

# Problematika uporabe elektronskih cigaret med učenci 3. triade osnovnih šol območja Šiške

RAZISKOVALNA NALOGA

področje: sociologija

Avtor: Andrej Vidović, 8. c  
Mentorica: Petra Škofic Valjavec

Ljubljana, marec 2024

Osnovna šola Vižmarje-Brod

## **POVZETEK**

Predmet raziskovalne naloge je ugotoviti razširjenost uporabe e-cigaret med učenci 3. triade ljubljanske regije ter ugotoviti, koliko znanja imajo učenci in učenke o teh napravah. Zanimalo me je tudi, zakaj so e-cigarete postale tako priljubljene med osnovnošolci, ter kaj si o njih mladi sploh mislijo. Odgovore na ta in še mnoga druga vprašanja sem dobil s pomočjo ankete, ki so jo izpolnili učenci 3. triade treh osnovnih šol na območju Šiške. Ugotovil sem, da je že vsak tretji učenec poskusil e-cigareto ter, da jo vsakomesečno uporablja skoraj vsak sedmi učenec. Poglobil sem se tudi v odnos učencev do e-cigaret v primerjavi z drugimi tobačnimi oziroma nikotinskimi izdelki, ki so popularni med slovensko mladino.

Ključne besede: e-cigareta, mladostniki, nikotin, negativni učinki

## **ZAHVALA**

*Rad bi se iskreno zahvalil profesorici Petri Škofic Valjavec, da je bila mentor moji raziskovalni nalogi ter za vso znanje in trud, ki ga je vložila pri pomoči pisanja.*

*Prav tako bi se rad zahvalil profesorici Melissi Ramdedović, ki je lektorirala nalogo in bila vedno pripravljena pomagati pri morebitnih težavah.*

## VSEBINA

1 UVOD.....	7
1.1 CILJ RAZISKOVALNE NALOGE .....	7
1.1.1 HIPOTEZE .....	7
1.1.2 RAZISKOVALNA VPRAŠANJA .....	8
2 TEORETIČNE OSNOVE .....	9
2.1 Kaj je elektronska cigareta (e-cigareta) .....	9
2.2 Negativni učinki e-cigaret .....	10
2.3 Vrste e-cigaret .....	11
2.4 Mladostniki in e-cigarete .....	13
3. EKSPERIMENTALNI DEL .....	14
4. REZULTATI.....	15
4.1 REZULTATI VSEH ANKETIRANIH UČENCEV IN UČENK.....	15
4.2 REZULTATI VSEH ANKETIRANIH UČENK IN UČENCEV OŠ VIŽMARJE BROD IN PREOSTALIH ŠOL.....	20
4.3 REZULTATI VSEH ANKETIRANIH UČENK IN UČENCEV .....	25
4.4 REZULTATI VSEH ANKETIRANIH UČENK IN UČENCEV OŠ VIŽMARJE BROD.....	30
4.5 REZULTATI VSEH ANKETIRANIH UČENK IN UČENCEV TUJIH ŠOL .....	35
5 UGOTOVITVE.....	40
5.1 RAZISKOVALNA VPRAŠANJA .....	42
5.2 MOJA OPAŽANJA NA PODROČJU UPORABE E-CIGARET MED UČENCI IN UČENKAMI OŠ VIŽMARJE BROD .....	44
6 POPOLNA PREPOVED AROM V ELEKTRONSKIH CIGARETAH.....	45
7 ZAKLJUČKI.....	46
8 VIRI .....	48

## KAZALO GRAFOV

GRAF: 1 Ali si že kdaj poskusil e-cigareto?.....	14
GRAF: 2 Ali si v zadnjem mesecu vsaj enkrat poskusil e-cigareto? .....	14
GRAF: 3. Ali uporabljaš e-cigarete več kot trikrat na mesec?.....	15
GRAF: 4. Če uporabljaš e-cigarete ali tvoji starši vedo za to? .....	15
GRAF: 5. Ali ti je kdo že kdaj ponudil e-cigareto? .....	16
GRAF: 6. Ali si že kdaj videl koga, ki v šolskih prostorih uporablja e-cigareto? .....	16
GRAF: 7. Kakšno je tvoje prepričanje o e-cigaretah?.....	17
GRAF 8: Kdo je po tvojem mnenju glavni krivec za razširjeno uporabo e-cigaret med mladostniki? .....	17
GRAF 9: Kaj se ti zdi najbolj učinkovita strategija za preprečevanje uporabe e-cigaret med mladostniki? .....	18
GRAF 10: Razvrsti izdelke po škodljivosti.....	18
GRAF: 11 Ali si že kdaj poskusil e-cigareto?.....	19
GRAF: 12 Ali si v zadnjem mesecu vsaj enkrat poskusil e-cigareto? .....	19
GRAF: 13. Ali uporabljaš e-cigarete več kot trikrat na mesec?.....	20
GRAF: 14. Če uporabljaš e-cigarete ali tvoji starši vedo za to? .....	20
GRAF: 15. Ali ti je kdo že kdaj ponudil e-cigareto? .....	21
GRAF: 16. Ali si že kdaj videl koga, ki v šolskih prostorih uporablja e-cigareto? .....	21
GRAF: 17. Kakšno je tvoje prepričanje o e-cigaretah? .....	22
GRAF 18: Kdo je po tvojem mnenju glavni krivec za razširjeno uporabo e-cigaret med mladostniki? .....	22
GRAF 19: Kaj se ti zdi najbolj učinkovita strategija za preprečevanje uporabe e-cigaret med mladostniki? .....	23
GRAF 20: Razvrsti izdelke po škodljivosti.....	23
GRAF: 21 Ali si že kdaj poskusil e-cigareto?.....	24
GRAF: 22 Ali si v zadnjem mesecu vsaj enkrat poskusil e-cigareto? .....	24
GRAF: 23. Ali uporabljaš e-cigarete več kot trikrat na mesec?.....	25
GRAF: 24. Če uporabljaš e-cigarete ali tvoji starši vedo za to? .....	25
GRAF: 25. Ali ti je kdo že kdaj ponudil e-cigareto? .....	26
GRAF: 26. Ali si že kdaj videl koga, ki v šolskih prostorih uporablja e-cigareto? .....	26
GRAF: 27. Kakšno je tvoje prepričanje o e-cigaretah? .....	27
GRAF 28: Kdo je po tvojem mnenju glavni krivec za razširjeno uporabo e-cigaret med mladostniki? .....	27
GRAF 29: Kaj se ti zdi najbolj učinkovita strategija za preprečevanje uporabe e-cigaret med mladostniki? .....	28

GRAF 30: Razvrsti izdelke po škodljivosti.....	28
GRAF: 31 Ali si že kdaj poskusil e-cigareto?.....	29
GRAF: 32 Ali si v zadnjem mesecu vsaj enkrat poskusil e-cigareto? .....	29
GRAF: 33. Ali uporabljaš e-cigarete več kot trikrat na mesec?.....	30
GRAF: 34. Če uporabljaš e-cigarete ali tvoji starši vedo za to? .....	30
GRAF: 35. Ali ti je kdo že kdaj ponudil e-cigareto? .....	31
GRAF: 36. Ali si že kdaj videl koga, ki v šolskih prostorih uporablja e-cigareto? .....	31
GRAF: 37. Kakšno je tvoje prepričanje o e-cigaretah? .....	32
GRAF 38: Kdo je po tvojem mnenju glavni krivec za razširjeno uporabo e-cigaret med mladostniki? .....	32
GRAF 39: Kaj se ti zdi najbolj učinkovita strategija za preprečevanje uporabe e-cigaret med mladostniki? .....	33
GRAF 40: Razvrsti izdelke po škodljivosti.....	33
GRAF: 41 Ali si že kdaj poskusil e-cigareto?.....	34
GRAF: 42 Ali si v zadnjem mesecu vsaj enkrat poskusil e-cigareto? .....	34
GRAF: 43. Ali uporabljaš e-cigarete več kot trikrat na mesec?.....	35
GRAF: 44. Če uporabljaš e-cigarete ali tvoji starši vedo za to? .....	35
GRAF: 45. Ali ti je kdo že kdaj ponudil e-cigareto? .....	36
GRAF: 46. Ali si že kdaj videl koga, ki v šolskih prostorih uporablja e-cigareto? .....	36
GRAF: 47. Kakšno je tvoje prepričanje o e-cigaretah? .....	37
GRAF 48: Kdo je po tvojem mnenju glavni krivec za razširjeno uporabo e-cigaret med mladostniki? .....	37
GRAF 49: Kaj se ti zdi najbolj učinkovita strategija za preprečevanje uporabe e-cigaret med mladostniki? .....	38
GRAF 50: Razvrsti izdelke po škodljivosti.....	38

# 1 UVOD

V raziskovalni nalogi sem z anketo poskušal ugotoviti, kakšno je stanje glede uporabe e-cigaret mladostnikov ljubljanske regije, kakšno je njihovo mišljenje o teh napravah, ter kako bi se oni spoprijeli s to problematiko. To tematiko sem si izbral, saj se mi zdi, ključnega pomena, da se čim bolj zmanjša uporabo nikotinskih izdelkov med mladimi, sploh osnovnošolci. O tej temi sem raziskoval že preteklo leto, ugotovil sem, da je uporaba oziroma vsakodnevno srečevanje z e-cigaretami postalo del življenja marsikaterega osnovnošolca. Te na videz neškodljive naprave lahko na še razvijajočem se telesu pustijo dolgoročne posledice. Kljub temu, da ima danes vsak pravico početi s svojim telesom kar želi, je ključnega pomena, da mlade znova in znova opozarjamo in izobražujemo o nevarnostih e-cigaret ter jim preprečimo njihovo uporabo.

## 1.1 CILJ RAZISKOVALNE NALOGE

Z raziskovalno nalogo želim dobiti natančne podatke o razširjenosti e-cigaret med učenci 3. triade, zakaj se za njihovo uporabo odločijo, ter kaj so za njih najboljše ideje za reševanje tega problema.

Še vedno sem mnenja, da je najboljša metoda za zmanjševanje uporabe e-cigaret med osnovnošolci izobrazba o njihovih škodljivih posledicah, vendar pa se mi vedno bolj dozdeva, da ta metoda ni tudi najučinkovitejša. Omenjena metoda po mojem mnenju najbolje služi temu, da učence, ki e-cigaret (še) ne uporabljajo, spodbuja, da tako tudi ostane. Prepogosto pa izobraževanja ne dosežejo tudi svoje "ciljne publike" (učencev, ki uporabljajo e-cigarete). To lahko seveda pripišemo svojeglavosti in nezrelosti pubertetnikov, lahko pa se tudi zamislimo, kako ta izobraževanja zgledata za mlade.

### 1.1.1 HIPOTEZE

Moje hipoteze temeljijo na ugotovitvah, ki sem jih pridobil pri pisanju lanske raziskovalne naloge, vendar vseeno s težavo predvidevam, kakšni bodo rezultati trenutne raziskovalne naloge. S pomočjo rezultatov ankete jih bom lahko ovrgel ali potrdil.

#### 1. Hipoteza

Ocenil bi, da je e-cigarete poskusilo več kot 25 % učencev 3. triade, ter da jih vsakomesečno uporablja več kot 10 %, pri tem pa menim, da jo je v zadnjem mesecu poskusilo 15 % učencev.

#### 2. Hipoteza

Večina staršev ne ve, da njihovi otroci uporabljajo e-cigarete.

#### 3. Hipoteza

Več kot 50 % učencem so e-cigarete že bile ponujene, več kot 75 % učencev pa je že videlo uporabo e-cigaret v šolskih prostorih.

#### 4. Hipoteza

Velika večina učencev se zaveda škodljivih posledic uporabe e-cigaret, ob tem pa jih je večina mnenja, da so e-cigarete bolj škodljive kot nekateri drugi tobačni izdelki.

#### 5. Hipoteza

Prišlo je do upada uporabe e-cigaret med učenci OŠ Vižmarje Brod glede na lanske rezultate.

### **1.1.2 RAZISKOVALNA VPRAŠANJA**

Pred pričetkom raziskovanja te tematike sem si postavil nekatera raziskovalna vprašanja, na katere bom odgovoril proti koncu raziskovalne naloge.

- Ali je razlika v številu uporabnikov med ljubljanskimi šolami opazna?
- Pri katerem spolu je uporaba e-cigaret večja?
- Ali se učenci zavedajo nevarnosti e-cigaret?
- Ali se učenci zavedajo nevarnosti drugih tobačnih oziroma nikotinskih izdelkov?
- Koliko učencev, ki je poskusilo e-cigarete, jih še vedno uporablja?
- Ali je uporaba e-cigaret prisotna tudi v šolskih prostorih?
- Ali se starši otrok, ki uporabljajo e-cigarete, zavedajo, kaj počnejo njihovi otroci?
- Kaj je po mnenju učencev in učenk glavni krivec za razširjenost e-cigaret?
- Kaj se učencem in učenkam zdi najbolj učinkovita strategija za preprečevanje uporabe e-cigaret?



## 2 TEORETIČNE OSNOVE

### 2.1 Kaj je elektronska cigareta (e-cigareta)

Elektronska cigareta je naprava, ki je alternativa klasičnemu kajenju. Deluje tako, da s segrevanjem tekočine v rezervoarju ustvarja aromatično paro.

Sestava e-cigaret se zelo razlikuje glede na model in proizvajalca. Običajno pa je sestavljena iz petih oziroma šestih osnovnih delov:

**Baterija:** odgovorna za ustvarjanje električnega toka, ki ogreva tekočino in s tem ustvarja paro. Je osrednji del e-cigarete (e-cigarete, ki so za večkratno uporabo, posledično vsebujejo tudi napajalni priključek, saj je treba baterijo redno polniti).

**Rezervoar za tekočino:** tam se nahaja tako imenovana e-tekočina.

**Grelnik:** ob aktivaciji baterije se segreje in s tem iz tekočine v rezervoarju ustvarja aerosol, ki ga uporabnik vdihne.

**Senzorji:** zaznajo, ko uporabnik vdihne in sprožijo baterijo. V nekaterih novejših e-cigaretah lahko uporabnik nadzoruje tudi nastavitve za nadzor temperature in moči.

**Ustnik:** del naprave skozi katerega uporabnik vdihava aerosol.

Načeloma so glavne sestavine e-cigarete nikotin, vlažilci in arome, a se zaradi številčnosti in raznolikosti izdelkov (na voljo je namreč skoraj 16.000 različnih arom) najdejo tudi takšni, ki nekaterih od teh snovi ne vsebujejo. Ravno zato je oteženo pridobivanje informacij in raziskovanje posledic kajenja e-cigaret.

## 2.2 Negativni učinki e-cigaret

Negativni učinki e-cigaret so posledica škodljivih snovi v tekočini oziroma v aerosolu (razen, če je nikotin shranjen v obliki soli). E-tekočina in posledično aerosol, ki ga uporabnik zaužije, namreč vsebujejo več rakotvornih in zdravju škodljivih snovi. Vlažilca propilen glikol in glicerol ob kratkotrajni uporabi privedeta do suhih ust, draženja grla in dihal, prav tako lahko poveča tveganje za astmo in nekatere vrste pljučnice (dolgotrajni učinki še niso verodostojno raziskani). Arome, ki aerosolu "polepšajo" oziroma spremenijo okus (sadje, različne energijske pijače), pa so kemične snovi, ki lahko povečajo pojavnost kroničnega kašlja, astme in hudih pljučnih bolezni. V e-tekočini najdemo tudi različne karbonilne spojine (rakotvorne, mutagene, dražijo in škodljivo vplivajo na dihala), hlapne organske spojine in fenole (nekateri so rakotvorni) ter druge škodljive kemijske snovi, ki negativno vplivajo na razvoj in zdravje mladostnikov. Poleg tega se ob uporabi sprošča tudi nevarna količina številnih strupenih kovin (nikelj, svinec, kositer, aluminij, baker, arzen, cink ...), ki imajo dokazano škodljive učinke na zdravje pljuč, jeter, ledvic in možganov. Predvsem v nepreverjenih cenejših e-cigaretah je tu še nevarnost velike količine majhnih delcev, ki uporabniku uničujejo dihalne poti. E-cigarete torej ne samo prispevajo k povečanju za možnost bolezni dihal, temveč lahko drastično povečajo tudi možnosti za bolezni srca in ožilja ter so rakotvorne.

Vsem tem škodljivim snovem pa se v e-cigaretah "pridruži" tudi nikotin. Nikotin se sprošča med procesom izhlapevanja in se nato inhalira skupaj z aerosolom. Predvsem v novejših modelih e-cigaret (v Evropi so širše dostopne od leta 2018) pa nikotin ni več shranjen v e-tekočini, temveč je shranjen v obliki soli. Ta sol je privlačnejša predvsem za mlade uporabnike, saj se hitreje absorbira, ustvarja manj aerosola in vonja, manj draži grlo ter hitreje sprošča večje količine nikotina.

Čeprav imajo e-cigarete praviloma nižje ravni škodljivih snovi (razen nikotina) kot običajne cigarete, je pomembno izpostaviti, da manjša izpostavljenost tem snovem ni sorazmerna z manjšim zdravstvenim tveganjem. Če je v e-tekočini 50 % neke snovi manj, to še ne pomeni, da je zdravstveno tveganje ob uporabi izdelka za 50 % nižje.

