pięć razy wyższe, a więc 100 – 200 zł.



Rys. 7. Tygodniowy koszt zakupu produktów zawierających nikotynę ponoszony przez studentów

Źródło: opracowanie własne na podstawie badania ankietowego Portfele Studentów PB 2024.

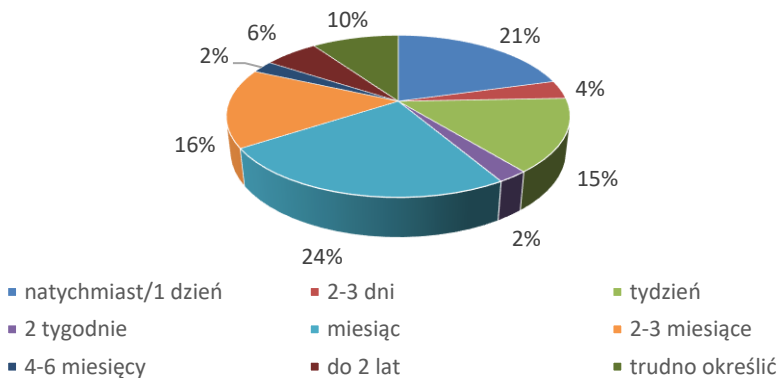
Osoby palące, zauważając negatywne skutki korzystania z produktów zawierających nikotynę, podejmują działania w kierunku ograniczenia lub całkowitego zaprzestania ich używania. Badani studenci w odpowiedzi na pytanie o ten aspekt w większości odpowiedzieli, że nie podejmowali takich prób (Rys. 8). Zaledwie 27 spośród nich jest w trakcie „rzucania” palenia.



Rys. 8. Podejmowanie próby ograniczenia lub całkowitego zaprzestania korzystania z produktów zawierających nikotynę

Źródło: opracowanie własne na podstawie badania ankietowego Portfele Studentów PB 2024.

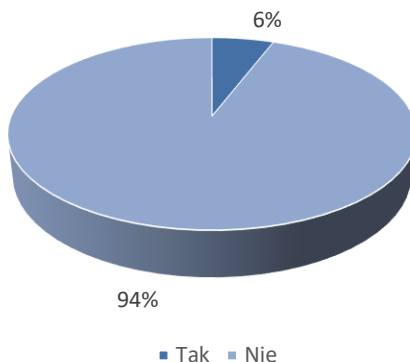
Sporo osób uzależnionych ma problem z szybkim zaprzestaniem korzystania z produktów zawierających nikotynę. Badani, którzy „rzucili” palenie otrzymali pytanie, ile czasu im to zajęło (Rys. 9).



Rys. 9. Okres, w jakim badanym udało się ograniczyć lub całkowicie zaprzestać korzystania z produktów zawierających nikotynę

Źródło: opracowanie własne na podstawie badania ankietowego Portfele Studentów PB 2024.

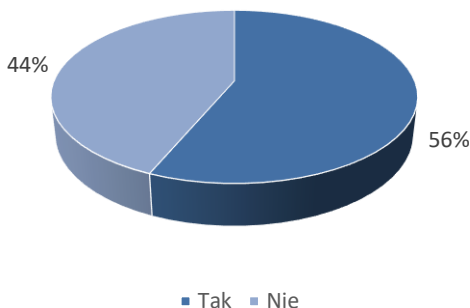
Osoby korzystające z produktów zawierających nikotynę próbują w walce z nałogiem wspomóc się farmakoterapią – różnymi środkami, takimi jak tabletki czy plastry. Spośród badanych studentów, tylko 12 osób korzystało z takich produktów (Rys. 10).



Rys. 10. Korzystanie z farmakoterapii podczas próby „rzucania palenia”

Źródło: opracowanie własne na podstawie badania ankietowego Portfele Studentów PB 2024.

