

Palenie tytoniu i brak dbałości o należną masę ciała jako czynnik ryzyka chorób nowotworowych wśród studentów uczelni pogranicza

Jolanta Gładczuk 1/ Ewa Kleszczewska1/, Małgorzata Andryszczyk1/

1/ Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa im. prof. Edwarda F. Szczepanika w Suwałkach

Słowa kluczowe: palenie tytoniu, masa ciała, choroby nowotworowe, profilaktyka, choroby cywilizacyjne

Wstęp

Nowotwory należą do grupy schorzeń cywilizacyjnych, czyli niezakaźnych przewlekłych schorzeń wywołanych działaniem czynników wynikających ze zindustrializowanego środowiska. Zachorowania na nowotwory złośliwe w Polsce w ciągu ostatnich dwudziestu lat wzrosły prawie dwukrotnie. W 2010 roku stwierdzono ponad 140,5 tysięcy zachorowań, z czego 70,5 tysiąca u kobiet i około 70 tysięcy u mężczyzn. Natomiast w 2011 według Krajowego Rejestru Nowotworów (KRN) w Polsce na choroby nowotworowe zachorowało 144 336 osób (71 786 mężczyzn i 72 550 tysięcy kobiet). Polska wobec Unii Europejskiej jest krajem o relatywnie niskiej zapadalności, ale niestety dużej umieralności z powodu nowotworów złośliwych. W okresie 2008-2010 roku zgony w Polsce z powodu nowotworów stanowiły 25,6% a w Unii Europejskiej 26,5%. Obecnie w Polsce stwierdza się największą umieralność (zarówno wśród mężczyzn jak i kobiet) z powodu raka płuc, a w dalszej kolejności znajdują się: rak jelita grubego, żołądka, piersi i trzustki. W chwili obecnej nowotwory stanowią drugą przyczynę zgonów Polaków, ale z powodu wzrostu tempa zachorowalności w stosunku do tempo spadku umieralności z ich powodu, starzenie się społeczeństwa oraz coraz skuteczniejsze leczenie schorzeń układu krążenia, to za 10 lat nowotwory staną w Polsce pierwszą przyczyną zgonów. Znanych jest wiele czynników ryzyka rozwoju nowotworów, ale na pierwszym miejscu niewątpliwie pozostaje palenie tytoniu i tu Polacy niestety znajdują się nadal w czołówce krajów europejskich, gdzie ilość czynnych palaczy zarówno wśród mężczyzn jak i kobiet jest nadal bardzo wysokie. Według Raportu Global Health Risk WHO z 2009 roku występują 24 globalne czynniki ryzyka w największym stopniu zwiększające ryzyko śmiertelności na świecie. Są to: wysokie ciśnienie tętnicze (13% zgonów na świecie), palenie tytoniu (9%), wysokie stężenie glukozy we krwi (6%), brak aktywności fizycznej (6%) oraz nadwaga i otyłość (5%). Zagrożenia te przyczyniają się do zwiększenia ryzyka wystąpienia chorób przewlekłych, takich jak nowotwory, choroby sercowo – naczyniowe oraz cukrzyca. Dlatego istotna jest profilaktyka szczególnie wśród młodych ludzi, którzy kształtują własny system wartości a przejawianie zainteresowania zdrowiem wywiera pozytywny wpływ na jego zachowanie w dalszym życiu. Program Prozdrowotny na lata 2013-2016 realizowany w ramach Międzynarodowych Wirtualnych Zespołów Badawczych wśród studentów wybranych uczelni pogranicza stwarza możliwość, poprzez prowadzenie różnorodnych akcji zdrowotnych, oddziaływania na młode pokolenie kształtując ich postawy prozdrowotne, co powinno wpłynąć na poprawę stanu zdrowia przyszłych pokoleń.

Cel pracy

Celem pracy jest ocena zależności pomiędzy paleniem tytoniu, kontrolą należnej masy ciała jako czynników ryzyka chorób nowotworowych wśród studentów wybranych uczelni pogranicza.

Materiały i metody

Badania wykonano systemem internetowym LimeSurvey. Jest to rozprowadzany na zasadach wolnego oprogramowania internetowy system ankiet napisany w języku PHP i wykorzystujący bazę danych MySQL, PostgreSQL lub MSSQL. Ankieta miała charakter anonimowy i dobrowolny. Odpowiedzi udzielili wszyscy studenci, którzy zgodzili się wziąć udział w badaniu. W roku akademickim 2013/2014 łącznie ankietę on-line wypełniło 955 studentów, natomiast w 2014/15 było to 980 osób. Grupę badawczą stanowili studenci Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej im. prof. Edwarda F. Szczepanika w Suwałkach, Uniwersytetu Medycznego we Lwowie (Ukraina) oraz Państwowe Uniwersytetu im. Janki Kupały w Grodnie (Białoruś).

Wyniki i omówienie

Z analizy ankiet studentów wybranych uczelni pogranicza wynika, że największa ich część nigdy nie paliła tytoniu, a także znajdowała się tu grupa byłych palaczy, która obecnie deklaruje abstynencję tytoniową. Jednak regularni palacze deklarowali wypalanie 11-15 sztuk papierosów dziennie, a nawet powyżej 16, czy 21. To jest sytuacja niepokojąca wymagająca radykalnych działań prowadzonych według harmonogramu uczelnianego „Programu Prozdrowotnego na lata 2013-2016”. Studenci w większości wykazują dbałość o zdrowie i jego stan oceniają jako dobry lub bardzo dobry. Prowadzą w różnym stopniu działania o charakterze profilaktycznym w tym wykonywanie badań profilaktycznych. Spośród tych działań najczęściej wykonują monitorowanie masy ciała, ale występuje zróżnicowanie pomiędzy mężczyznami i kobietami.

Wnioski

Styl życia studentów wybranych uczelni pogranicza jest niezadawalający i powinien być modyfikowany, szczególnie w zakresie palenia tytoniu. Stwierdzamy brak mody na niepalenie, chociaż studenci wykazują wysoką świadomość szkodliwości nałogu.

Wybrane czynniki ryzyka chorób cywilizacyjnych, w tym nowotworów, np. tytoń, nadmierna masa ciała to wybrane czynniki, natomiast nasz program zdrowotny jest obszerniejszy i corocznie przeprowadzaneankiety pozwalają oszacować który z problemów: tytoń, żywienie, badania profilaktyczne, w tym ocena masy ciała lub inny jest w danej chwili najważniejszy.

Ta sytuacja, w połączeniu z głównymi czynnikami ryzyka rozwoju chorób cywilizacyjnych, takimi jak palenie tytoniu, nadużywanie alkoholu, wywołuje nakładanie się czynników ryzyka powodując wzrost prawdopodobieństwa wystąpienia chorób nowotworowych.

To wszystko wskazuje, że niestety przyszłe pokolenie, reprezentowane przez studentów, znajduje się w grupie zwiększonego ryzyka rozwoju chorób cywilizacyjnych, w tym nowotworów.