*»Še posebno pomembno je, da preprečujemo uporabo e-cigaret med mladostniki in mladimi odraslimi zaradi razvoja zasvojenosti z nikotinom, spodbujanja začetka kajenja, škodljivih učinkov na razvijajoče se možgane mladostnika in uporabo e-cigaret za vdihavanje različnih prepovedanih drog predvsem konoplje« (Elektronske cigarete- podrobnejše informacije za zdravstvene delavce, NIJZ, 2020, stran 10). Dolgoročnih učinkov sicer še ne poznamo.*

Najverjetnejši so zvišanje tveganja za bolezni srca, ožilja, dihal in rakava obolenja. Poznamo pa kratkoročne učinke: draženje ust, grla in kašelj, suha usta, slabosti, glavoboli, epileptični napadi, ki lahko pri mladih povzročijo tudi kašelj, piskanje pri dihanju, pogostejša poslabšanja astme. Uporaba e-cigaret do 25. leta starosti privede tudi do dolgotrajnih učinkov na pozornost, učenje in spomin, zmanjšanje pljučnih funkcij, težave v duševnem zdravju, nespečnost. Poleg vseh teh učinkov se predvsem pri mladostnikih lahko pojavi huda zasvojenost z nikotinom. Mlajši kot si, ko prvič poskusiš, bolj je verjetno, da bo zasvojenost hujša. Možgani se namreč takrat hitreje razvijajo oziroma hitreje gradijo povezave (sinapse), ki služijo kot mostovi med možganskimi celicami. Ob uporabi nikotina se v možganih sprošča dopamin, ki je kemični prenašalec in sproža občutek ugodja. Zaradi tega si možgani to aktivnost zapomnijo in jo želijo ponavljati. Za doseganje tistega prvotnega ugodja pa so potrebne vedno večje količine nikotina. Po določenem času uporabnik občuti manjše občutke ugodja, pojavijo pa se tudi neprijetni občutki, tako imenovani odtegnitveni znaki (glavobol, tesnoba, razdražljivost, potenje, nemirnost, utrujenost, nespečnost ...), ki se pojavijo, ko v telesu ni dovolj nikotina. Tako lahko uporaba izdelka le zmanjšuje oziroma začasno prepreči nelagodje.

*»Ti izdelki niso sistematično nadzorovani glede kakovosti in varnosti, nadzor je le občasen in obsega le določene znamke izdelkov, kar pomeni, da kupec teh izdelkov nima nikakršnega zagotovila o varnosti in kakovosti izdelkov.«* (Helena Koprivnikar, predstavnica NIJZ, dne 11. januarja 2023). Vse več raziskav namiguje tudi na to, da navedbe na posameznih embalažah niso ustrezne, oziroma so zavajajoče (npr. nikotinske e-cigarete v embalaži, ki trdi, da izdelek ne vsebuje nikotina ...).

## **2.3 Vrste e-cigaret**

Uporabniki lahko izbirajo med različnimi koncentracijami nikotina v svojih e-cigaretah. Po podatkih za JUUL e-cigareto, ki je leta 2020 zavzemala tretjino celotne prodaje e-cigaret v ZDA, so e-cigarete načeloma dostopne v dveh različnih oblikah: 3 % (23mg nikotina) in 5 % (40mg nikotina) delež nikotina na eno e-cigareto. Seveda so tu še posebne e-cigarete, ki imajo lahko delež nikotina tudi do 10 % in več. Za primerjavo ob uporabi navadnih cigaret uporabnik vdihne okoli 1mg do 2mg nikotina, kar je približno 13 vdihov običajne e-cigarete (v tem primeru JUUL 5 % e-cigareta). Ne samo, da so ravni nikotina v e-cigaretah primerljive z običajnimi cigaretami, ampak se ob nekaterih e-cigaretah ta vrednost celo preseže.

## **2.4 Drugi nikotinski izdelki na slovenskem trgu**

Poleg e-cigaret pa so med slovenskimi mladostniki popularni tudi nekateri drugi tobačni oziroma nikotinski izdelki, vsak s svojimi škodljivimi posledicami:

### **Marihuana**

- vpliva na kognitivne sposobnost,
- poveča tveganje za duševne motnje (shizofrenija in depresija).

### **Fuge/Snus**

- poveča tveganje oralnega raka,
- povzroča različne bolezni dlesni,
- poveča tveganje za srčne bolezni.

### **Navadne cigarete**

- povečajo tveganje za pljučnega raka,
- povzročajo kronične dihalne bolezni,
- negativno vplivajo na plodnost,
- povečajo tveganje za srčne bolezni.

### **Cigare**

- povečajo tveganje za raka ust, grla, pljučnega raka,
- povečajo tveganje srčnih bolezni,
- zmanjšujejo plodnost.

V nalogi sem raziskoval, kako škodljive e-izdelke vidijo mladi v primerjavi z drugimi. Na ta način bomo lahko lažje razumeli ali se na področju izobraževanja mladih o škodljivih posledicah uporabe tobačnih oziroma nikotinskih izdelkov dela dovolj oziroma, o katerih izdelkih bi morali mlade še bolj podučiti.

## 2.5 Mladostniki in e-cigarete

Zakaj so e-cigarete tako popularne predvsem pri mladostnikih, ne pa tudi med starejšim prebivalstvom? To lahko pripišemo predvsem načinu in posledicam uporabe, reklamiranju teh izdelkov ter enostavni dostopnosti tudi mladoletnim.

Mnogo mladih e-cigareto uporablja preprosto zaradi užitka, ki jim ga uporaba prinese. Ob uporabi vdihnejo aerosol, ki ima okus po različni mešanici sadja, ki ga lahko izdihnejo v velikih belih oblakih in s tem impresionirajo svoje vrstnike. Poleg tega navadno doživijo tudi nenavadne prijetne občutke v grlu, zaradi nikotina pa tudi kratkotrajno sprostitvev in pomirjenost.

Tako je tobačna industrija e-cigarete tudi predstavila mladim. Seveda se niso spomnili, da bi omenili tudi vse negativne posledice, saj bi to mogoče zažrlo v njihove prodaje. Poleg tega pa so v e-cigarete dali za mlade privlačne okuse, kot so sadje, različne pijače, sladkarije in jih temu primerno tudi obarvali.

Kako pa se mladoletniki sploh dokopljejo do teh izdelkov, če jim je njihova prodaja v Sloveniji prepovedana? Odgovor leži v preprodajalcih, ki so pripravljene za višjo ceno preprodajati e-cigarete tudi mladostnikom. To je seveda nezakonito, kršitelji pa so lahko zaradi tega kazensko preganjani, vendar je primerov, ko bi se to tudi dejansko zgodilo, zelo malo. Po mojih opažanjih preprodaja poteka predvsem preko socialnih omrežij, natančneje najbolj opazno na Tik Tok, Instagramu in Snapchatu, nekaj pa jo je tudi med vrstniki, vendar je te zaradi višje cene znatno manj. Za vsakega mladostnika, ki ima dostop do interneta, nekaj gotovine in Urbano je nakup e-cigaret preko socialnih omrežij izjemno enostaven postopek. Vse, kar je potrebno narediti, je kontaktirati prodajalca, mu sporočiti, katero e-cigareto si želiš in se dogovoriti, kje bo potekal prevzem (pogosto poteka v samem centru mesta).

### 3 EKSPERIMENTALNI DEL

Za metodo dela pri ugotavljanju stanja in poznavanja učencev o e-cigaretah, sem se znovič odločil za izvedbo ankete. Anketa je bila sestavljena iz petnajstih vprašanj, a vam vseh ne bom predstavil, saj so bila namenjena zgolj temu, da sem učence lažje razdelil v skupine, ali zato, da sem dobil boljši vpogled do odnosa učencev in učenk do e-cigaret.

Predstavitev rezultatov bom razdelil v več delov in tako lažje odgovoril na zastavljena raziskovalna vprašanja ter resničnost hipotez:

1. Rezultati vseh anketiranih učencev in učenk.
2. Rezultati vseh anketiranih učencev in učenk OŠ Vižmarje Brod (na grafih predstavljeni v svetlo modri barvi) v primerjavi z učenkami in učenci ostalih šol (na grafih predstavljeni s črno barvo).
3. Rezultati vseh anketiranih učenk (na grafih predstavljene z vijolično barvo) v primerjavi z učenci (na grafih predstavljeni z modro barvo).
4. Rezultati vseh anketiranih učenk (na grafih predstavljene z vijolično barvo) v primerjavi z učenci (na grafih predstavljeni z modro barvo). (OŠ Vižmarje Brod)
5. Rezultati vseh anketiranih učenk (na grafih predstavljene z vijolično barvo) v primerjavi z učenci (na grafih predstavljeni z modro barvo). (druge šole)

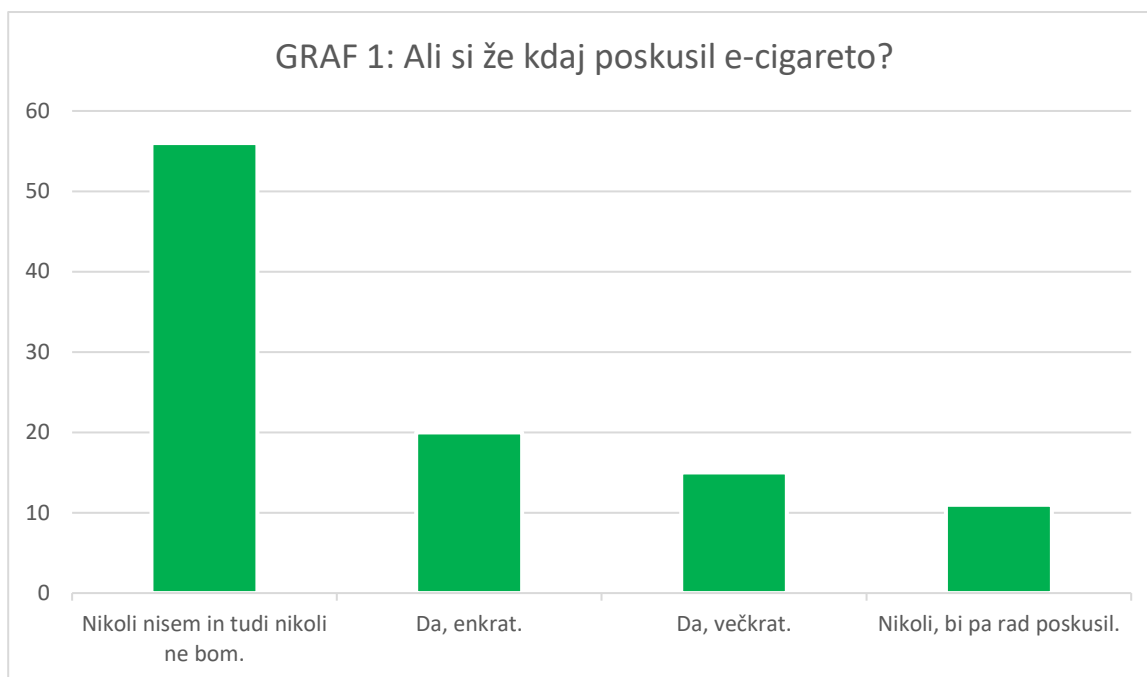
Anketo je prejelo 182 učencev in učenk treh različnih šol, od tega jih je bilo veljavnih 102.

PRIKAZ REZULTATOV:	VELJAVNI ODGOVORI	OŠ VIŽMARJE BROD	ANKETIRANCI DRUGIH ŠOL
UČENKE	50	31	19
UČENCI	52	36	16

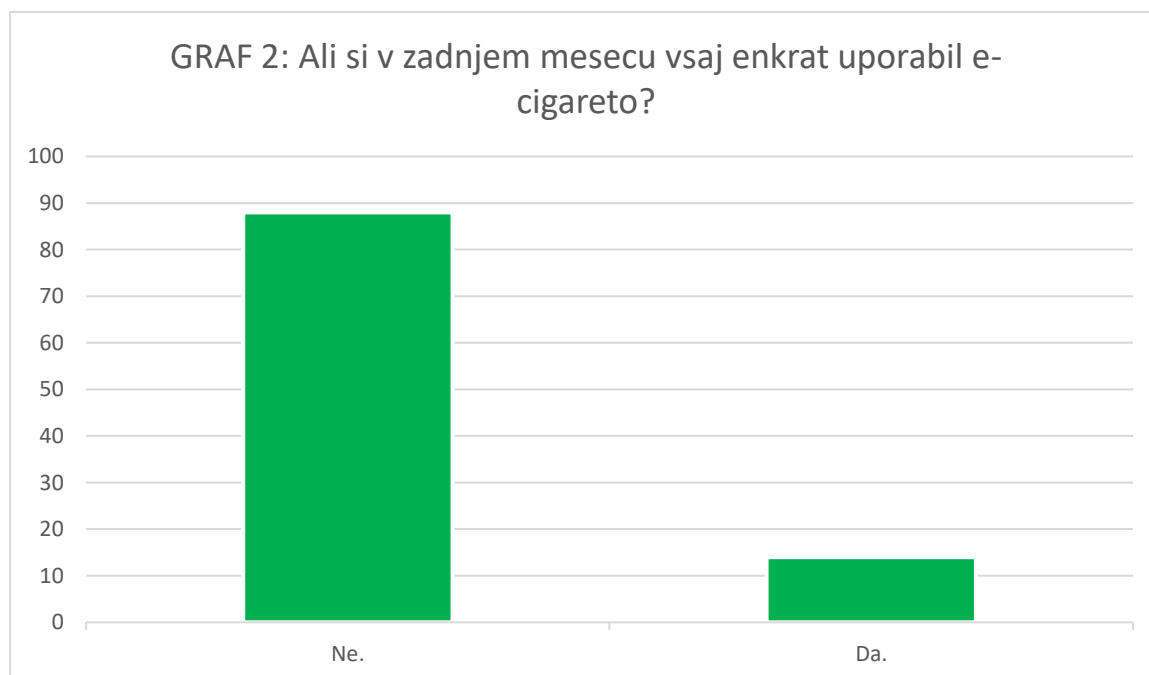
Rezultate ankete vam bom predstavil s prikazom grafov.

## 4 REZULTATI

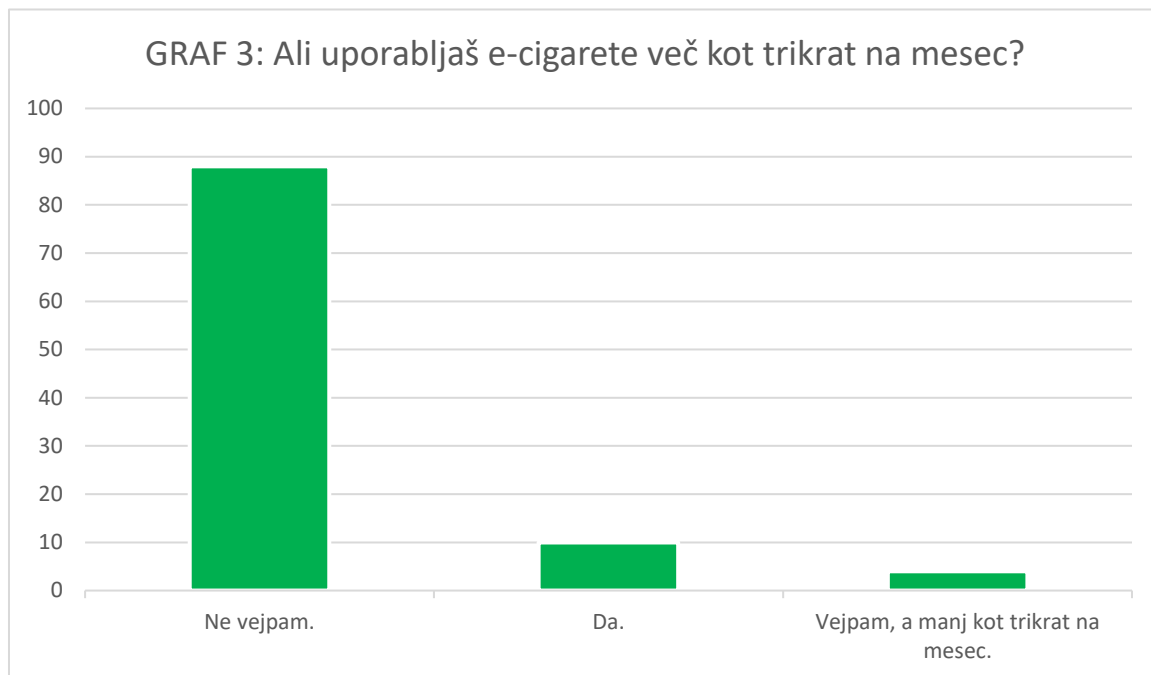
### 4.1 REZULTATI VSEH ANKETIRANIH UČENCEV IN UČENK



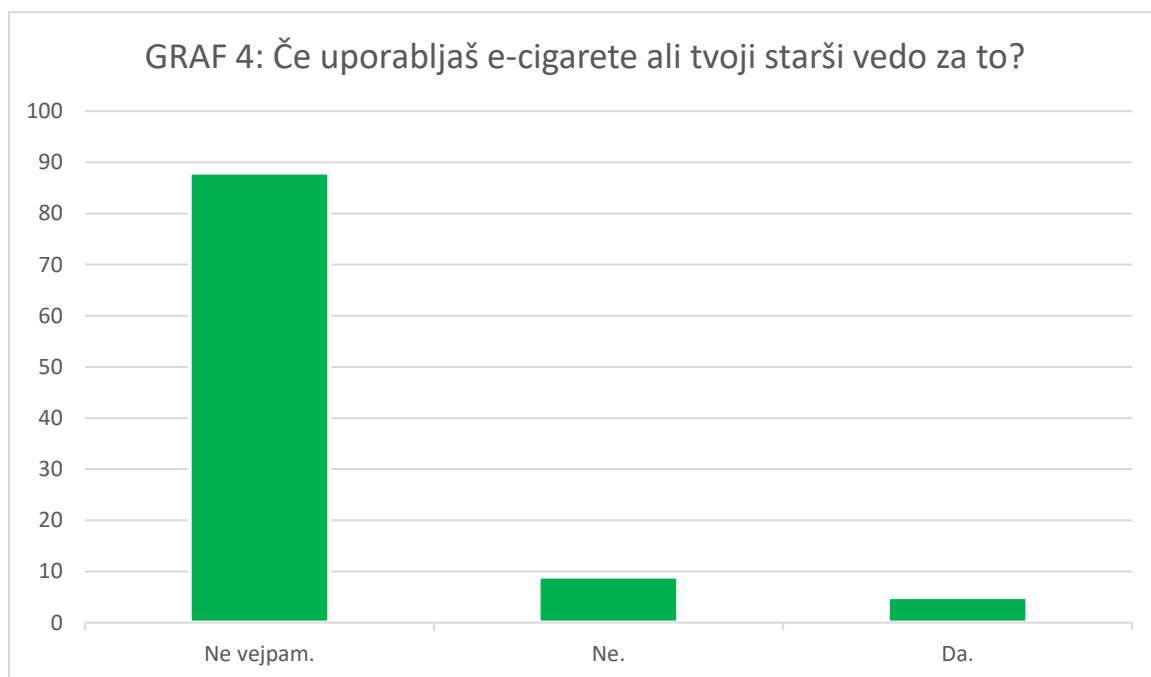
E-cigarete je enkrat poskusilo 20 učencev, večkrat pa 15. 11 učencev e-cigarete še ni poskusilo, bi pa to radi naredili. Preostalih 56 učencev e-cigaret še ni poskusilo in trdijo, da bo tako tudi ostalo.