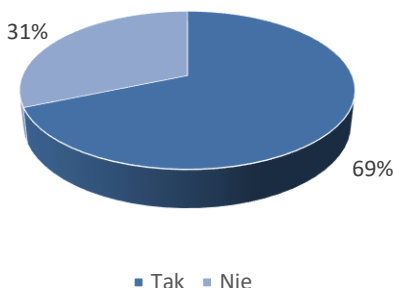
Życie studentów często wiąże się z dużą ilością stresu. Z tego też powodu zostało zadane pytanie o to, czy badani odczuwają potrzebę „palenia” w sytuacjach stresowych. Większość „palaczy” odpowiedziała twierdząco na to pytanie (Rys. 11).



Rys. 11. Odczuwanie potrzeby palenia w sytuacjach stresowych

Źródło: opracowanie własne na podstawie badania ankietowego Portfele Studentów PB 2024.

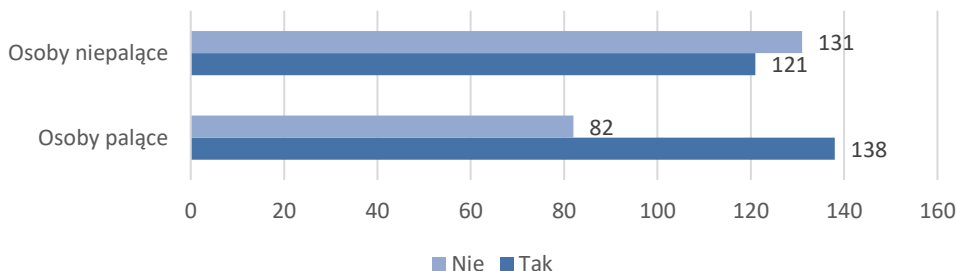
Podczas przerw między zajęciami można zauważyć grupy palących studentów, znajomych i nieznajomych. Taki widok może nasuwać pytanie, czy „palacze” korzystają z produktów zawierających nikotynę głównie w towarzystwie innych „palaczy” (Rys. 12). Wśród badanych studentów znaczna większość pali wraz z innymi (151).



Rys. 12. Czy studenci palą papierosy głównie w towarzystwie innych palaczy

Źródło: opracowanie własne na podstawie badania ankietowego Portfele Studentów PB 2024.

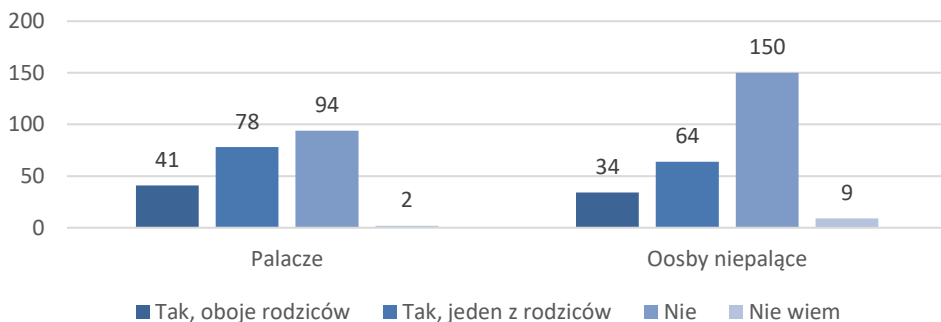
Studentom zostało zadane również pytanie o to, czy uważają, że towarzystwo palaczy ma wpływ na rozwój uzależnienia od nikotyny (Rys. 13). Zdecydowana większość palaczy odpowiedziała twierdząco, podczas gdy większość osób niepalących stwierdziła, że nie ma to wpływu na rozwój uzależnienia.



Rys. 13. Czy towarzystwo palaczy ma wpływ na rozwój uzależnienia od nikotyny

Źródło: opracowanie własne na podstawie badania ankietowego Portfele Studentów PB 2024.

