

بررسی شیوع استعمال سیگار در دانش آموزان دبیرستانی شهر زابل در سال ۱۳۸۱

محمدرضا گودرزی: مربی و عضو هیات علمی دانشکده علوم پزشکی زابل
مریم حیدری: مربی و عضو هیات علمی دانشکده علوم پزشکی زابل
اسحق ایلدر آبادی: مربی و عضو هیات علمی دانشکده علوم پزشکی زابل

خلاصه:

استعمال دخانیات یکی از عوامل مهم مرگ و میر است که به طور مستقیم و غیرمستقیم در بروز اغلب بیماری‌ها تاثیرگذار است. درحالی که این فاکتور جز عوامل قابل پیشگیری بوده و با آموزشهای صحیح می‌توان از اثرات آن در جامعه جلوگیری کرد.

علی‌رغم کاهش نسبی استعمال دخانیات در بالغین جوامع صنعتی، استعمال این ماده مضر در بین نوجوانان روبه افزایش است و برای مداخله موثر جهت پیشگیری از استعمال دخانیات باید بیش از هر چیز به علل گرایش به این ماده توجه کافی کرد. براساس مطالعات انجام شده مهمترین عوامل مشترکی که می‌تواند باعث گرایش به استعمال دخانیات گردد شامل: سن، جنس، نژاد، کاهش اعتماد به نفس، فعالیت فیزیکی، سیگاری بودن والدین و وضعیت اقتصادی اجتماعی می‌باشد.

این پژوهش یک مطالعه توصیفی - تحلیلی است که به بررسی شیوع استعمال دخانیات در دانش آموزان دبیرستانی شهر زابل پراخته است. تعداد ۹۰۰ نفر از دانش آموزان دبیرستانی به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب شدند و ابزار گردآوری اطلاعات شامل پرسشنامه‌ای بود که براساس توصیه مرکز سلامت قلب و عروق آمریکا برای بررسی علل گرایش به سیگار در نوجوانان طراحی شده بود. بخش اول پرسشنامه شامل اطلاعات دموگرافیک و بخش دوم مربوط به اطلاعات لازم

درمورد علل گرایش به استعمال دخانیات بود. یافته‌های پژوهش نشان داد که شیوع استعمال دخانیات در کل جامعه پژوهش ۰/۷ درصد، میزان افراد سیگاری در بین دختران صفر درصد و دخترانی که سیگار را تجربه کرده‌اند ۱/۸ درصد بوده است. در بین پسران ۱/۳ درصد سیگاری و ۲/۷ درصد کشیدن را تجربه کرده‌اند. همچنین نتایج حاکی از آن است که بیشترین علل گرایش به استعمال دخانیات رفاقت با دوستان سیگاری با ۲۷/۸ درصد، تفریح و تنوع طلبی ۱۶/۷ درصد، داشتن والدین سیگاری ۱۶/۷ درصد جز عوامل مهم مشترک گرایش به استعمال دخانیات است.

ضمن اینکه اغلب افراد سیگاری فعالیت خاص فیزیکی نیز نداشتند. نتایج حاصل نشان می‌دهد که شیوع استعمال دخانیات در پسران بیشتر از دختران بوده و آزمونهای آماری با $P < 0/001$ اختلاف معنی‌داری را بین دو جنس نشان می‌دهد و براساس نتایج حاصله توجه به علل مشترک استعمال دخانیات به عنوان کلید پیشگیری از گرایش نوجوانان به مصرف این ماده سمی قلمداد می‌شود. توصیه به ورزش، دوری جستن از دوستان سیگاری فراهم کردن تفریحات سالم برای نوجوانان، اصلاح الگوهای جامعه مثل نکشیدن سیگار توسط والدین و هنرپیشگان در حضور نوجوانان از راهکارهای پیشنهادی می‌باشد.

۱۴۶ در هزار، چپق و قلیان در مردان ۲۷۲ و در زنان ۲۴ در هزار، این تعداد در شهر ۱۵۳ و در روستا ۱۲۵ در هزار بوده است (۱). مطالعه‌ای که در تهران انجام شد حاکی از آن است که ۳۲/۹٪ از مردان و ۸/۷٪ از زنان بالای ۲۰ سال دخانیات مصرف می‌کنند (۲).