V zadnjem mesecu je vsaj enkrat e-cigareto poskusilo 14 učencev.

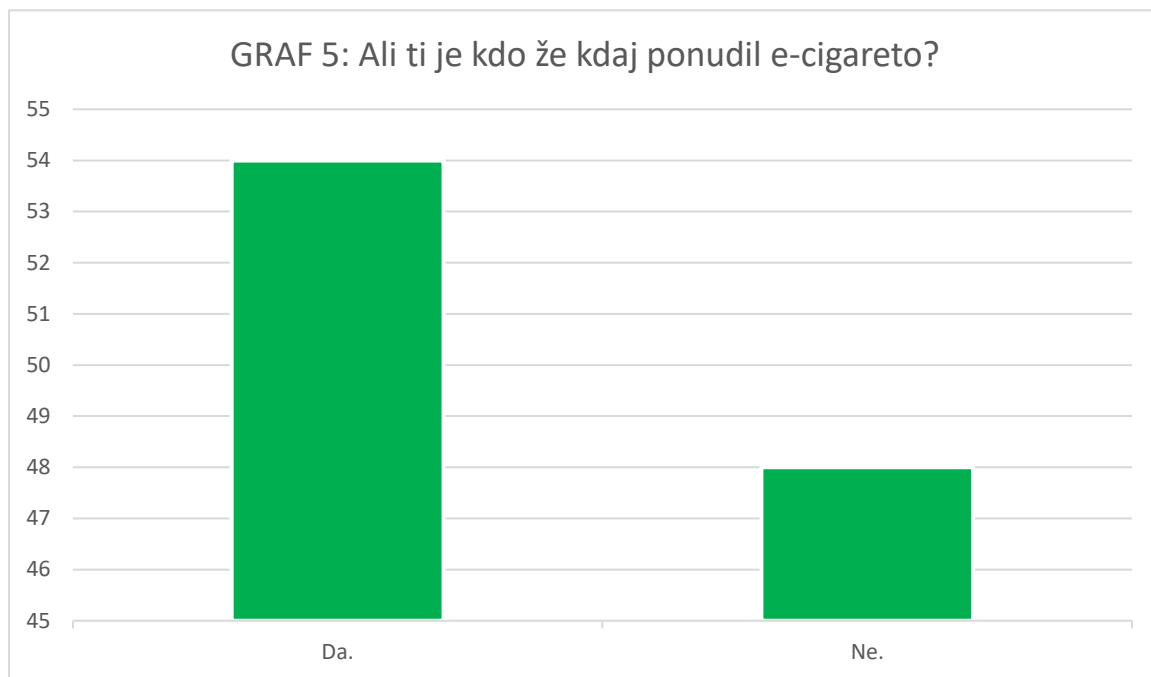


E-cigareto mesečno uporablja 14 učencev, od tega 10 več, 4 pa manj kot trikrat na mesec.

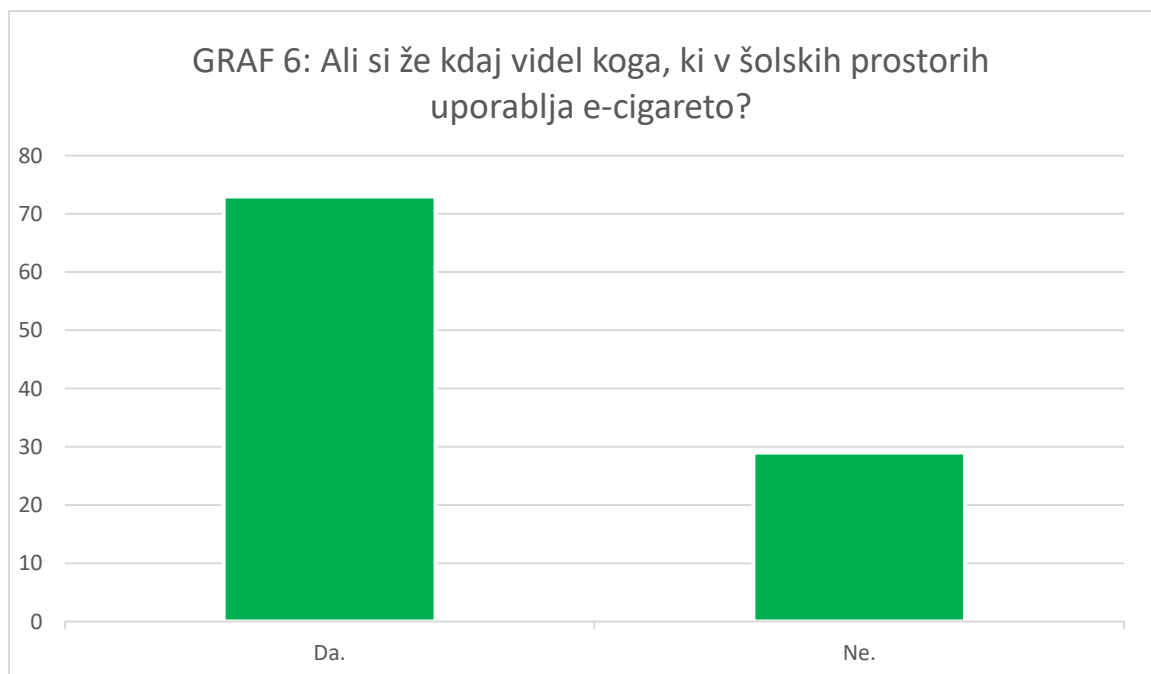


To, da njihovi otroci uporabljajo e-cigarete, se zavedajo starši 5-ih otrok, preostalih 9-ih pa ne.

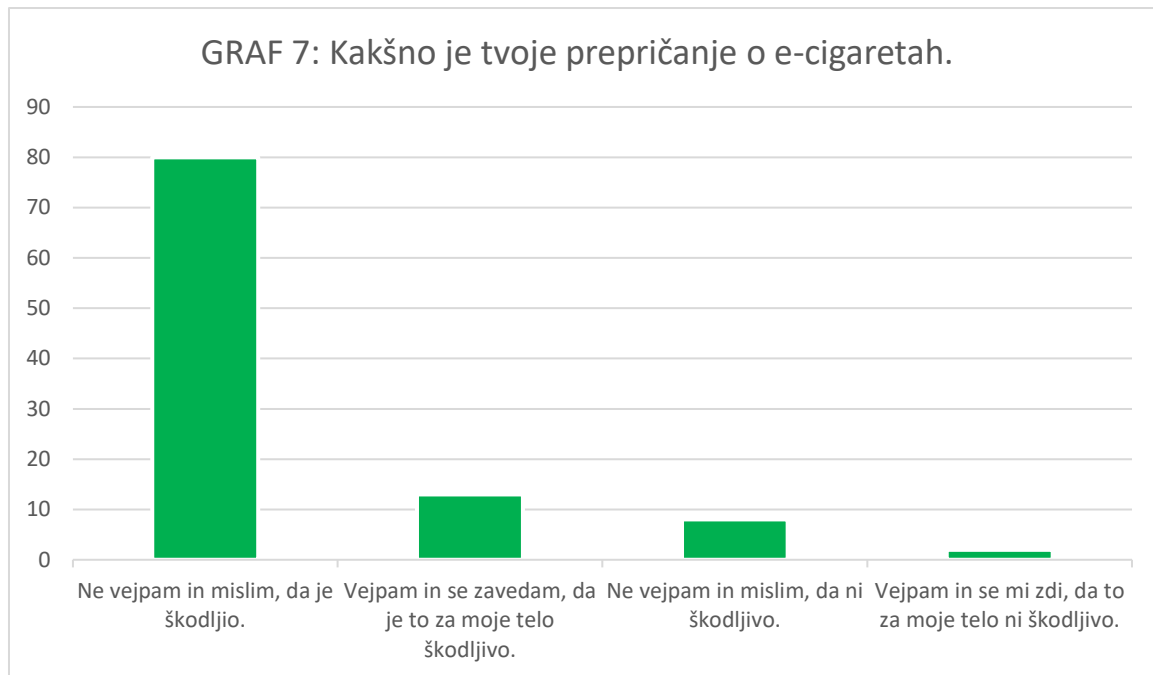




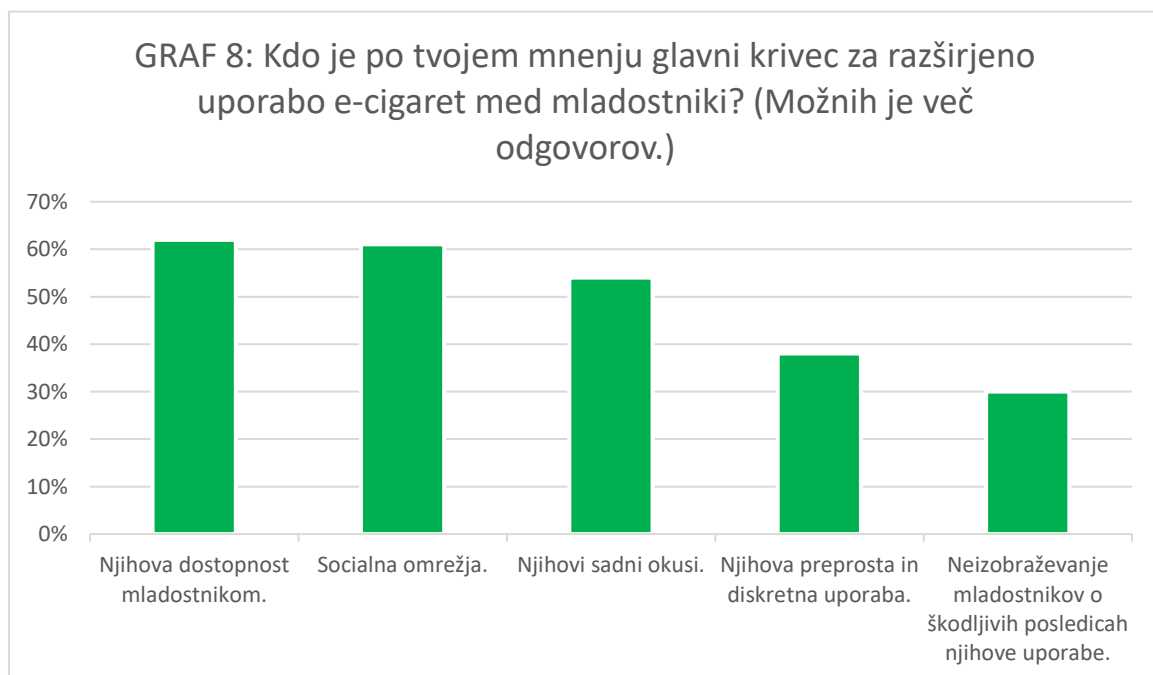
54 učencem je že nekdo ponudil e-cigareto.



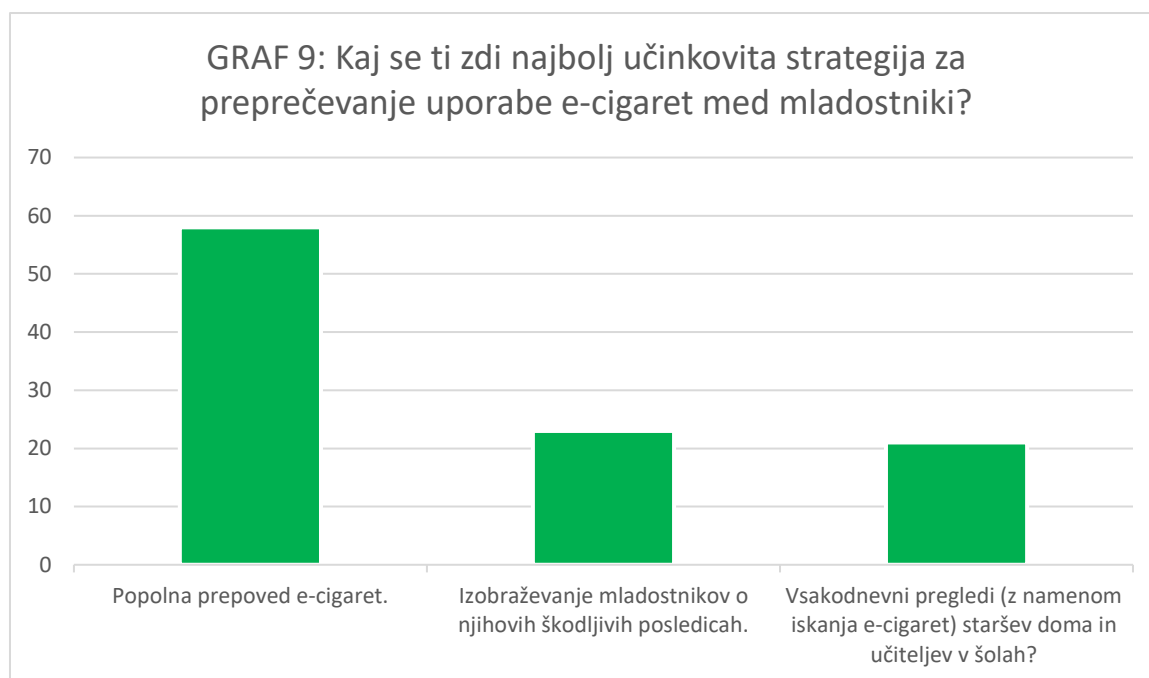
73 učencev trdi, da je že videlo uporabo e-cigaret v šolskih prostorih, preostalih 29 pa še ne.



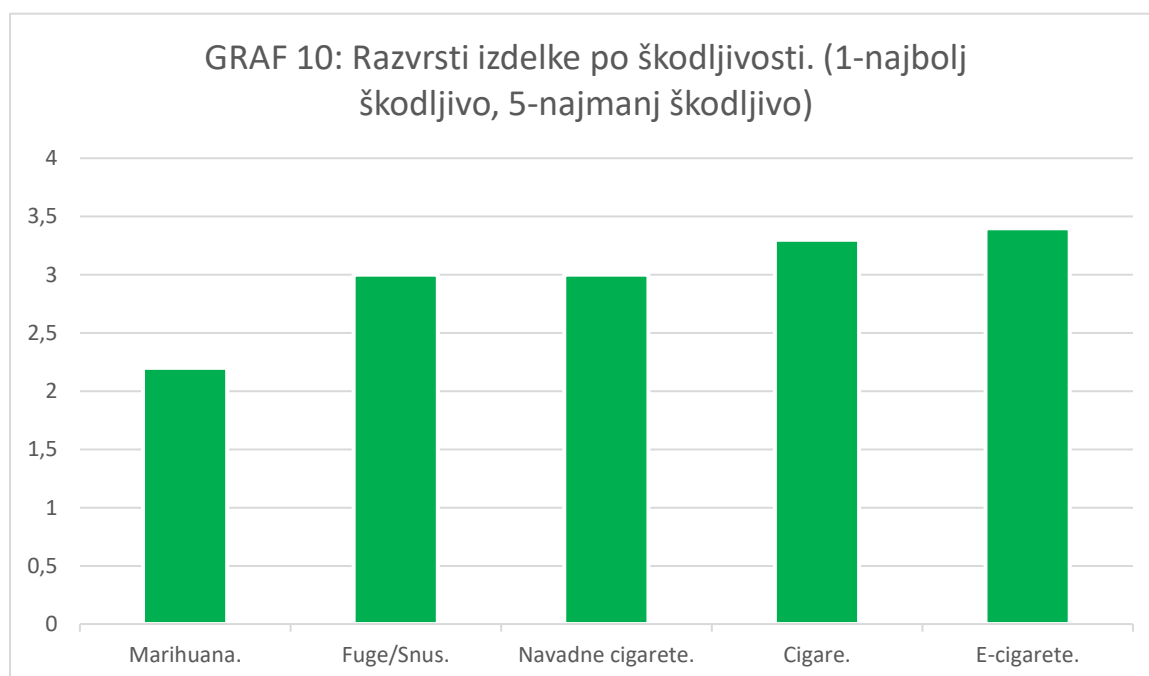
Vseh 14 učencev, razen enega, ki uporabljajo e-cigarete, se zaveda njihove potencialne škodljivosti. Drugačnega mnenja je 8 učencev, ki e-cigaret ne uporabljajo in jih tudi ne obravnavajo kot škodljive. Preostalih 80 učencev, ki ne uporabljajo e-cigaret, pa se zaveda njihove nevarnosti.



Učencem se zdi, da je glavni krivec za razširjenost e-cigaret med mladimi njihova dostopnost mladostnikom. Sledijo socialna omrežja, njihovi sadni okusi, njihova preprosta in diskretna uporaba, na zadnjem mestu pa je neizobraževanje mladostnikov o škodljivih posledicah uporabe e-cigaret.

