



 Czy osoby, które żyją w przewlekłym stresie, częściej nadużywają alkoholu? Naukowcy przeanalizowali proces powstania reakcji organizmu na sytuację stresową wśród studentów, również kierunków medycznych.

Pierwsze badanie

Analizie poddano grupę 4500 studentek i studentów studiów dziennych i zaocznych. W tym przypadku badacze skupili się na doświadczeniu stresu przez tę grupę osób. Wyniki zostały przedstawione przez zespół badawczy pod kierunkiem prof. UAM dr. hab. Jacka Pyżalskiego w ramach grantu realizowanego dla Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych.

Z zebranych danych wynika, że prawie połowa badanych doświadcza stresu kilka razy w tygodniu do nawet kilku razy dziennie. Najczęstszą przyczyną stresu jest życie rodzinne. Brak wiedzy na temat innych sposobów radzenia sobie w sytuacjach stresowych może generować zachowania związane ze spożywaniem alkoholu i / lub innych środków odurzających.

Drugie badanie

Drugie badanie zostało przeprowadzone przez badaczy z Uniwersytetu Opolskiego. Ich celem było zweryfikowanie związku między częstotliwością spożywania alkoholu i ilością wypijanych trunków a postawą studentów wobec picia alkoholu. Próba badawcza składała się z 908 studentów II roku studiów politechnicznych (w tym 30% kobiet) w wieku 19-36 lat.

Na podstawie przeprowadzonych badań zauważono, że studentki piją znacząco mniej alkoholu i mają bardziej negatywne postawy wobec alkoholu niż studenci. Jak wskazano, studenci pijący regularnie oraz upijający się deklarowali znacząco niższy poziom dezaprobaty wobec zachowań związanych z ryzykownym piciem alkoholu i niżej oceniali ryzyko takich zachowań w porównaniu z osobami pijącymi okazjonalnie i umiarkowanie.



Mężczyźni wykazywali też tolerancyjną postawę wobec alkoholu. Te dwa czynniki (płeć oraz aprobatą w stosunku do picia) stanowią czynniki ryzyka regularnego i nadmiernego spożywania alkoholu.

Trzecie badanie

Kolejne badanie koncentrowało się na studentach kierunków medycznych. Przeprowadzono je na grupie 700 studentów Uniwersytetu Medycznego w Lublinie.

Zauważono, że nadmierne spożywanie alkoholu jest nadal jednym z najtrudniejszych problemów w środowisku studenckim. Okazało się, że co czwarty student preferuje spożywanie alkoholu w sposób ryzykowny. Jednocześnie, szkodliwego nadużycia alkoholu w ciągu ostatniego miesiąca poprzedzającego badanie doświadczyło 42% studentów i 37% studentek.

Wyniki badania wskazały także na zależność między intensywnością picia a oczekiwaniami związanymi z rozluźniającym i redukującym stres działaniem alkoholu. Zauważono również, że nadmierne i częste spożywanie alkoholu jest najpopularniejsze wśród osób młodych, ponieważ jest sposobem zacieśnienia więzi grupowych.

Co istotne, studenci ze zdiagnozowanym ryzykownym stylem picia alkoholu w większości mieli niski poziom wiedzy z zakresu uzależnień. Drugi interesujący wniosek to ten, że większa intensywność picia, upijania się i doświadczania luk w pamięci oraz podejmowania pod wpływem alkoholu zachowań ryzykownych występuje w grupie mężczyzn niż kobiet.

Czwarte badanie

Ostatnie z badań w tym obszarze miało pomóc zaobserwować, czy picie alkoholu jest sposobem radzenia sobie ze stresem u studentów kierunków medycznych.

Grupę badaną stanowiło 268 studentów trzech kierunków: lekarskiego, stomatologii oraz dietetyki Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu. Za pomocą odpowiednich kwestionariuszy zbadano poziom radzenia sobie przez nich ze stresem. Kolejnym krokiem była identyfikacja osób z ryzykownym/szkodliwym wzorcem konsumpcji alkoholu.

Z przeprowadzonego badania wynika, że na każdym z badanych kierunków studiów zdiagnozowano osoby pijące w sposób ryzykowny i szkodliwy: 9-17% studentów spożywa alkohol w sposób ryzykowny, 1-3% w sposób szkodliwy, a u 2% badanych można mówić o uzależnieniu.



Zdaniem badaczy ważne jest rozwijanie wśród przyszłych lekarzy i pracowników ochrony zdrowia umiejętności radzenia sobie ze stresem, co zmniejszy ryzyko nadużywania i uzależnienia od alkoholu w tej grupie osób.

Źródła:

Pierwsze badanie:

<https://repozytorium.ukw.edu.pl/handle/item/7529>

<https://repozytorium.ukw.edu.pl/bitstream/handle/item/7529/Stres%20a%20picie%20alkoholu%20w%20c5%9br%20c3%b3d%20studentek%20i%20student%20c3%b3w%20w%20Polsce.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Drugie badanie:

<https://www.termedia.pl/Zwiazek-miedzy-spozywaniem-alkoholu-a-postawa-studentow-wobec-picia-alkoholu,117,41757,0,0.html>

<https://www.termedia.pl/Zwiazek-miedzy-spozywaniem-alkoholu-a-postawa-studentow-wobec-picia-alkoholu,117,41757,1,0.html>

Trzecie badanie: <http://www.h-ph.pl/pdf/hyg-2012/hyg-2012-1-085.pdf>

Czwarte badanie:

http://www.psychiatriapolska.pl/uploads/images/PP_2_2020/265Bryl_PsychiatrPol2020v54i2.pdf

Fot. Luis Melendez, Unsplash.com