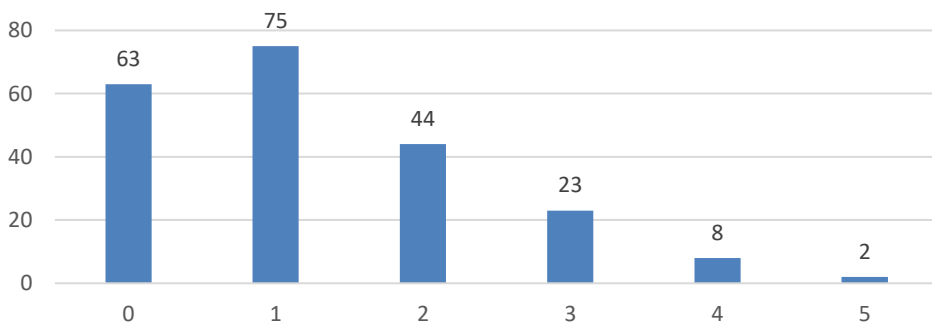
Badanym zostało zadane pytanie o to, czy ich rodzice są lub byli nałogowymi palaczami. Rozkład odpowiedzi na to pytanie został zaprezentowany na rys. 14 i jak widać zdecydowana przewaga odpowiedzi na tak jest w grupie palących. Osoby niepalące w zdecydowanej większości mają niepalących rodziców.



Rys. 14. Czy rodzice badanych studentów są lub byli nałogowymi palaczami

Źródło: opracowanie własne na podstawie badania ankietowego Portfele Studentów PB 2024.

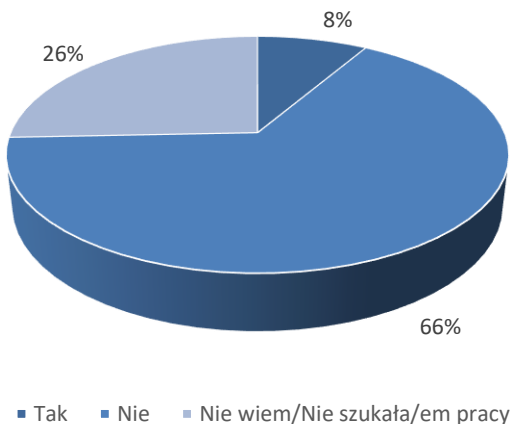
Osobom palącym spośród badanych studentów zadano pytanie, jak bardzo zakup produktów zawierających nikotynę wpływa na ich budżet (Rys. 15). Zdecydowana większość nie odczuwała wpływu tych zakupów lub odczuwała go w bardzo niskim stopniu, co świadczyć może o nieświadomym traktowaniu tych wydatków jako podstawowych.



Rys. 15. Wpływ zakupu produktów zawierających nikotynę na budżet palących studentów

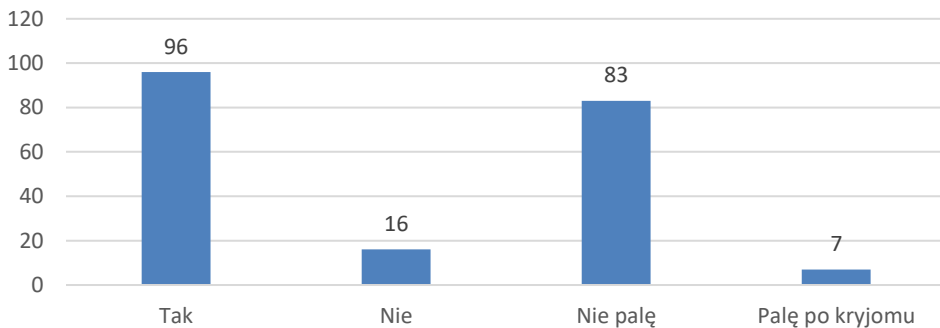
Źródło: opracowanie własne na podstawie badania ankietowego Portfele Studentów PB 2024.

Respondenci zostali również zapytani o to, czy szukając pracy spotkali się z wymogiem niepalenia (Rys. 16). W przypadku 8% studentów szukających pracy pracodawca postawił taki wymóg. Osoby pracujące zostały również poproszone o odpowiedź na pytanie, czy ich pracodawca pozwala na „przerwę na papierosa” (Rys. 17). Okazuje się, że w większości jest takie przyzwolenie, jednak są też sytuacje palenia „po kryjomu”.