این سؤال مطرح است که با توجه به عوارض خطرناک استعمال دخانیات این مشکل بهداشتی چگونه قابل حل است. پیشگیری از شیوع استعمال دخانیات می‌تواند کمک مهمی به سلامت جامعه و کاهش هزینه‌های مصرف نماید. مهمترین راه پیشگیری از این مشکل شناخت علل مشترک گرایش به استعمال سیگار است. با بدست آوردن این اطلاعات می‌توانیم با مداخله به موقع بخشی از افزایش تعداد افراد سیگاری جلوگیری کنیم. مطالعات گوناگونی در مورد استعمال دخانیات انجام گرفته است اما به سختی می‌توان علل مشترکی را در بین نوجوانان جهت گرایش به مصرف سیگار پیدا نمود. مهمترین عوامل مشترکی که در این تحقیقات مورد توجه قرار گرفته است شامل: اعتماد به نفس پایین، کم بودن فعالیت فیزیکی، وضعیت اقتصادی اجتماعی خانواده، الگو قرار دادن والدین و هنرپیشه‌ها و افراد مهم، سن، جنس، داشتن دوستان و رفقای سیگاری می‌باشد. پایین بودن اعتماد به نفس یکی از عوامل مهم و قابل توجه در گرایش نوجوانان به استعمال سیگار است. نوجوان با کشیدن سیگار می‌خواهد خود را به عنوان یک فرد بالغ و مستقل معرفی کند. مطالعات نشان می‌دهد از آنجائیکه دختران بیشتر از پسران دچار کمبود اعتماد به نفس هستند، میزان گرایش به سیگار دختران به دلیل پایین بودن اعتماد به نفس بیشتر از پسران است (۳).

فعالیت فیزیکی یکی از رفتارهای سالم در کودکان و نوجوانان می‌باشد. افرادی که فعالیت فیزیکی خوبی دارند کمتر بترتیب عادات دیگر کشیده می‌شوند. در بین ورزشکاران تعداد افراد سیگاری بسیار کم است. اغلب تحقیقات نشان می‌دهد نوجوانان سیگاری اغلب فعالیت فیزیکی کمی دارند. نوجوانی که ورزش می‌کند شانس کمتری برای سیگاری شدن را دارد. در واقع ورزش یک عامل محافظ برای روی آوردن افراد به طرف سیگار است. دریالغینی که سیگاری هستند اغلب آنها از وضعیت اجتماعی پایینی برخوردارند. هرچند ارتباط کمی بین میزان شیوع اعتیاد به سیگار نوجوانان با وضعیت اقتصادی-اجتماعی آنها دیده می‌شود اما در اغلب مطالعات انجام شده به عنوان یکی از علل گرایش نوجوانان به سیگار قلمداد می‌شود (۴).

براساس تئوری یادگیری اجتماعی والدین سیگار به عنوان یک الگو می‌توانند باعث افزایش گرایش نوجوانان به

واژه‌های کلیدی: شیوع، علل گرایش، استعمال

دخانیات، نوجوانان

مقدمه:

براساس گزارش مرکز مطالعات رفتارهای خطرناک ایالات متحده آمریکا اگرچه استعمال دخانیات در بین جمعیت بزرگسال این کشور روبه کاهش است اما جوانان و نوجوانان بطور روزافزونی روی به استعمال این ماده خطرناک می‌آورند. مطالعات نشان می‌دهد که استعمال دخانیات از سال ۱۹۹۱ تا سال ۱۹۹۷ در بین نوجوانان افزایش چشمگیری داشته است. بطوری که در سال ۱۹۹۱ تعداد نوجوانان سیگاری در سفید پوستان ۳۰/۹ درصد، سیاه پوستان ۱۲/۶ درصد. اسپانیایی تبارها ۲۳/۳ درصد و در سایر نژادها ۲۷/۵ درصد گزارش شده است. این ارقام در سال ۱۹۹۷ به ترتیب ۳۹/۷، ۲۲/۷، ۳۴/۴ و ۳۶/۴ درصد گزارش شده است. که در مقایسه با سال ۱۹۹۱ افزایش چشمگیری را نشان می‌دهد (۳).

مصرف انواع دخانیات سالانه ۴ میلیون مرگ را به دنبال دارد (۴). طبق آمار سازمان بهداشت جهانی ۴۷٪ از مردان و ۱۲٪ از زنان در جهان (حدود ۱/۱ میلیارد نفر) دخانیات مصرف می‌کنند. که حدود یک سوم آن را جمعیت بالای ۱۵ سال تشکیل می‌دهند (۵).