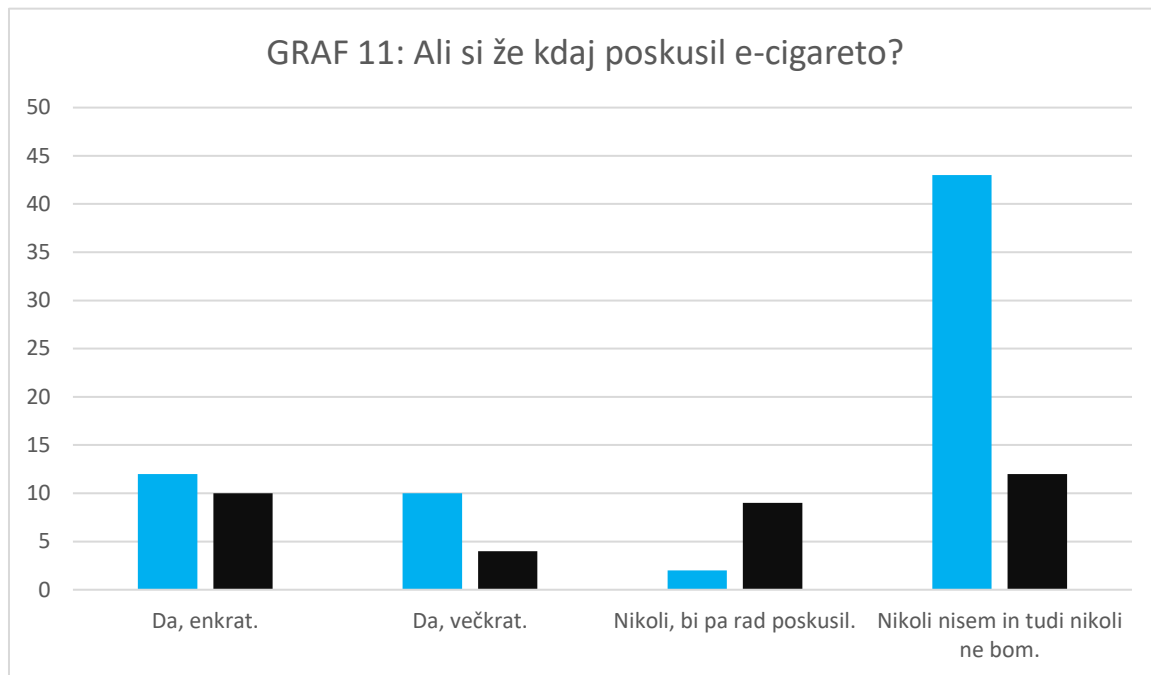


Največ (58) učencev meni, da je najbolj učinkovita strategija za preprečevanje uporabe e-cigaret med mladostniki njihova popolna prepoved. 23 učencev meni, da je najboljša rešitev izobraževanje mladostnikov o njihovih škodljivih posledicah, tik za tem pa sledijo še učenci (21), ki menijo, da bi bil najučinkovitejši pristop vsakodnevno pregledovanje staršev doma in učiteljev v šolah (z namenom iskanja e-cigaret).

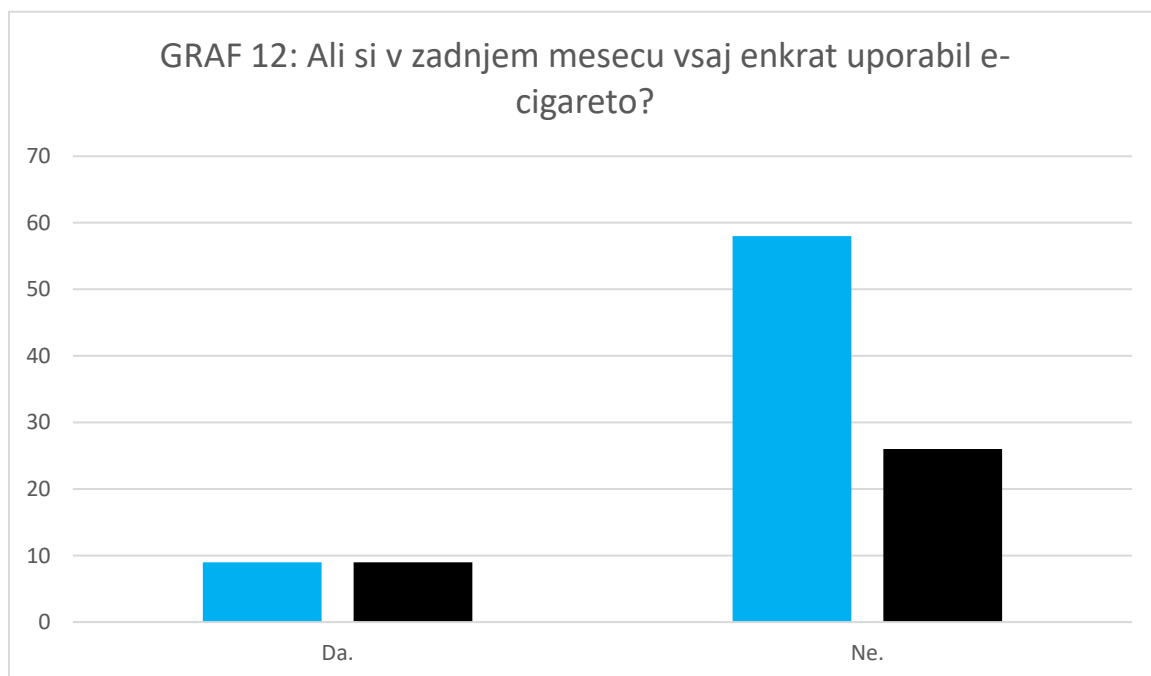


Učenci v povprečju menijo, da je marihuana najbolj, e-cigarete pa najmanj škodljive za naše zdravje.

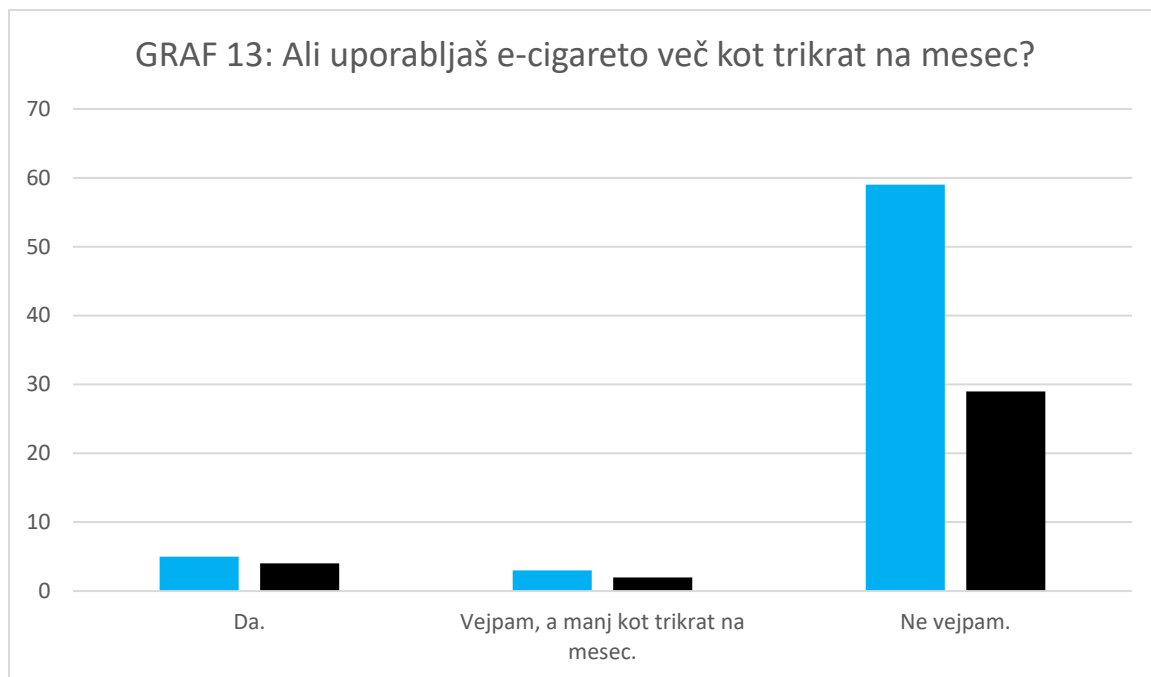
## 4.2 REZULTATI VSEH ANKETIRANIH UČENK IN UČENCEV OŠ VIŽMARJE BROD IN PREOSTALIH ŠOL



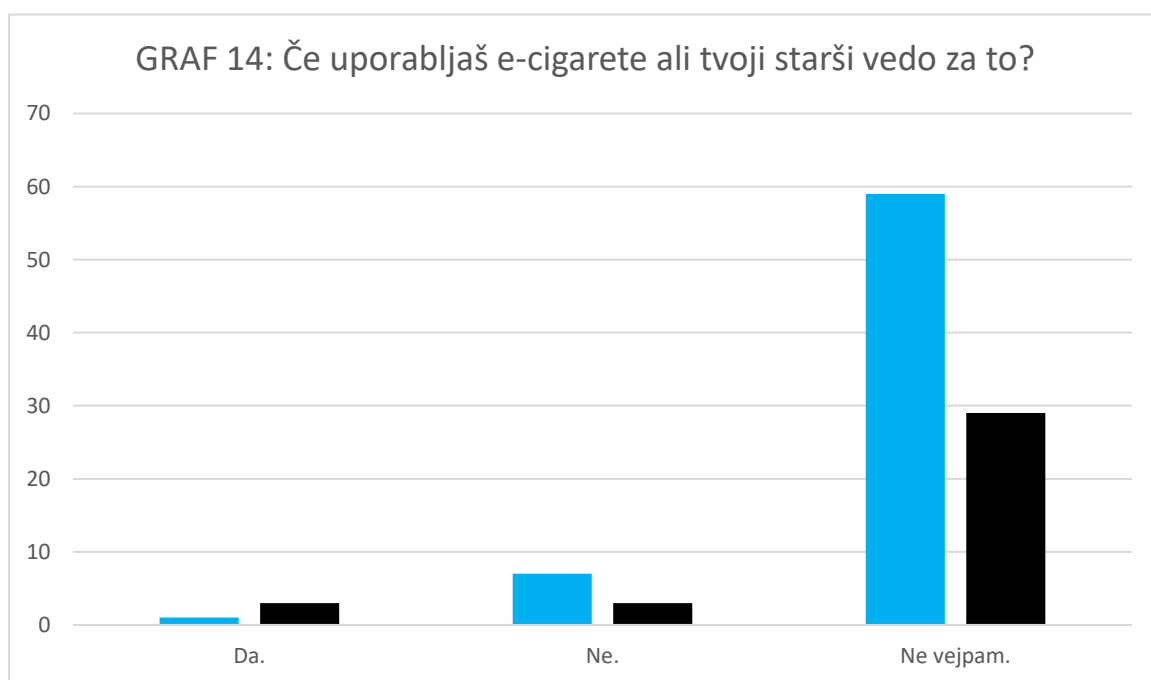
E-cigareto je enkrat poskusilo 12, večkrat pa 10 učencev OŠ Vižmarje Brod. Iz drugih šol je e-cigareto enkrat poskusilo 10 učencev, večkrat pa 4. E-cigarete še niso poskusili, vendar si to želijo 2 učenca iz OŠ Vižmarje Brod in 9 učencev iz drugih šol.



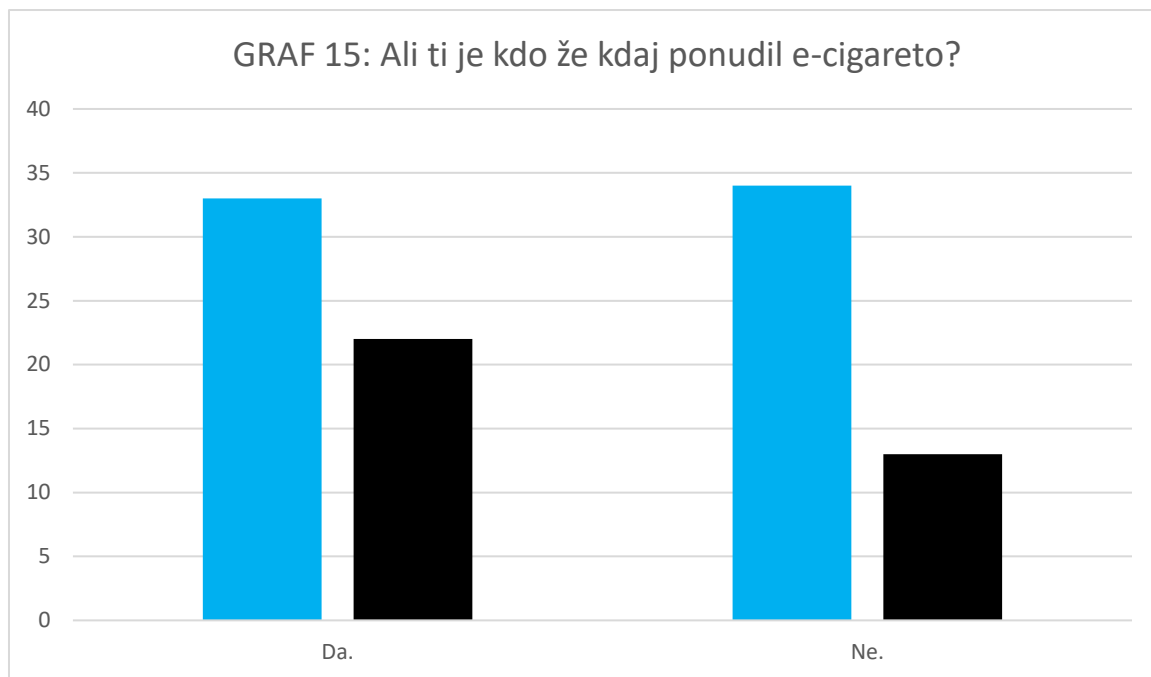
V zadnjem mesecu je e-cigareto poskusilo 9 učencev OŠ Vižmarje Brod. Enaka številka se pojavi tudi pri rezultatih drugih šol.



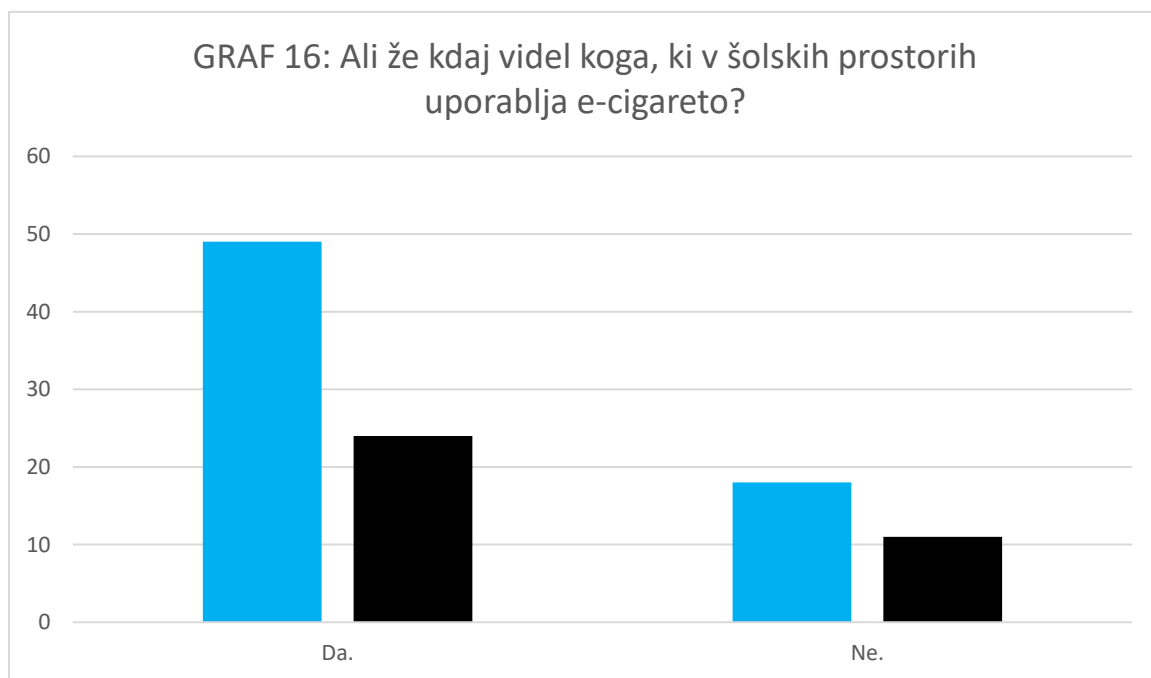
E-cigareto več kot trikrat na mesec uporablja 5 učencev OŠ Vižmarje Brod in 4-je učenci iz drugih šol. E-cigareto manj kot trikrat na mesec uporabljajo 3-je učenci OŠ Vižmarje Brod in 2 učenca drugih šol.



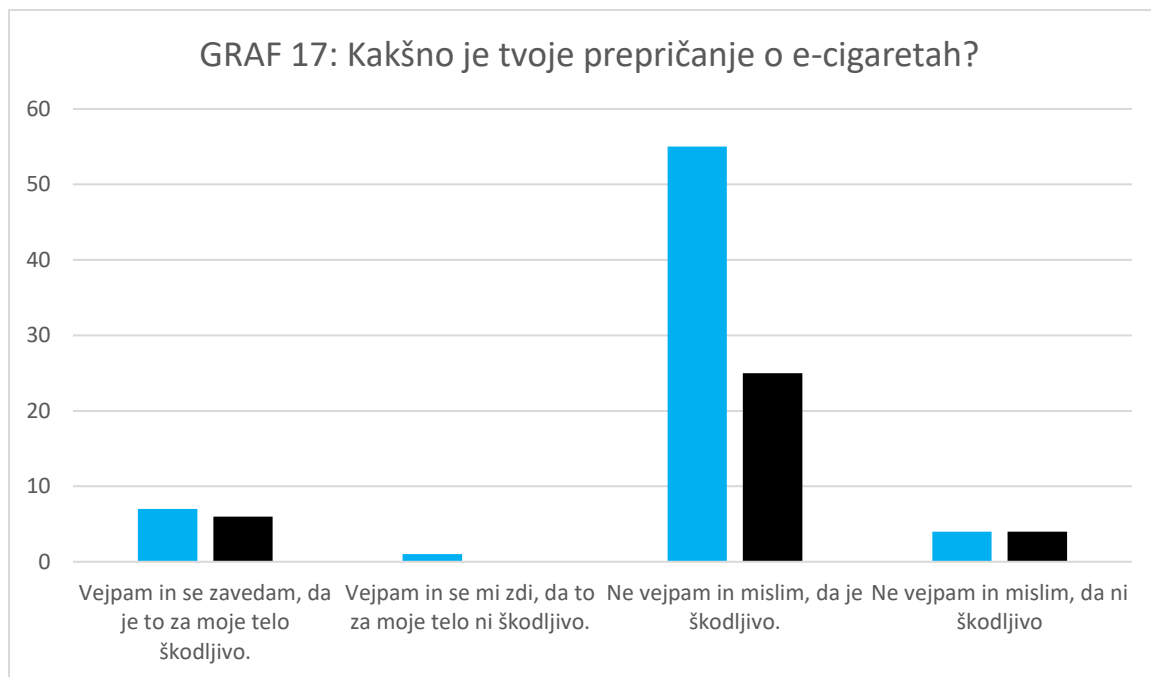
Starši 1 učenca iz OŠ Vižmarje Brod in starši 3 učencev iz drugih šol, se zavedajo, da njihov otrok uporablja e-cigarete. Starši preostalih učencev, ki uporabljajo e-cigarete, se tega ne zavedajo.