Rys. 16. Wymogi pracodawcy w kwestii palenia podczas szukania pracy przez studentów

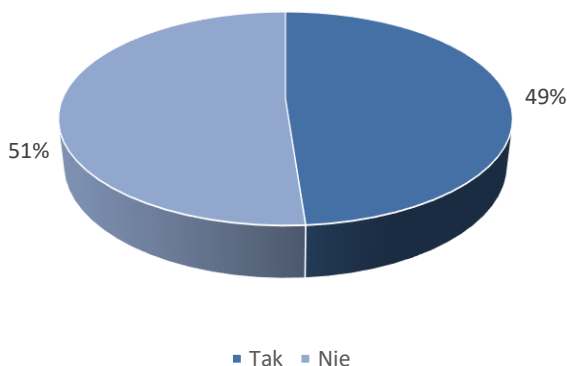
Źródło: opracowanie własne na podstawie badania ankietowego Portfele Studentów PB 2024.



Rys. 17. Czy pracodawca pozwala na „przerwę na papierosa”

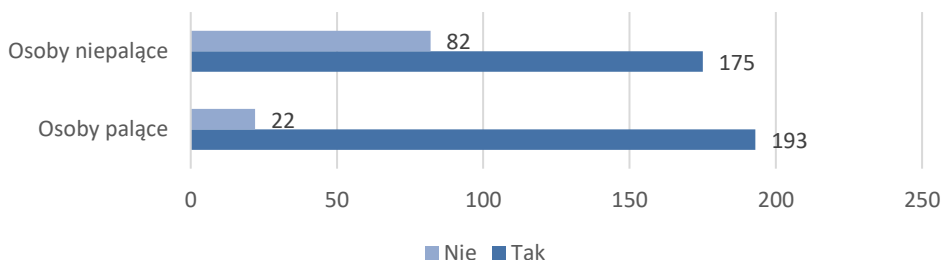
Źródło: opracowanie własne na podstawie badania ankietowego Portfele Studentów PB 2024.

Kluczowym pytaniem w środowisku palących badanych było to, czy uważają się za osoby uzależnione od nikotyny. Wśród nich nieznaczna większość (51%) stwierdziła, że nie są uzależnione (Rys. 18).



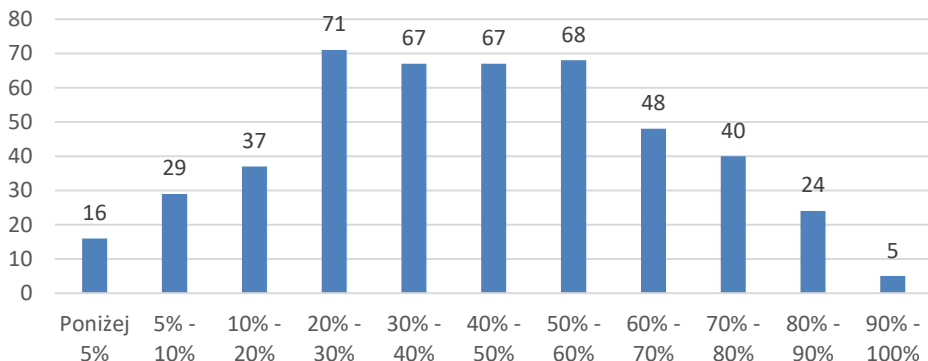
Rys. 18. Odsetek palaczy, którzy uważają lub nie uważają się za osoby uzależnione od nikotyny
Źródło: opracowanie własne na podstawie badania ankietowego Portfele Studentów PB 2024.

Badani zostali także poproszeni o wskazanie, czy ich zdaniem administracja Politechniki Białostockiej stwarza odpowiednie warunki dla zapewnienia bezpieczeństwa osobom niepalącym. Zdecydowana większość respondentów uważa, że takie warunki są zapewnione (Rys. 19).



Rys. 19. Rozkład odpowiedzi na pytanie: „Czy Twoim zdaniem administracja poszczególnych budynków PB stwarza odpowiednie warunki dla zapewnienia bezpieczeństwa osobom niepalącym?”
Źródło: opracowanie własne na podstawie badania ankietowego Portfele Studentów PB 2024.