در سال ۱۹۹۰ حدود ۱۴٪ از کل مرگها به علت مصرف دخانیات بوده است و در سال ۲۰۲۰ تخمین زده می‌شود که این میزان به ۱۷/۷٪ برسد. به این ترتیب بیشترین علت مرگ، مصرف انواع دخانیات بوده و سالانه حدود ۴ تا ۳ میلیون نفر در اثر مصرف سیگار جان خود را از دست می‌دهند. شیوع مصرف سیگار در بین زنان کشورهای در حال توسعه حدود ۰/۷ درصد در حالی که در کشورهای پیشرفته ۲۴٪ گزارش شده است (۴). یک سوم زنان و دو سوم مردان روسیه سیگاری می‌کشند، مصرف سیگار در جوانان و نوجوانان، خصوصاً دختران آن کشور در حال افزایش است. ۱۷/۳٪ از دانش‌آموزان در ایالت لوایزانا آمریکا سیگار مصرف می‌کنند و این مسئله در دانش‌آموزان کلاس دوازده حدود ۳۶/۱٪ بود، در دانش‌آموزان نوجوان نروژی این آمار ۴۰٪ می‌باشد (۵).

در ایران نیز مطالعات پراکنده‌ای در رابطه با استعمال دخانیات انجام گرفته است که حکایت از شیوع مصرف نسبتاً بالای این ماده سمی دارد. در استان فارس در سال ۱۳۷۰ میزان مصرف سیگار ۱۴۰ در هزار گزارش شده است. طبق آمار موجود در سال ۱۳۷۰ در ایران میزان مصرف سیگار

سیگار باشند. بنابر این سیگاری بودن والدین یا افراد خانواده، رفاقت با دوستان سیگاری، تقلید از هنرپیشگان سینمایی، تظاهر به کاهش دادن غم و غصه بوسیله سیگار کشیدن، خستگی از زندگی، تنوع طلبی و سرگرمی و جلب توجه دیگران از مهمترین عللی است که درگرایش نوجوانان به سیگار موثر است (۶).

با تکیه بر این اطلاعات مهمترین اهدافی که در این پژوهش دنبال می‌شود این است که شیوع افراد سیگاری در بین دانش‌آموزان متوسطه شهر زابل چقدر است؟ در بین افراد سیگاری چه علل مشترکی برای سیگاری شدن آنها وجود دارد؟

مواد و روش کار:

این پژوهش یک مطالعه توصیفی تحلیلی است که به منظور بررسی میزان شیوع و علل گرایش به استعمال دخانیات در نوجوانان دبیرستانی شهر زابل انجام گرفته است. روش نمونه‌گیری به روش خوشه‌ای تصادفی انجام گرفت. ابتدا کل دبیرستان‌های شهر مشخص سپس به دو خوشه بزرگ دخترانه و پسرانه تقسیم گردید. در بین دبیرستانهای هر گروه، از هر کلاس تعدادی نمونه انتخاب شد. تعداد نمونه‌های انتخاب شده ۹۰۰ نفر (۴۵۰ نفر دختر ۴۵۰ نفر پسر) بودند. ابزار جمع‌آوری اطلاعات پرسشنامه‌ای بود که بر اساس توصیه مرکز سلامت قلب و عروق آمریکا طراحی شده بود و تغییراتی با توجه به وضعیت خاص کشور مادران داده شد. قسمت اول پرسشنامه شامل اطلاعات دموگرافیک رشته تحصیلی، کلاس، جنس، شغل والدین، میزان تحصیلات والدین، تعداد فرزندان خانواده، درآمد ماهیانه خانواده بود. در این پژوهش در آمد ۱۵۰ هزار تومان در ماه به عنوان مرز خط فقر برای تعیین وضعیت اقتصادی اجتماعی مشخص گردید همچنین در پایان این قسمت این سوال پرسیده شده بود که آیا واقعا سیگار کشیدن رابرای بدن مضر میدانید؟

قسمت ب مربوط به وضعیت سیگارکشیدن و بررسی علل مشترک گرایش به سیگار بود. کسانی که بین ۱۰ تا ۱۰۰ نخ سیگار کشیده بودند جز افرادی که سیگار را تجربه کرده اند قلمداد می‌شدند و افرادی که بالای ۱۰۰ نخ سیگار کشیده و به سیگار کشیدن خود ادامه می‌دهند به عنوان سیگاری محسوب می‌شدند. جهت تجزیه و تحلیل‌های آماری از آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد.