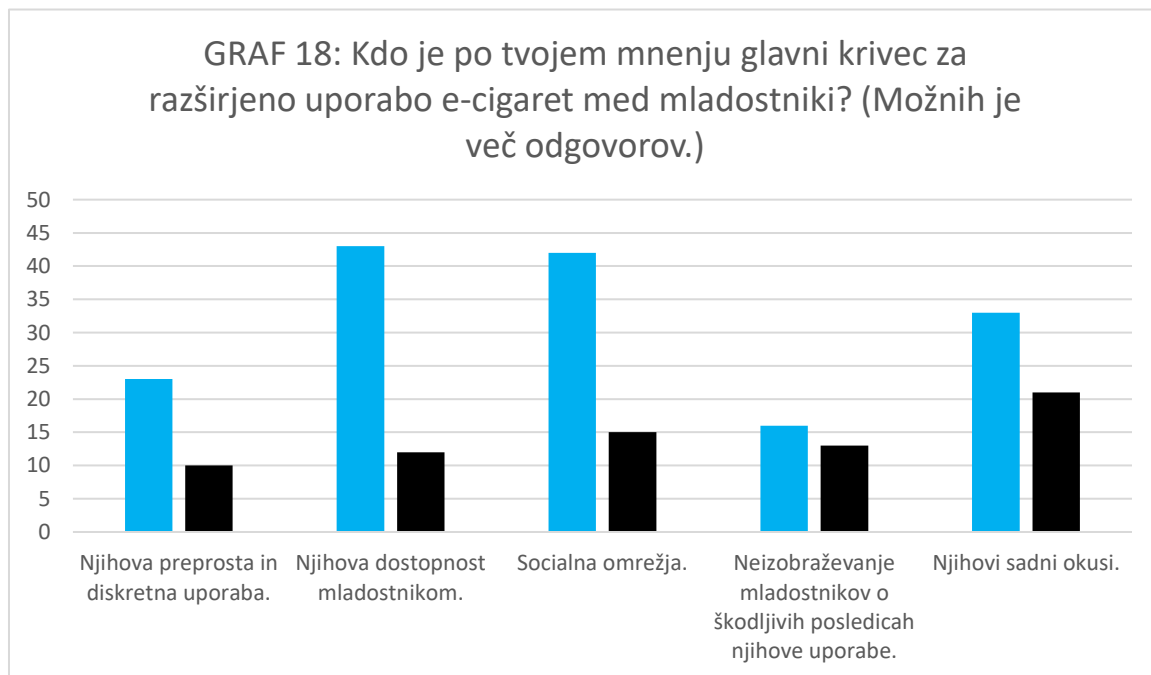
E-cigareta je že bila ponujena 33 učencem OŠ Vižmarje Brod in 22 učencem iz drugih šol.



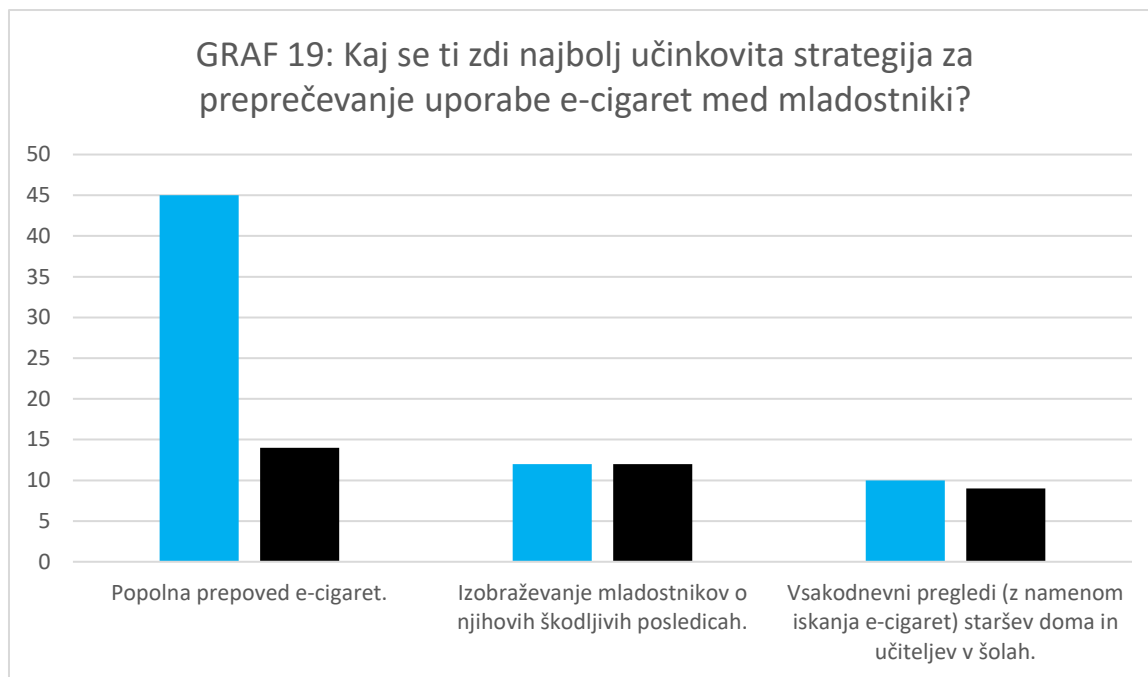
Uporabo e-cigaret je v šolskih prostorih videlo 49 učencev OŠ Vižmarje Brod in 24 učencev iz drugih šol.



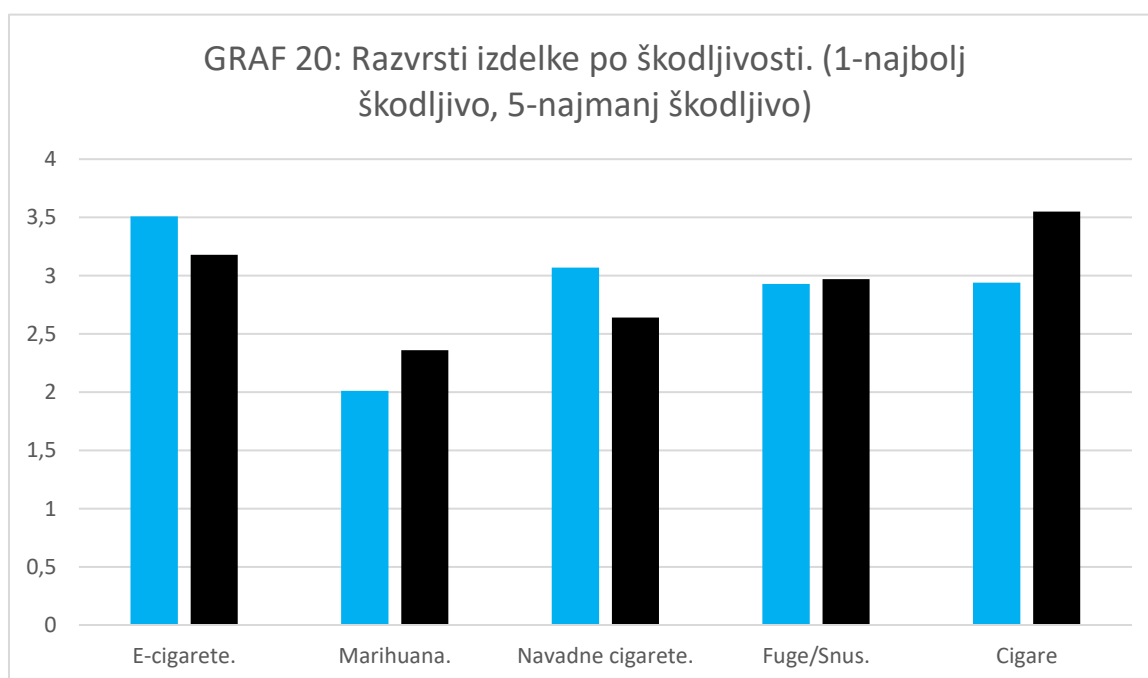
Samo en učenec OŠ Vižmarje Brod, ki uporablja e-cigarete, se ne zaveda njihove škodljivosti, vsi preostali uporabniki se. Poleg njega se škodljivosti e-cigaret ne zavedajo tudi 4-je učenci iz OŠ Vižmarje Brod, prav tako tudi 4-je učenci iz drugih šol, ki sicer tudi niso uporabniki.



Največ učencev OŠ Vižmarje Brod je mnenja, da je glavni krivec za razširjeno uporabo e-cigaret med mladostniki njihova dostopnost mladostnikom, učenci drugih šol so mnenja, da so za ta problem najbolj krivi sadni okusi najdeni v e-cigaretah. Po mnenju učencev OŠ Vižmarje Brod je k tej problematiki najmanj prispevalo nepoznavanje mladostnikov o škodljivih posledicah njihove uporabe, učenci drugih šol pa menijo, da je najmanj prispevala njihova preprosta in diskretna uporaba.



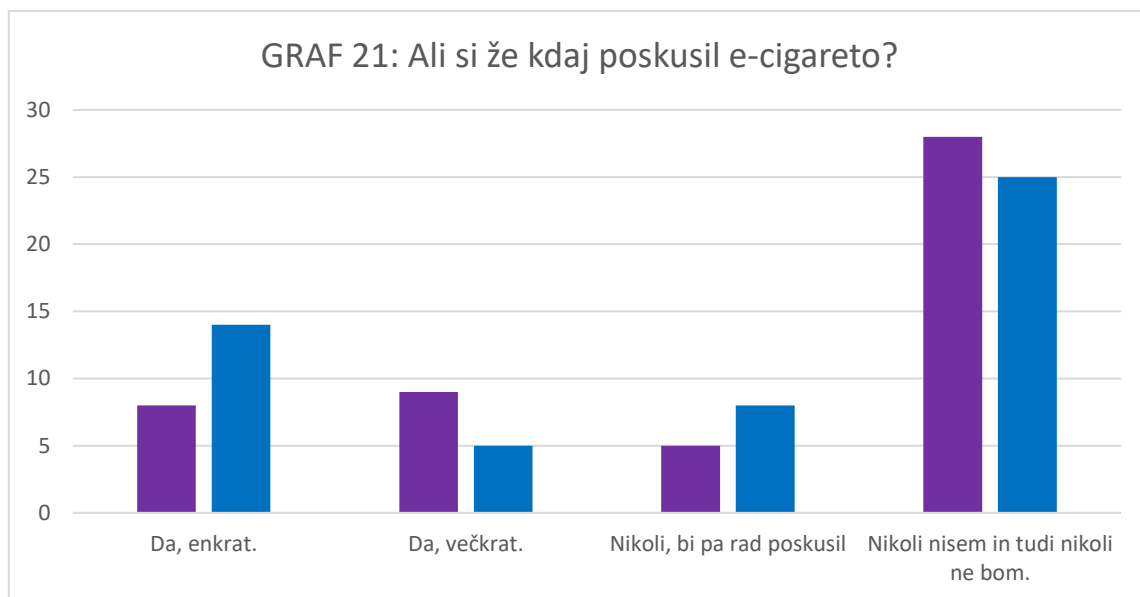
Največ učencev OŠ Vižmarje Brod in drugih šol je mnenja, da je najbolj učinkovita strategija za preprečevanje uporabe e-cigaret med mladostniki popolna prepoved e-cigaret.



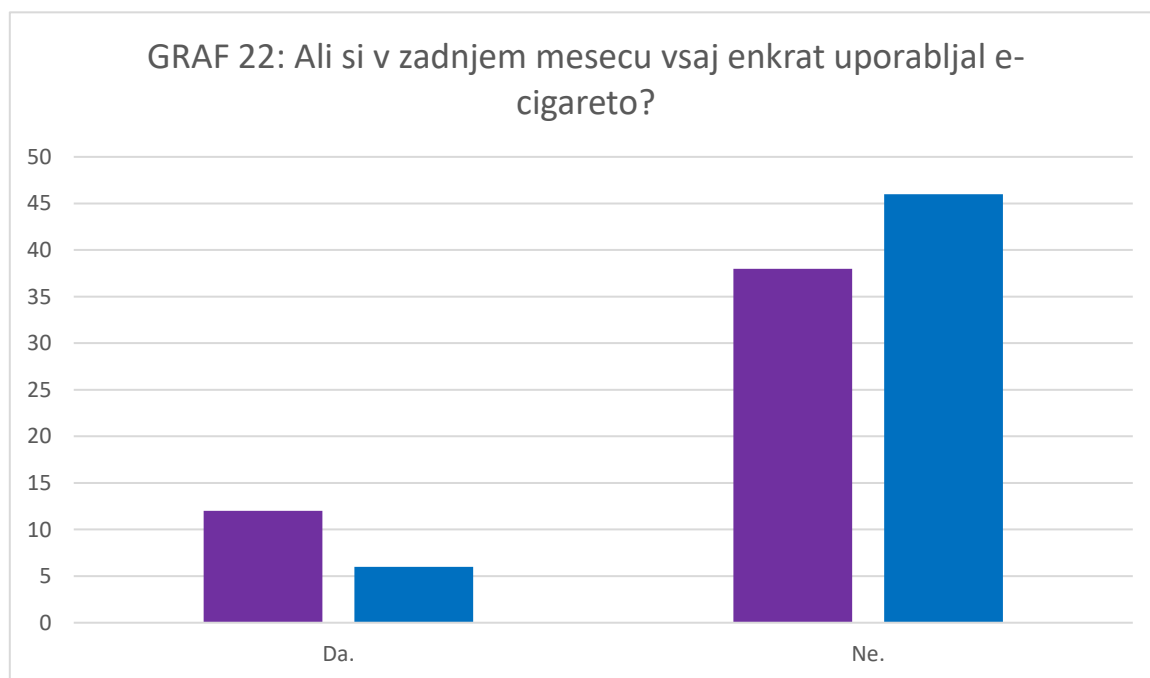
Izmed zgoraj naštetih izdelkov obravnavajo e-cigarete kot najmanj škodljive učenci OŠ Vižmarje Brod, učenci iz drugih šol pa so na to mesto postavili cigare. Učenci OŠ Vižmarje Brod in prav tako učenci iz drugih šol obravnavajo kot najbolj škodljivo marihuano.



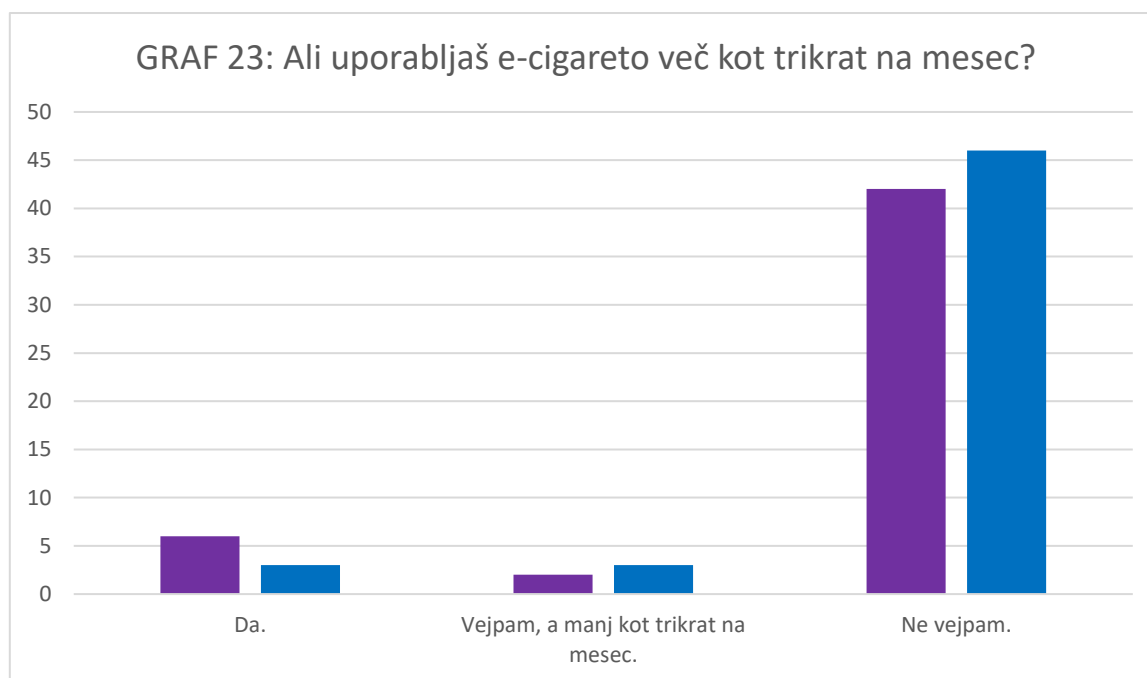
### 4.3 REZULTATI VSEH ANKETIRANIH UČENK IN UČENCEV



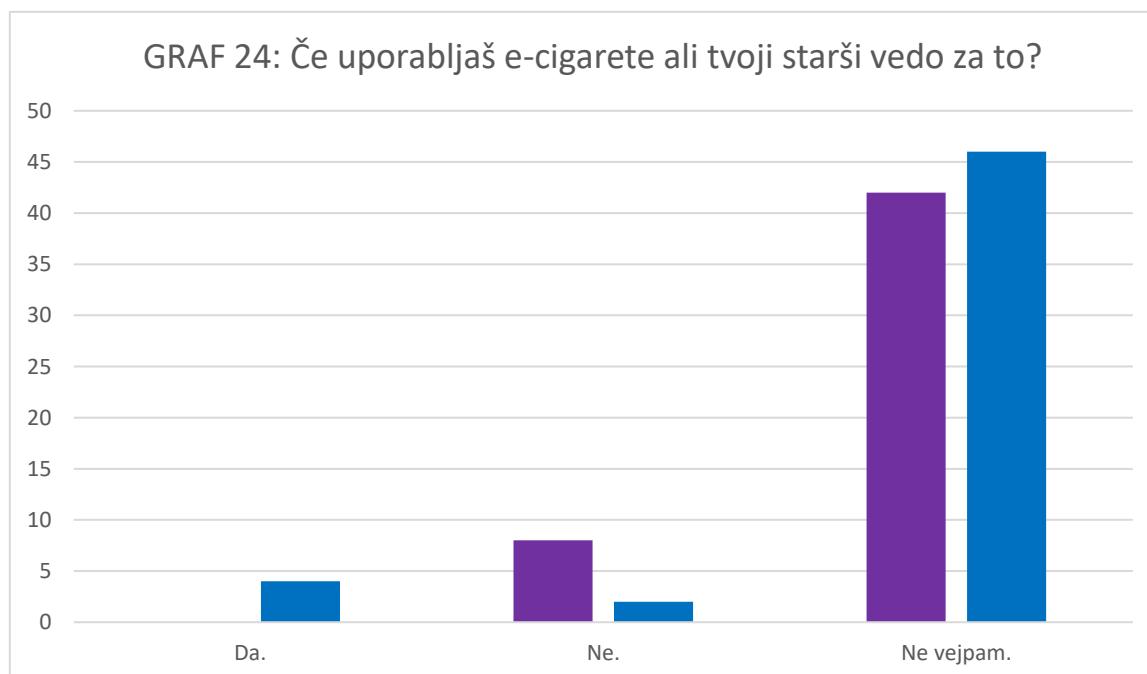
E-cigareto je v svojem življenju enkrat poskusilo 8 učenk in 14 učencev, večkrat jo je poskusilo 9 učenk in 5 učencev, 5 učenk in 8 učencev je še zainteresiranih za to, da e-cigareto poskusijo, ostalih 28 in 25 učenk in učencev e-cigaret še ni poskusilo in nameravajo, da bo tako tudi ostalo.