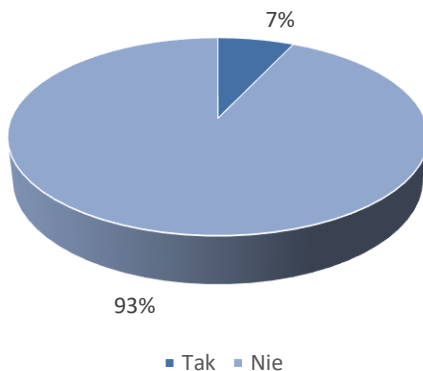
Studenci zostali również poproszeni o wskazanie, jaki ich zdaniem procent grupy ćwiczeniowej stanowią osoby palące. Największa ilość respondentów wskazała przedział 20% - 30% (Rys. 20).



Rys. 20. Procent palaczy w grupach ćwiczeniowych badanych studentów

Źródło: opracowanie własne na podstawie badania ankietowego Portfele Studentów PB 2024.

Na koniec zostało również zadane pytanie o to, czy podczas kształcenia na Politechnice Białostockiej, badani studenci mieli okazję uczestniczyć w prelekcji lub innej formie komunikacyjnej poświęconej szkodliwości wyrobów tytoniowych oraz profilaktyki chorób z nimi związanych. Tylko 7% respondentów uczestniczyła w takiej formie zajęć (Rys. 21).



Rys. 21. Odsetek studentów, którzy mieli bądź nie mieli okazji uczestniczyć w jakiegokolwiek formie komunikacyjnej poświęconej szkodliwości wyrobów tytoniowych oraz profilaktyki chorób z nimi związanych

Źródło: opracowanie własne na podstawie badania ankietowego Portfele Studentów PB 2024.

4. Dyskusja wyników

Uzależnienie od nikotyny to jeden z głównych problemów społeczno-zdrowotnych XXI wieku szczególnie dotkliwy dla młodego pokolenia. Według badań w krajach Unii Europejskiej w 2013 r. ponad 172 tys. 15-latków było od umiarkowanie do wysoce uzależnionych od nikotyny. To stanowiło 35% 15-letniej populacji palącej, a 3% wszystkich 15-latków w UE. Grupy ryzyka uzależnienia od nikotyny w całej populacji obejmowały mężczyzn, starszych nastolatków, nastolatków z niższym poziomem osiągnięć akademickich oraz nastolatków z palącymi rodzicami lub przyjaciółmi. Wśród palących codziennie grupy ryzyka dotyczyły osób o niższym poziomie osiągnięć akademickich, wyższym spożyciu papierosów lub w młodszym wieku [Coban i in., 2019]. Polskie badania przynoszą podobne wyniki, według Raportu Głównego Inspektoratu Sanitarnego w grupie wiekowej 15-19 lat, mniej niż co setny mężczyzna oraz 3% kobiet przyznaje się do regularnego palenia. Odsetek palących mężczyzn wzrasta niemal proporcjonalnie wraz z wiekiem. Najwyższy odsetek palących mężczyzn jednak obserwuje się wśród 40-latków (34%).

Wśród nałogowych palaczy, najwięcej ma wykształcenie zasadnicze zawodowe (32% mężczyzn oraz 26% kobiet). Najrzadziej natomiast palą osoby z wyższym wykształceniem (18% mężczyzn, 11% kobiet). Ponadto czynnikiem determinującym palenie jest, oprócz płci, wieku czy wykształcenia, także sytuacja materialna. Nałogowi palacze przeważają wśród osób określających swoją sytuację materialną jako złą (25% ogółu). Wśród kobiet i mężczyzn, najwięcej palących jest wśród bezrobotnych (34% ogółu) oraz gospodyń domowych (39%). I co ważne w raporcie wskazano, że na bierne palenie najbardziej jesteśmy narażeni na przystankach komunikacji miejskiej - 11% badanych deklaruje, że było narażonych na dym tytoniowy w tych właśnie miejscach. Ponadto nadal jesteśmy narażeni na dym papierosowy w takich miejscach jak: miejsce pracy, lokale gastronomiczne, kluby muzyczne [Postawy Polaków wobec palenia tytoniu – Raport 2019 r.]. Nowsze badanie dotyczące nastolatków w Polsce pokazuje, że 9,2% nastolatków codziennie pali tradycyjne papierosy, 40 % młodzieży spotyka się z różną formą reklamy lub promowania wyrobów nikotynowych. Aż 70 proc. młodzieży używającej nikotyny nie otrzymała żadnego wsparcia w wyjściu z nałogu [Rekomendacje, 2020].

