

**Негативное влияние электронных сигарет на здоровье студентов высших учебных заведений**

*Джамаева Дилара Ринатовна*

*Студент (специалист)*

Ульяновский государственный университет, Институт медицины, экологии и физической культуры, Ульяновск, Россия

*E-mail: dzhamaeva.dilyara@mail.ru*

**Актуальность исследования:** в настоящее время большинство молодых людей отдают предпочтение электронным сигаретам, полагая, что данный вид девайса безопаснее обычных сигарет. Современные научные исследования не только подтверждают развитие стойкой зависимости, но и обосновывают влияние вейпов на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, а также доказывают деструктивные изменения в структурах головного мозга вследствие нарушения гематоэнцефалического барьера.

**Цель исследования:** выявить и оценить отклонения в функционировании сердечно-сосудистой системы у студентов, использующих электронную систему доставки никотина

**Материалы и методы:** Респонденты прошли онлайн анкету в Google Forms, состоящую из оценки анамнеза электронного курения, отклонения в функционировании сердечно-сосудистой системы, оценки мотивации бросить курить по шкале оценки степени готовности к отказу от курения. Полученные данные анализировались на основе приложения Microsoft Excel, также производилась статистическая обработка.

**Результаты:** всего в исследовании приняли участие 95 студентов в возрасте 17–24 лет. Исследование включало анкетирование молодых людей данной возрастной группы. Результаты опроса показали, что 40,2 % респондентов не имеют вредных привычек, 59,8 %— курят, а 23,4 % молодых людей, злоупотребляющих табакокурением, отдают предпочтение использованию электронных парогенераторов, утверждая, что обычные сигареты имеют неприятный запах и вкус. Следует отметить, что курение электронной сигареты является преимущественным выбором среди девушек — 78,6 %. В результате анкетирования были сформированы 2 группы: основная — студенты, использующие вейпы на постоянной основе, контрольная — ведущие здоровый образ жизни. Отсутствие контроля со стороны родителей и влияние окружающих с сигаретой увеличивает интерес к табакокурению.

**Выводы:** по результатам опроса больше половины респондентов имеют проблемы с работой сердечно-сосудистой системы. Наиболее распространённой жалобой является одышка при лёгкой физической активности (61%), далее — повышенное артериальное давление (37%). Важно помнить, что любые виды сигарет — это зависимость, которая приводит к бесконтрольному использованию данных устройств и, как следствие, к развитию заболеваний органов сердечно-сосудистой и дыхательной систем у населения, в том числе у молодежи. Необходимо заложить негативное отношение к никотиновой зависимости, а также помочь развитию критического отношения к своему здоровью у молодого поколения.

**Источники и литература**

- 1) 1. Михайловский А.И., Войцеховский В.В., Лучникова Т.А. Влияние жидкостей для электронных сигарет на дыхательную систему человека, клинические наблюдения человека с EVALI — Благовещенск, 2022. — 93–98 с. 2. Скворцова Е.С., Мамченко М.М. Курение электронных сигарет как медико-социальная проблема. — Профилактическая медицина, 2023. — Том 24, № 8. — 89–94 с. 3. Толмачев Д.А., Шаймарданова

А.А., Жукова А.А. Влияние электронных сигарет на дыхательную систему студентов // Дневник науки. - 2024 - №2 - С. 6