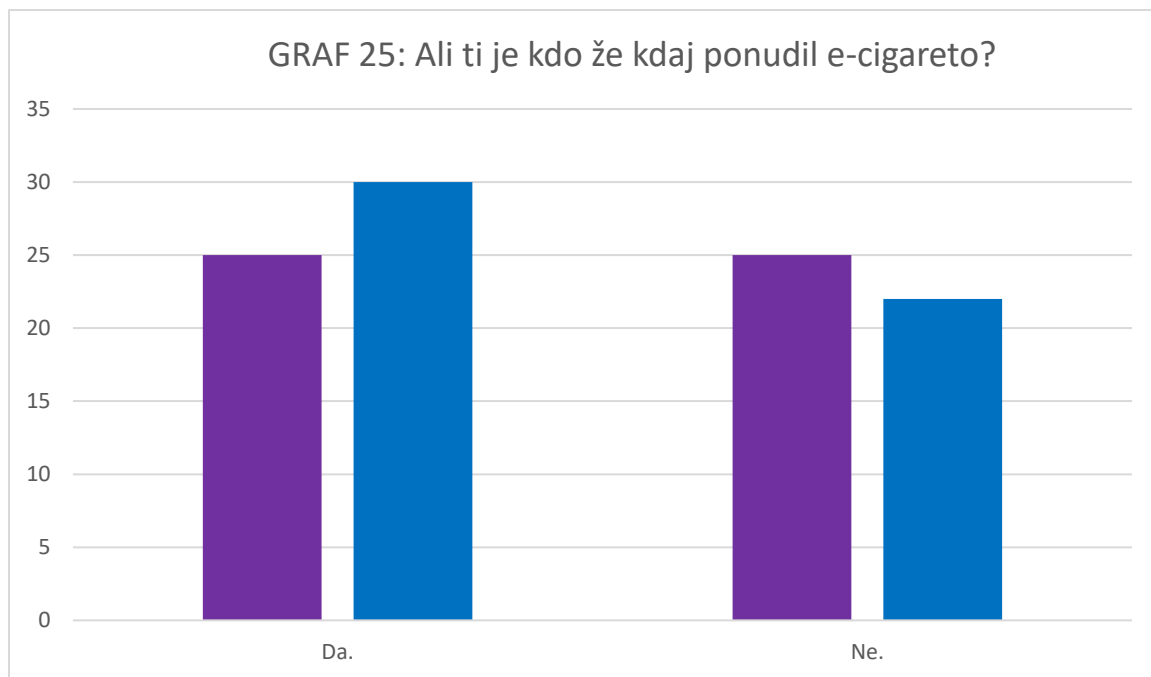
E-cigareto je v zadnjem mesecu uporabljalo 12 učenk in 6 učencev.



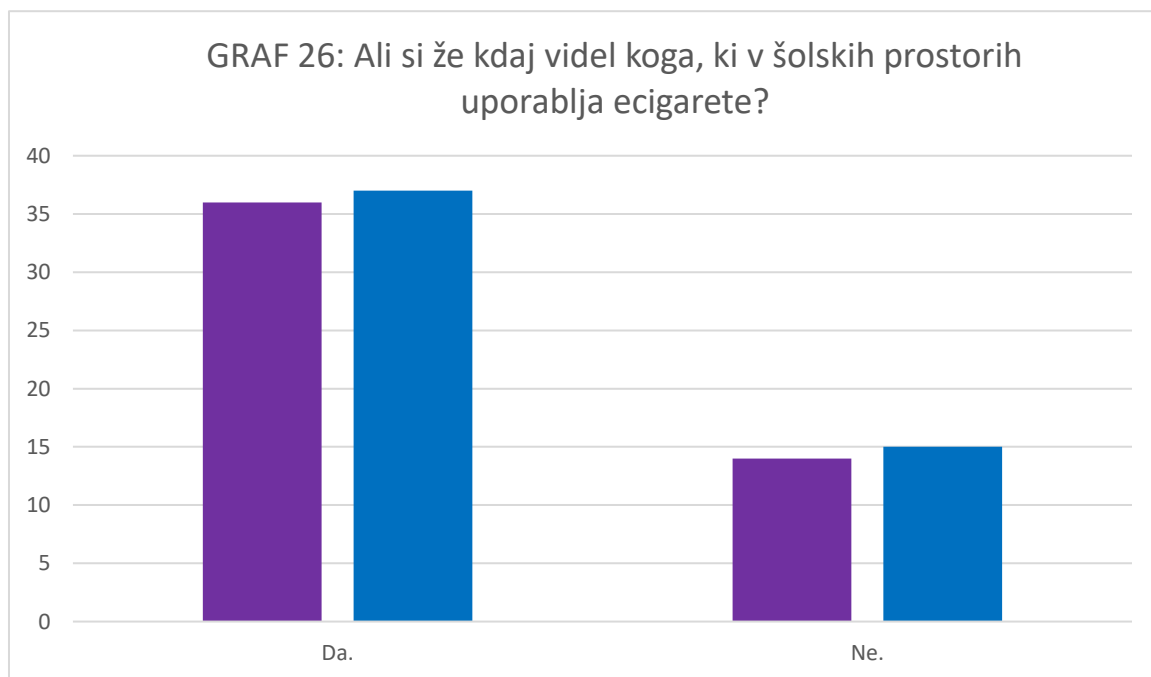
E-cigareto več kot trikrat na mesec uporablja 6 učenk in 3-je učenci, manj kot trikrat na mesec jo uporabljata 2 učenki in 3-je učenci.



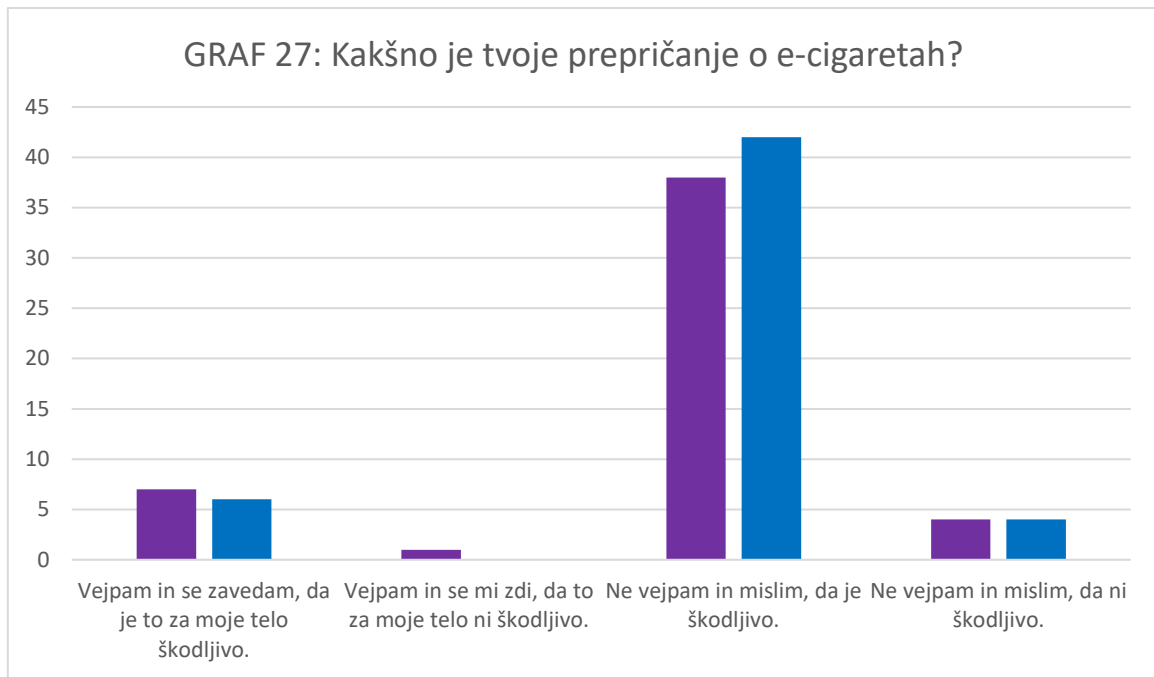
To, da njihovi otroci uporabljajo e-cigarete, se zavedajo starši štirih učencev. Pri preostalih uporabnikih se starši njihove uporabe ne zavedajo.



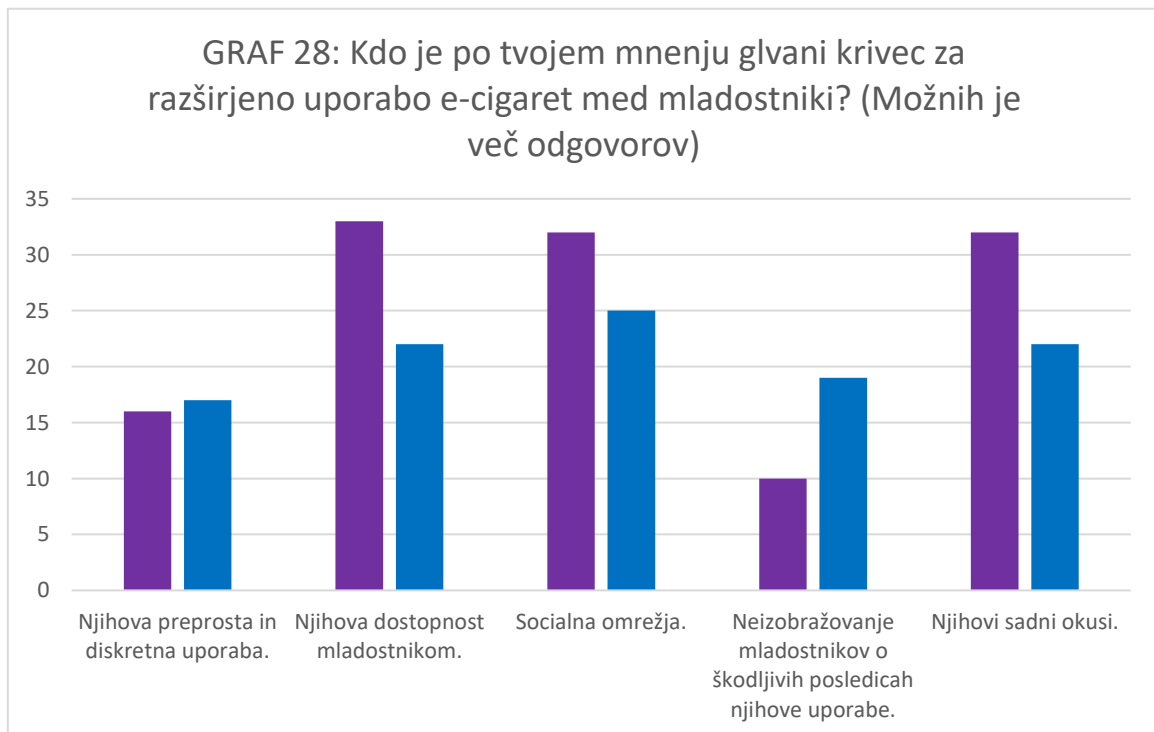
E-cigareta je bila ponujena že 25 učenkam in 30 učencem.



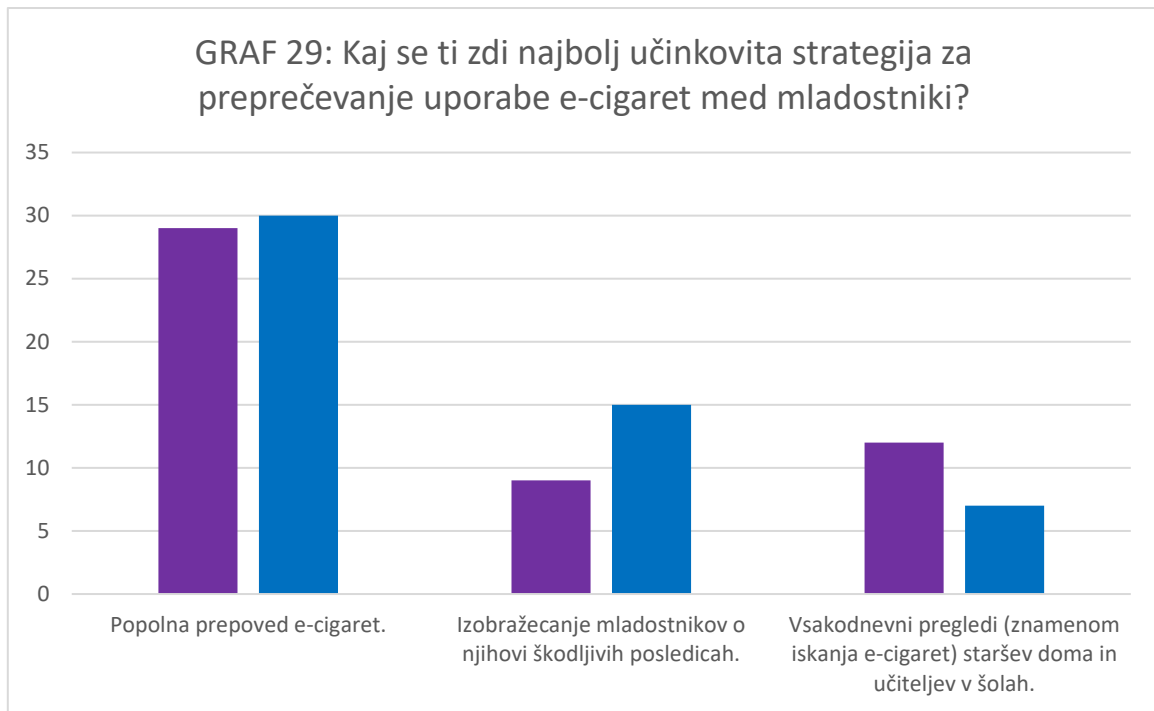
36 in 37 učenk in učencev je že videlo uporabo e-cigaret v šolskih prostorih.



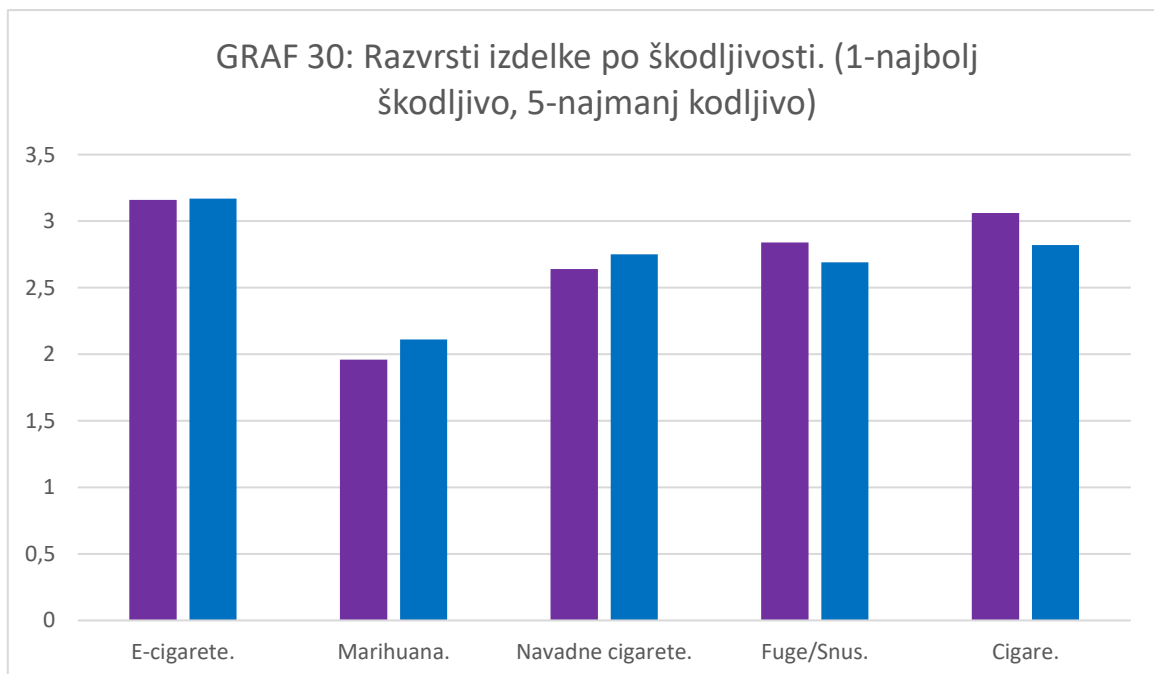
7 od 8-ih učenk, ki uporabljajo e-cigarete, se zaveda negativnih posledic, ki jih prinese njihova uporaba. Tega se zavedajo vsi učenci, ki jih uporabljajo. Pri obeh spolih 4 predstavniki, ki sicer ne vejpajo, e-cigarete vidijo kot neškodljive, preostali učenci, ki e-cigaret ne uporabljajo, pa se zavedajo njihove škodljivosti.