Wyniki badania uzależnienia od nikotyny i produktów ją zawierających w ramach cyklu Portfele Studentów PB pozwalają optymistycznie ocenić sytuację w porównaniu z danymi ogólnopolskimi. Porównując wyniki z badaniem Centrum Badań Opinii Społecznej z 2019 roku zauważamy, że wśród wtedy badanych znalazło się 31% palących mężczyzn [Raport Postawy Polaków, 2019, s. 3]. W badaniu Portfele

Studentów PB, w tym gronie znalazło się 27% przedstawicieli płci męskiej. W badaniu CBOS pojawiło się 21% palących kobiet, a w przypadku badania Portfeli Studentów PB było to 18%. Inne badania pokazują, że młodzi ludzie odznaczają się wysoką motywacją do rzucenia nałogu [Szwed A., 2012, s. 516-522]. Badanie wśród studentów PB również pokazało, że wielu młodych ludzi jest w stanie natychmiast zaprzestać korzystania z produktów zawierających nikotynę, gdy tylko podejmą taką decyzję. Buduje to pozytywny obraz ludzi rozpoczynających dorosłe życie z troską o swoje zdrowie i finanse.

Podsumowanie

Przeprowadzone badanie skłania do zaakcentowania następujących problemów:

- większość badanych studentów nie korzysta z produktów zawierających nikotynę;
- najczęściej palących wskazało papierosy elektroniczne jako główny używany produkt nikotynowy, zdecydowana większość codziennie korzysta z produktów zawierających nikotynę;
- wydatki na zakup produktów nikotynowych w skali miesiąca sięgają nawet do 120 złotych, choć większość respondentów wskazała ich niski wpływ na swój budżet;
- większość spośród palących, którzy podjęli próbę zaprzestania palenia, zajęło to 1 miesiąc, sporej grupie udało się to od razu;
- zaledwie 6% ankietowanych zdecydowało się na skorzystanie z farmakoterapii wspomagającej rzucenie nałogu;
- przyznanie się do uzależnienia nie jest łatwe, niewielki jest odsetek studentów, którzy potrafili przyznać się do tego, oznacza to niską świadomość problemu;
- według badanych administracja Politechniki Białostockiej stwarza odpowiednie warunki dla zapewnienia bezpieczeństwa osobom niepalącym.

W kontekście wyników i przeprowadzonego przeglądu literatury trzeba jednak podkreślić konieczność dalszych badań i prowadzenia akcji profilaktyczno-uświadamiającej także wśród studentów PB. Badanie pokazuje brak takich działań w Politechnice Białostockiej. Należy podkreślić, iż 93% badanych nie spotkało się podczas studiów z jakąkolwiek formą komunikacyjną poświęconą szkodliwości wyrobów tytoniowych oraz profilaktyki chorób z nimi związanych.