یافته‌ها: یافته‌های حاصل از این پژوهش نشان داد که میانگین سنی نمونه‌ها ۱۵/۵ سال بود ۵۰٪ نمونه‌ها پسر و ۵۰٪ نمونه‌ها دختر بودند. ۶۵ درصد از افراد سیگاری و کسانی که سیگار را تجربه کرده اند از وضعیت اقتصادی اجتماعی متوسطی برخوردار بودند. و ۷۵٪ آنها معتقدند که سیگار کشیدن برای بدن مضر است. در بین نمونه‌ها دختر

سیگاری قهار وجود نداشت اما ۱۸ درصد از آنها سیگار کشیدن را تجربه کرده بودند. در بین پسران ۱/۳ درصد سیگاری قهار و ۲/۷ درصد سیگار را تجربه کرده بودند. در کل جامعه شیوع استعمال دخانیات به صورت حرفه‌ای ۰/۷ درصد و کسانی که تجربه سیگار کشیدن دارند ۲/۲ درصد می‌باشند. (جدول شماره ۱)

جدول شماره ۱- توزیع فراوانی مطلق و نسبی نمونه‌ها از نظر استعمال سیگار

جنس	فراوانی	سیگاری	درصد	تجربه سیگار	درصد	غیر سیگاری	درصد	جمع کل
مذکر	۶	۱/۳	۱۲	۲/۷	۴۳۲	۹۶	۴۵۰	
مؤنث	-	-	۸	۱/۸	۴۴۲	۹۸/۲	۴۵۰	
جمع	۶	۰/۷	۲۰	۲/۲	۸۷۴	۹۷/۱	۹۰۰	

در پسران رفاقت با دوستان سیگاری ۲۷/۸ درصد، داشتن والدین سیگاری ۱۶/۷ درصد، تفریح و تنوع طلبی ۱۶/۷ درصد، احساس غرور و بزرگی ۱۱ درصد، تقلید از هنرپیشگان و افراد معروف ۱۱ درصد، بیشترین درصد علل گرایش به سیگار کشیدن بود. این وضعیت به ترتیب در دختران ۲۵٪، ۱۲/۵٪، ۰٪، ۱۲/۵٪ و ۱۲/۵٪ بود. اغلب افراد سیگاری فعالیت ورزشی خاصی نداشتند. در مقایسه آماری شیوع استعمال دخانیات در پسران بیشتر از دختران و بین آنها اختلاف معنی‌دار آماری ($p < 0/001$) وجود داشت. (جدول شماره ۲)

جدول شماره ۲- توزیع فراوانی مطلق و نسبی علل گرایش به استعمال دخانیات

علل گرایش به سیگار	فراوان		پسر	
	تعداد	درصد	تعداد	درصد
داشتن والدین سیگاری	۱	۱۲/۵	۳	۱۶/۷
احساس غرور و بزرگی	-	-	۲	۱۱
تقلید از هنرپیشه‌ها	۱	۱۲/۵	۲	۱۱
رفاقت با دوستان سیگاری	۲	۲۵	۵	۲۷/۸
کاهش غم و غصه	۱	۱۲/۵	۱	۵/۶
خستگی از زندگی	۱	۱۲/۵	۱	۵/۶
جهت تفریح و تنوع طلبی	۲	۲۵	۳	۱۶/۷
جلب توجه دیگران	-	-	۱	۵/۶
سایر علل	-	-	-	-
جمع کل	۸	۱۰۰	۱۸	۱۰۰

بحث و نتیجه گیری:

با توجه به اهداف پژوهش نتایج نشان داد شیوع استعمال سیگار در بین دانش آموزان دبیرستانی شهر زابل ۷/۰٪ و دانش آموزانی که سیگار کشیدن را تجربه کرده اند ۲/۲ درصد می باشد. مقایسه نتایج این پژوهش با تحقیق مشابهی که در ایالات متحده آمریکا در بین نوجوانان ۱۰ تا ۱۵ سال در سال ۱۹۹۷ انجام گرفته است و شیوع استعمال سیگار را در نوجوانان سفید پوست ۷/۳۹٪، در سیاه پوستان ۷/۲۲٪، در اسپانیایی تبارها ۴/۳۴٪ و در سایر ملل ۴/۳۴٪ گزارش کرده است، نشان می دهد دانش آموزان زابلی بسیار کمتر از آمریکایی ها سیگار می کشند. براساس همین تحقیق حدود ۴/۷۰٪ سفید پوستان، ۴/۶۸٪ سیاه پوستان، ۷۵٪ اسپانیایی تبارها و ۲/۷۰٪ سایر ملل سیگار را تجربه کرده اند (۶). مقایسه آمارها نشان می دهد که خوشبختانه استعمال دخانیات بسیار کمتر از کشور آمریکا است. و این نکته مهمی است که فاکتورهای بازدارنده و نگرشهای تقویت مثبت در این مسئله چیست و با بهره گیری از نکات مثبت مانع از تغییر این نگرش شد. نتایج تحقیق نشان داد در بین دختران دبیرستانی شهر زابل سیگاری حرفه ای وجود ندارد این در حالی است که جمعیت دختران نوجوان سیگاری در آمریکا، روسیه و بسیاری از کشورهای پیشرفته رو به افزایش است. شاید دلیل این اختلاف قبیح بودن سیگار کشیدن در میان زنان ایرانی باشد. براساس تحقیقی که در استان فارس در رابطه با بررسی وضعیت مصرف انواع دخانیات انجام شد زنان بالغ نیز به میزان کمی از سیگار استفاده می کردند. اما بین زنان خانه دار در سطح بالایی استعمال قلیان وجود داشت. زیرا مصرف سیگار برای زنان به عنوان یک عادت زشت محسوب شده اما در مورد قلیان چنین تفکری وجود ندارد. این عادت امروزه به صورت یکی از وسایل پذیرایی در مهمانی ها در آمده است که نیاز به اصلاح دارد (۱).