Največjo krivdo razširjenosti uporabe učenke pripisujejo dostopnosti e-cigaret mladostnikom, učenci pa socialnim omrežjem.

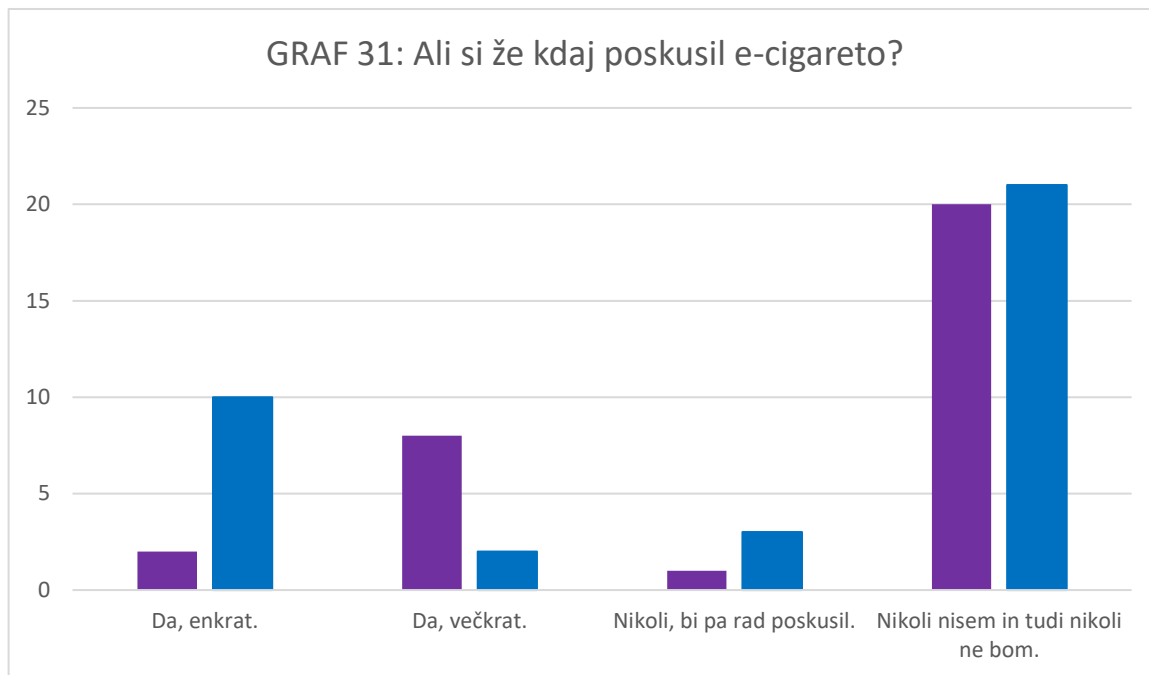


Največ učenkam in učencem se zdi, da bi bila najbolj učinkovita strategija za preprečevanje uporabe med mladostniki popolna prepoved e-cigaret (29 učenk in 30 učencev). Izobraževanje o škodljivih posledicah uporabe e-cigaret se zdi najbolj primeren pristop 9 učenkam in 15 učencem. 12 učenk in 7 učencev pa meni, da bi to problematiko najbolje rešilo vsakodnevno pregledovanje (z namenom iskanja e-cigaret) staršev doma in učiteljev v šolah.

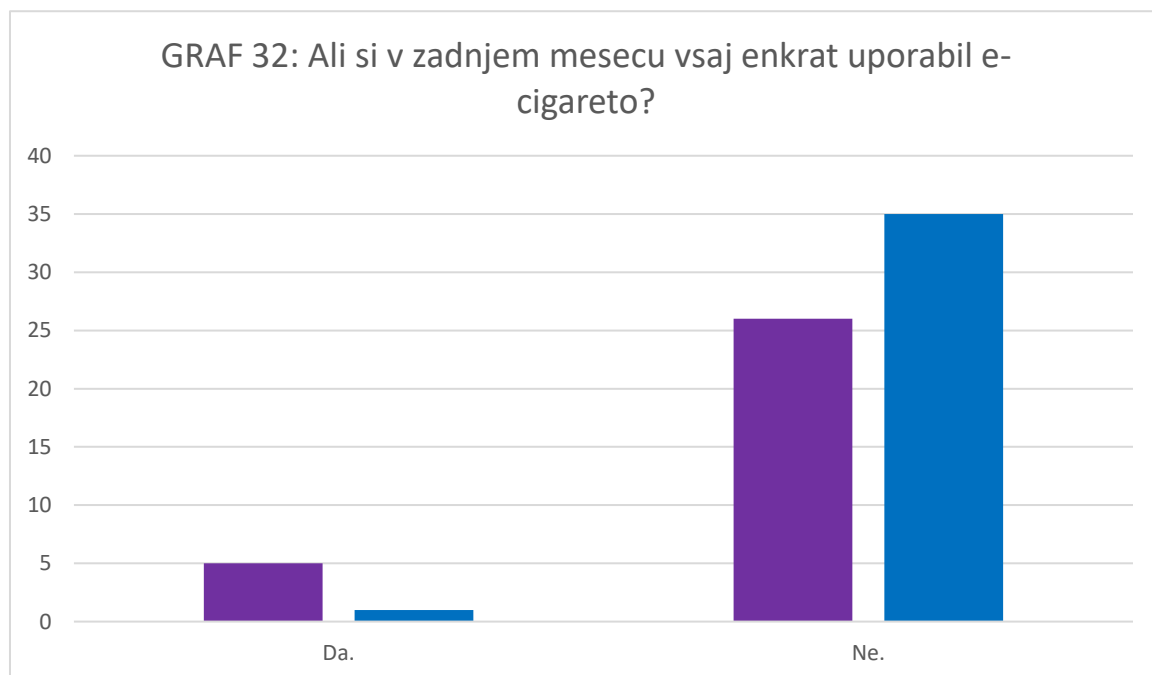


V povprečju učenke in učenci menijo, da so e-cigarete (izmed naštetih produktov) najmanj škodljive, najbolj pa se jim zdi škodljiva marihuana.

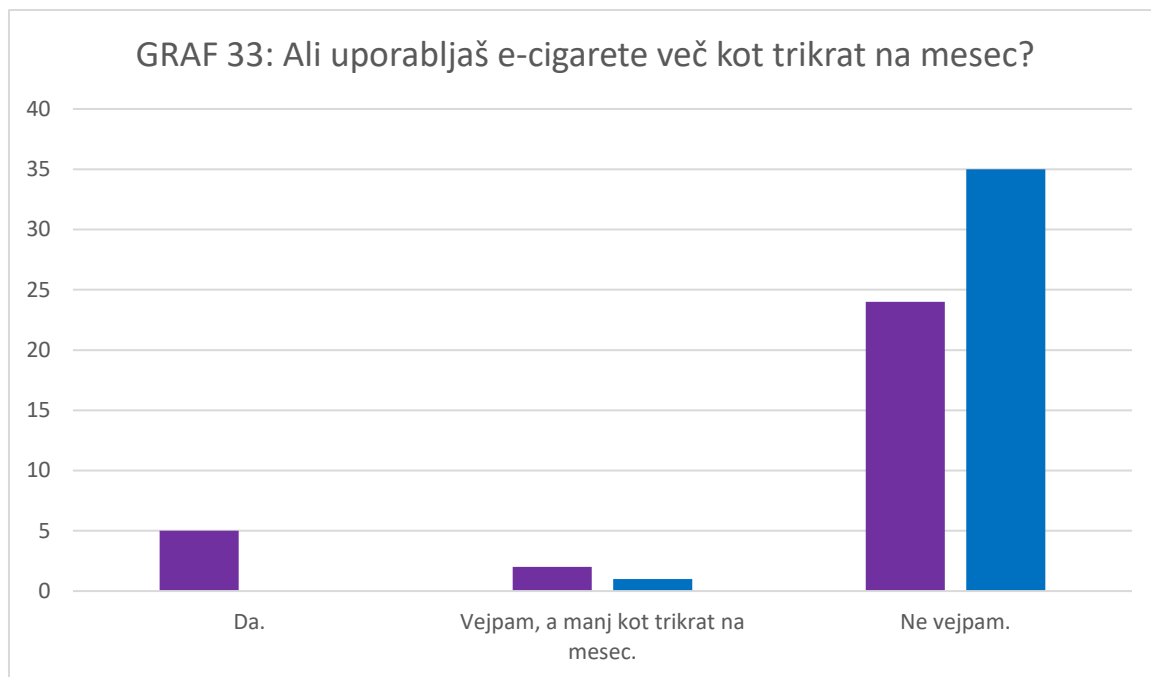
#### 4.4 REZULTATI VSEH ANKETIRANIH UČENK IN UČENCEV OŠ VIŽMARJE BROAD



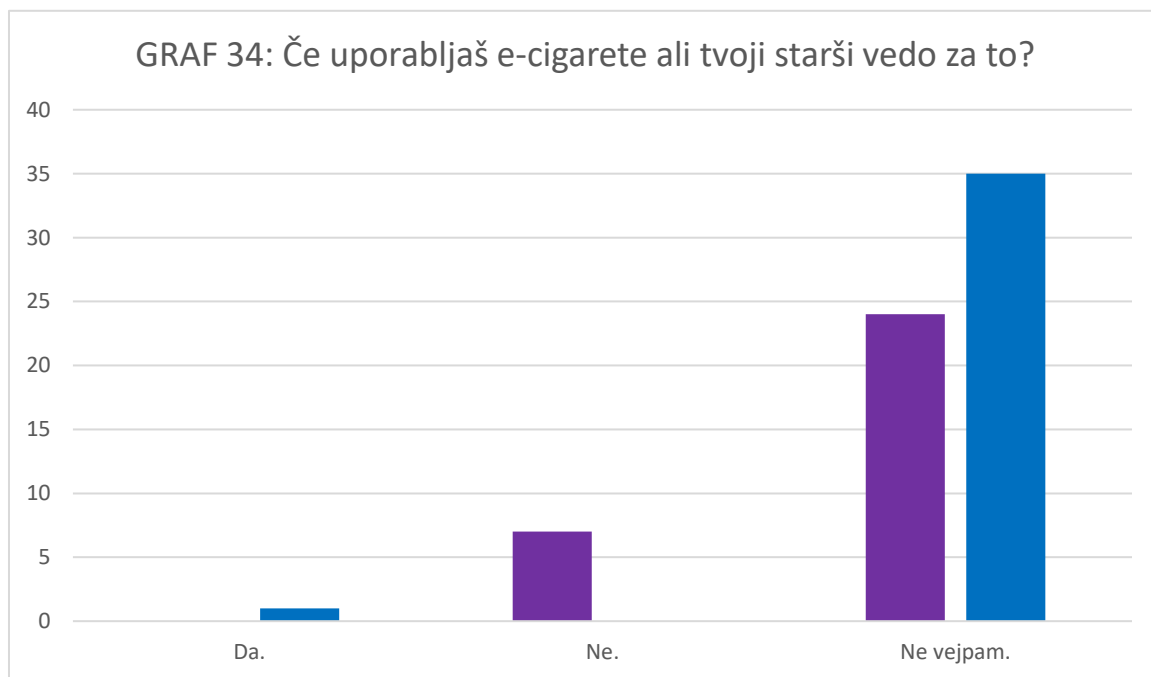
E-cigareto je enkrat poskusilo 2 učenki in 10 učencev, večkrat so jo poskusile 8 učenk in 2 učenca, pri obeh spolih si nekdo še želi poskusiti, pri učenkah je ta številka 1, pri učencih 3. Preostalih 20 učenk in 21 učencev je pa mnenja, da nikoli niso in tudi nikoli ne bodo poskusili e-cigarete.



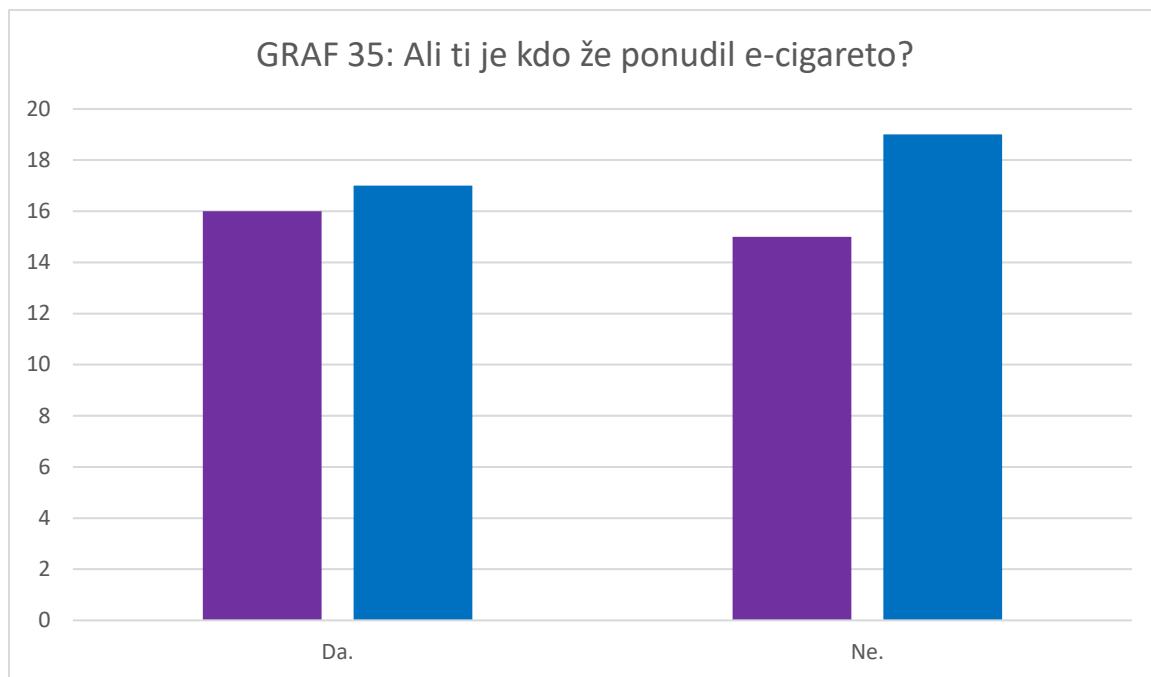
V zadnjem mesecu je e-cigareto poskusilo 5 učenk in 1 učenec.



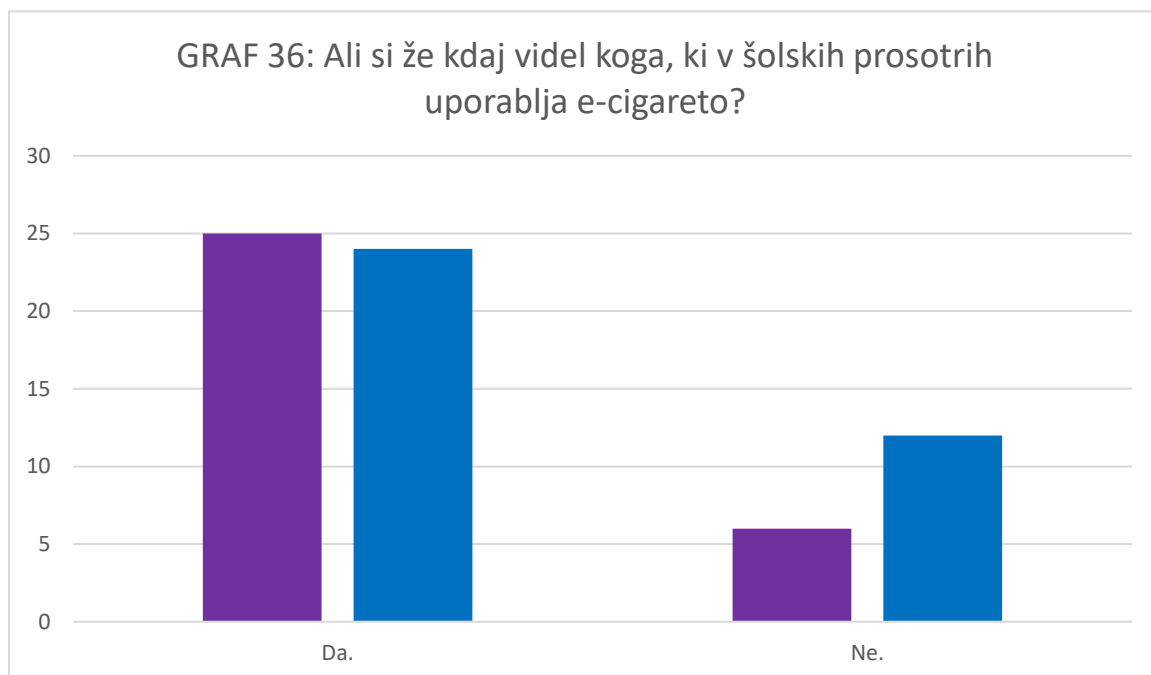
5 učenk uporablja e-cigarete več kot trikrat na mesec, 2 učenki in 1 učenec pa manj kot trikrat na mesec.



To, da njihovi otroci uporabljajo e-cigarete se zavedajo starši 1 učenca, starši vseh učenk (7) pa se tega ne zavedajo.