ORCID iD

Krystyna Zimnoch: <https://orcid.org/0000-0002-1900-9895>

Literatura

1. *Alcohol, e-cigarettes, cannabis: concerning trends in adolescent substance use, shows new WHO/Europe report*, <https://www.who.int/europe/news/item/25-04-2024-alcohol--e-cigarettes--cannabis--concerning-trends-in-adolescent-substance-use--shows-new-who-europe-report> [07.05.2024].
2. Benovitz N. L. (2010), *Nicotine Addiction*, The New England Journal of Medicine, 362, pp. 2295-2303.
3. Coban F. R., Kunst A. E., Van Stralen M. M., Richter M., Rathmann K., J , Perelman Alves J., Federico B., Rimpelä A., Lorant V., Kuipers M. A. G. (2019), *Nicotine dependence among adolescents in the European Union: How many and who are affected*, Journal of Public Health, 41(3), pp. 447-455.
4. Czaderny K. (2017), *Uwarunkowania skłonności do palenia papierosów. Wyniki modelowania równań strukturalnych*.
5. Czerniawska M., Szydło J. (2021), *Do Values Relate to Personality Traits and if so, in What Way? – Analysis of Relationships*, Psychology Research and Behavior Management. 14, s. 511-527.
6. Czyż R., Kowalczyk B., Górniak I. (2016), *Uzależnienie od tytoniu a motywacja do zerwania z nałogiem – badanie sondażowe palących studentów z wrocławskich uczelni wyższych*, Journal of Education, Health and Sport, 6(11), pp. 341-351.
7. https://www.who.int/europe/health-topics/tobacco#tab=tab_1 [15.04.2024].
8. Hublet A., Bendtsen P., de Looze M. E. et al. (2015), *Trends in the co-occurrence of tobacco and cannabis use in 15-year-olds from 2002 to 2010 in 28 countries of Europe and North America*. Eur J Public Health, 25(2), 73-75.
9. *Postawy Polaków wobec palenia tytoniu – Raport 2019 r.*, <https://www.gov.pl/web/gis/postawy-polakow-wobec-palenia-tytoniu--raport-2019>, [10.05.2024].
10. *Prewencja chorób u pacjentów palących papierosy – stanowisko ekspertów* (2022), <https://www.termedia.pl/poz/Prewencja-chorob-u-pacjentow-palacych-papierosy-stanowisko-ekspertow,49174.html> [07.05.2024].
11. Bałwicki Ł. (red.), *Rekomendacje w zakresie ochrony dzieci i młodzieży przed konsekwencjami używania produktów nikotynowych*, Warszawa 2020. <https://www.pzh.gov.pl/wp-content/uploads/2020/12/Raport-koncowy-26.11.2020-1-po-G-i-po-M-2.pdf> [10.05.2024].
12. Sawicka K., Łuczyk R., Zięba K., Łuczyk M., *Poziom uzależnienia od nikotyny oraz motywacja do zaprzestania palenia tytoniu w wybranej grupie Polaków*, Journal of Education, Health and Sport, 5(8), s. 395-416.

13. Sockrider M, Rosen J. B. (2016), *Prevention of Smoking Initiation in Children and Adolescents*, <http://www.uptodate.com/contents/prevention-of-smoking-initiation-in-children-and-adolescents>.
14. Świerczewski K., Palenie papierosów, Komunikat z badań, https://cbos.pl/SPI-SKOM.POL/2019/K_104_19.PDF [28.04.2024]
15. Szwed A. (2012), *Ocena stopnia motywacji i uzależnienia od nikotyny u palaczy podejmujących próbę zerwania z nałogiem*, *Pneumonologia i Alergologia Polska*, 80(6), s. 516-522.
16. *Tobacco control and the sustainable development goals* (2017), <https://www.who.int/europe/publications/m/item/tobacco-control-and-the-sustainable-development-goals> [07.05.2024]
17. Wróblewski F., Żegarski P., Szydło J. (2022), *Wykorzystanie czasu wolnego przez studentów Politechniki Białostockiej*, *Akademia Zarządzania*, 6(2), s. 307-326.

Nicotine addiction among students of Białystok University of Technology – in the light of studies Student Portfolios PB 2024

Abstract

Over the years, addiction to nicotine and products containing it has become a common problem faced by the entire world population. The use of tobacco products has tragic consequences - on average 8 million people die each year. They often constitute a considerable expense that depletes the budget of addicts. The aim of the article is to assess the level of use of products containing nicotine and their impact on the health and finances of students of the Białystok University of Technology, as well as to draw attention to the harmfulness of these products. The results of the Student Portfolios PB 2024 study were used for the analysis. Almost 46% of respondents use products containing nicotine, and over 65% of them do it every day. The vast majority of students feel the need to smoke in stressful situations. Nearly half of the respondents use electronic cigarettes, which have not been thoroughly examined, and which have been gaining increasing interest among smokers for a long time, most of whom do not consider themselves addicted to nicotine.

Key words

nicotine, college students, addiction, health