مطالعات انجام شده در ایران نشان می دهد که سن شروع مصرف سیگار حدود ۲۲ تا ۲۳ سال است که از میانگین سنی جهان بیشتر است. در رابطه با علل گرایش استعمال سیگار در دانش آموزان دبیرستانی شهر زابل، رفاقت با دوستان سیگاری، داشتن والدین سیگاری، تفریح و تنوع طلبی، تقلید از هنرپیشه ها و افراد معروف، کاهش غم و غصه و احساس غرور و بزرگی بیشترین علت گرایش به استعمال سیگار بود.

این نتایج با تحقیقات مشابه تقریباً همخوانی دارد که اصلاح این فاکتورها در جامعه نیاز به بازنگری جدی دارد و نکته جالب توجه این است که دختران آمریکایی و یا روسی در نتیجه داشتن اعتماد به نفس پایین نسبت به پسران با

استعمال سیگار سعی در جبران این ضعف خود دارند، اما دختران ایرانی چنین تفکری را ندارند زیرا سیگار کشیدن دختر ایرانی موجب فخر و بزرگی در دختر ایرانی نخواهد شد. جامعه نیز چنین برداشتی را ندارد. در هر حال مصرف سیگار قابل پیشگیری ترین بیماری در جهان می باشد. در سیگار بیش از ۴۰۰۰ ماده خطرناک وجود دارد که باعث سرطان زایی و سرطان افزایشی شده و خاصیت کشندگی، تحرک و ایجاد جهش در سلول دارد (۳). مصرف دخانیات باعث ایجاد سرطان ها و انواع بیماریهای قلبی، گوارشی، تنفسی، روانی، جنسی و دیگر ارگانهای بدن می شود. سالیانه ۲۵ میلیون کودک نارس به علت مصرف سیگار توسط مادران آنها جان خود را از دست می دهند. ملیاردها دلار صرف هزینه تهیه سیگار و چندین برابر آن صرف اثرات زیانبارش می گردد. جا دارد مسئولین بهداشت درمان آگاهی های لازم و راهکارهای علمی را در اختیار افراد جامعه قرار داده و مردم نیز با همت خود جلوی مضرات و اثرات این ماده سمی و خطرناک را بگیرند.

تقدیر و تشکر:

پژوهشگر مراتب قدردانی خود را از همکاران، دانشجویان عزیز، مسئولین محترم آموزش و پرورش شهر زابل و مدیران مدارس که همکاری لازم را در این تحقیق داشته اند، اعلام می دارد.

منابع:

- ۱- میراحمدی زاده، علیرضا. کدیور، محمد رحیم. بررسی مصرف انواع دخانیات در استان فارس. مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی یاسوج، سال ۱۳۸۰ شماره ۲- ملک افضل، ح. احمدزاده، ز. بررسی استعمال دخانیات در ساکنین کوی سیزده آبان. مجله طب و تزکیه ۱۳۷۷، شماره ۳۱، ۵۲-۴۸
- 3- kessler .D. Nicotine addiction in young people. New England journal of medicine. 1995.(333).126-129
- 4-press Release WHO/23. Cigars and pipes as Iethal as cigarettes, says new European study. 1999
- 5- WHO Report. Tobacco epidemic: health dimensions. Tobacco is a greater cause of death and disability than any single disease. Revised 1998
- 6- Paul C.Lewis. Joanne S.Harrell. Cigarette use in Adolescents: The Cardiovascular Health in children and youth study. Resarch in nursing and Health. February 2001. 24(1), 27-36