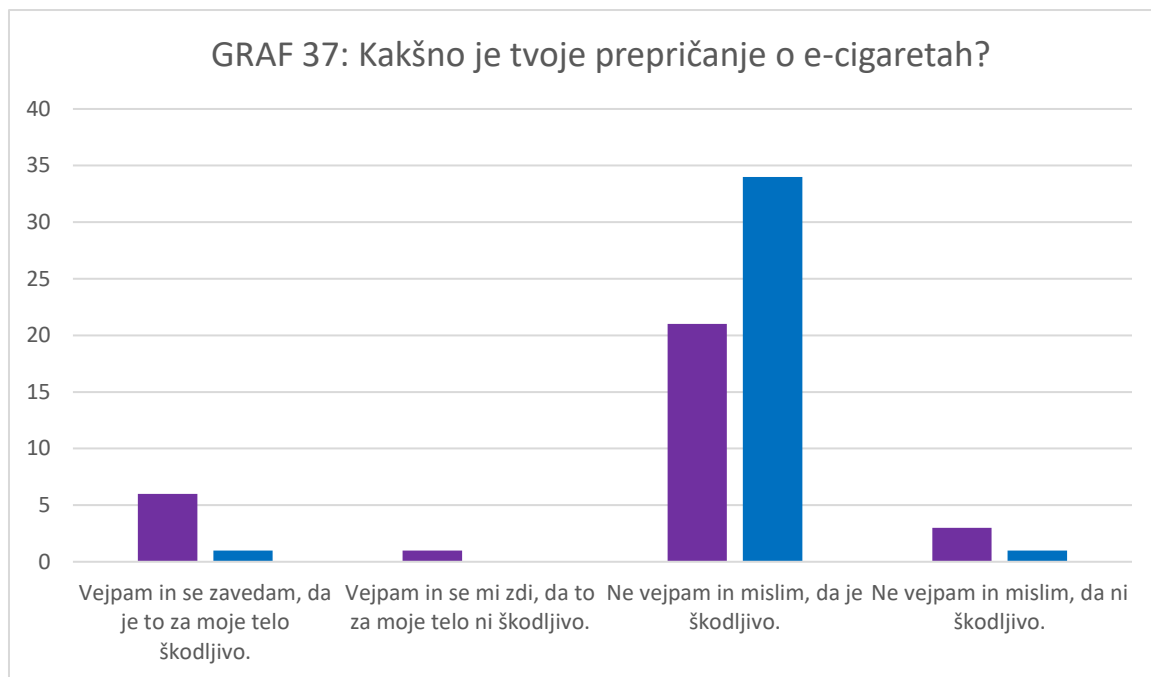


E-cigareta je bila ponujena že 16 učenkam in 17 učencem.

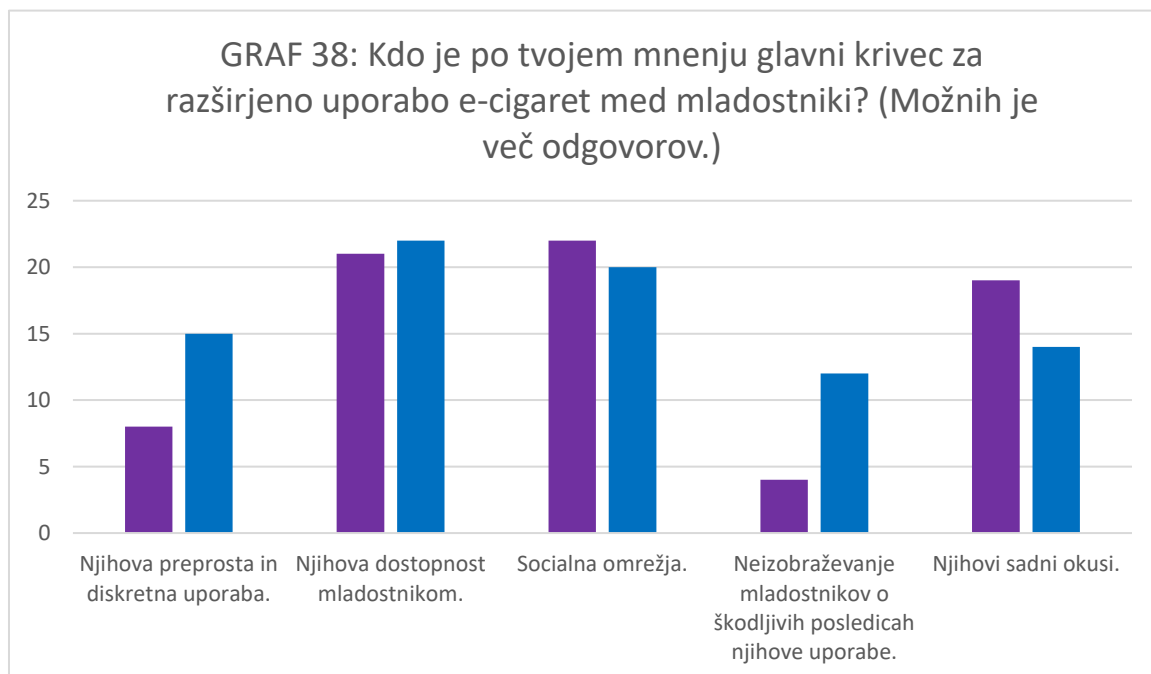


25 učenk in 24 učencev je že videlo uporabo e-cigaret v šolski prostorih.

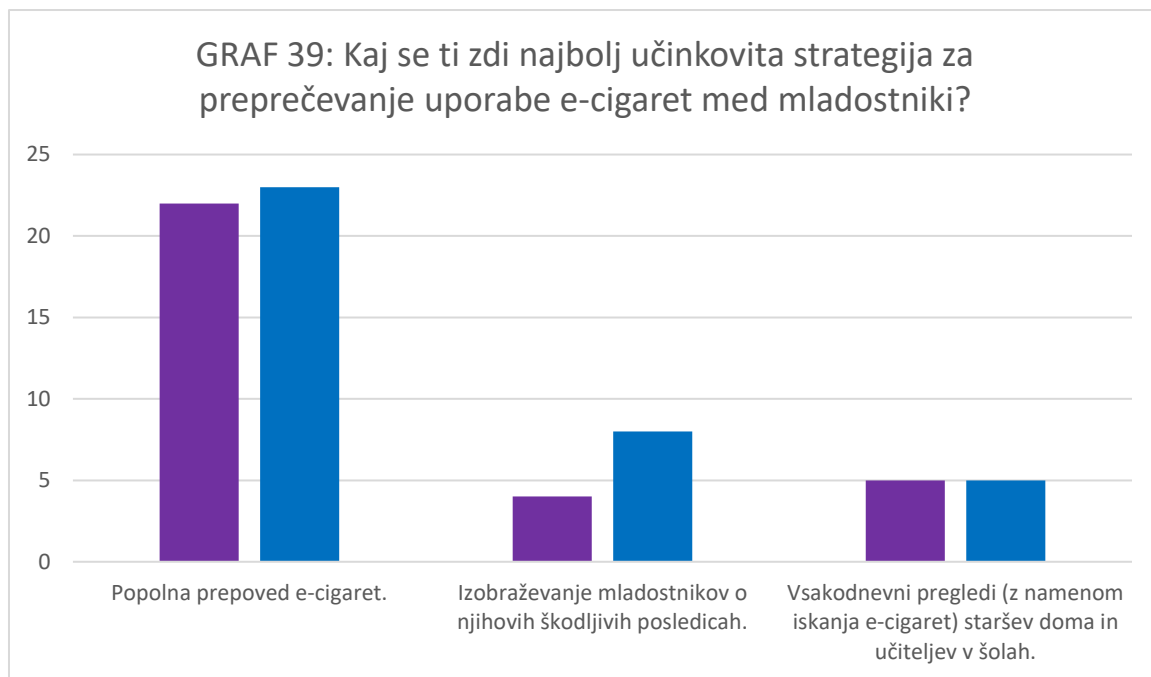




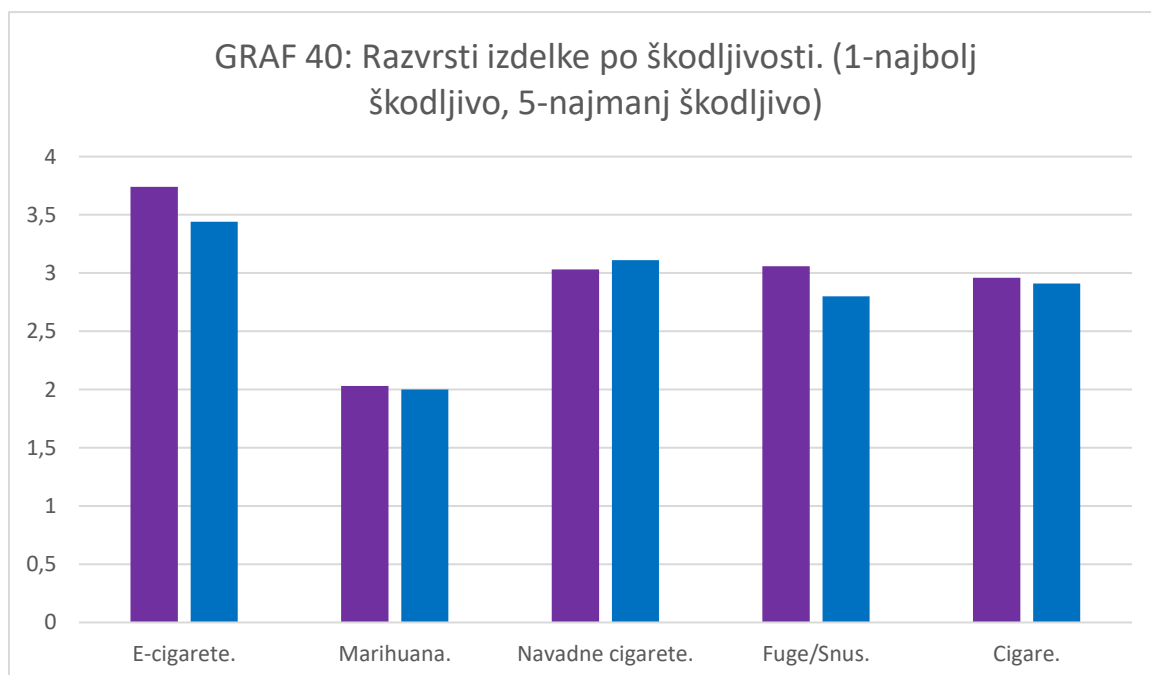
6 učenk, ki uporabljajo e-cigarete se zaveda, da je to za njihovo telo škodljivo, 1 se ne. Učenec, ki uporablja e-cigarete se zaveda njihove škodljivosti. 3 učenke in 1 učenec e-cigaret ne uporabljajo in menijo, da niso škodljive. Preostale učenke in učenci, ki e-cigaret ne uporabljajo, se zavedajo njihove škodljivosti.



Učenkam se zdi, da je glavni krivec za razširjeno uporabo e-cigaret med mladostniki njihova dostopnost mladostniki, učencem pa se zdijo socialna omrežja.

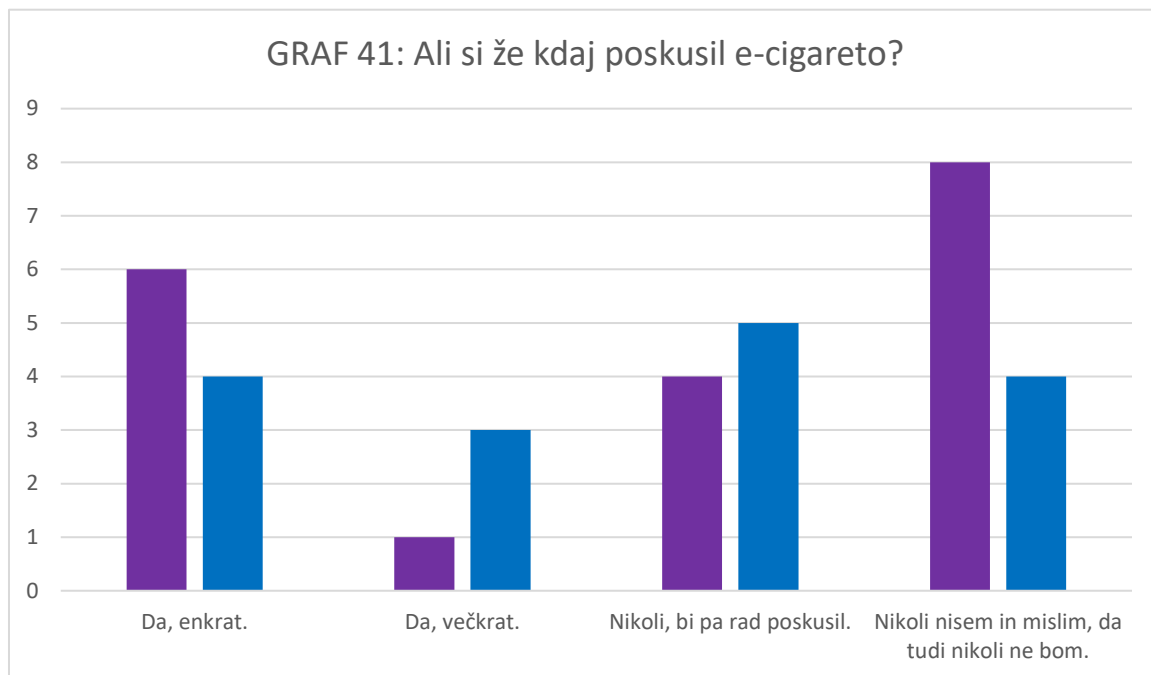


Večini učenkam in učencev se zdi, da je najbolj učinkovita strategija za preprečevanje uporabe e-cigaret med mladostniki popolna prepoved e-cigaret.

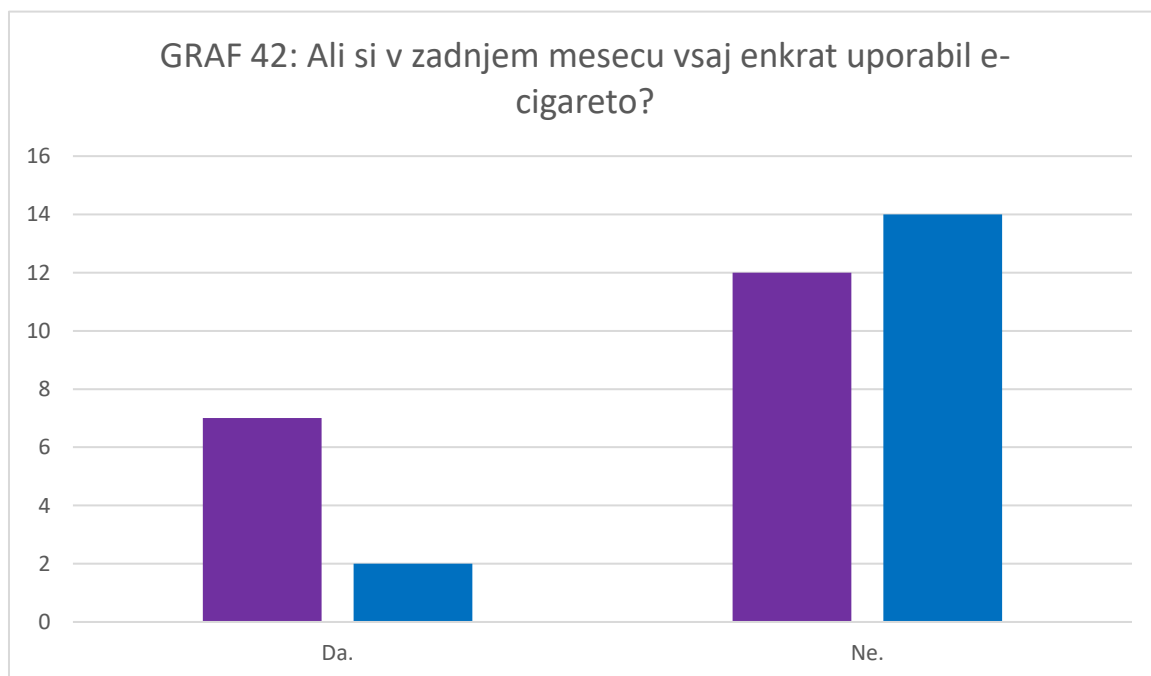


V povprečju so in učenci in učenke e-cigarete prepoznali kot najmanj škodljive, marihuano pa kot najbolj.

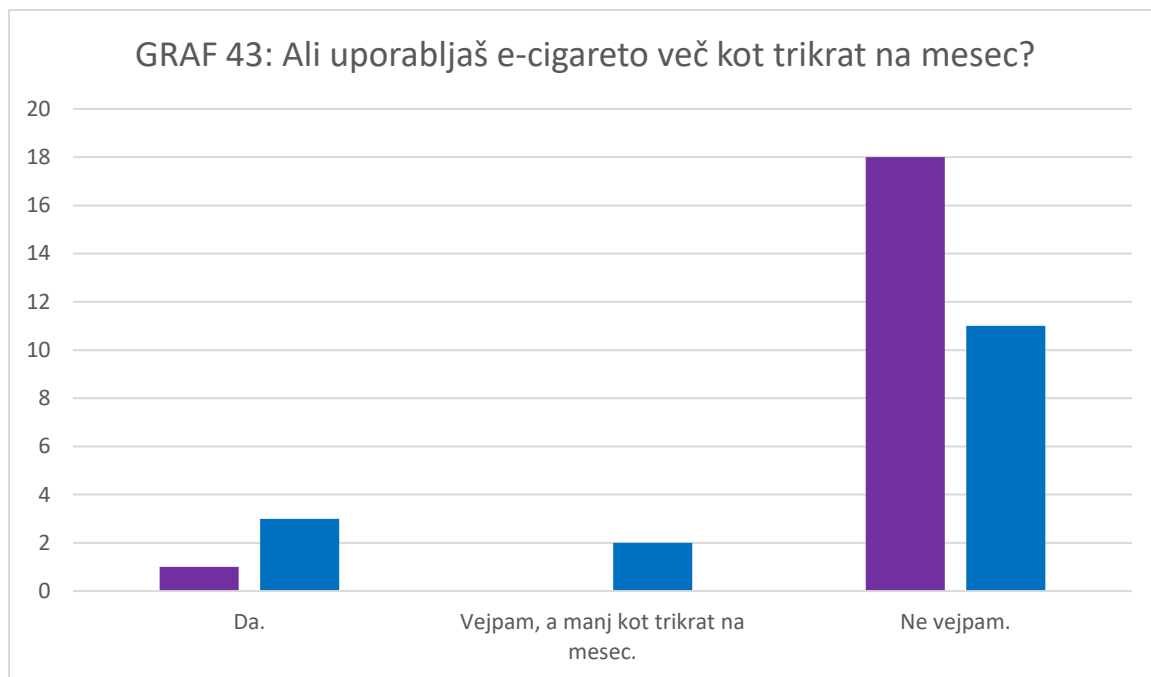
## 4.5 REZULTATI VSEH ANKETIRANIH UČENK IN UČENCEV TUJIH ŠOL



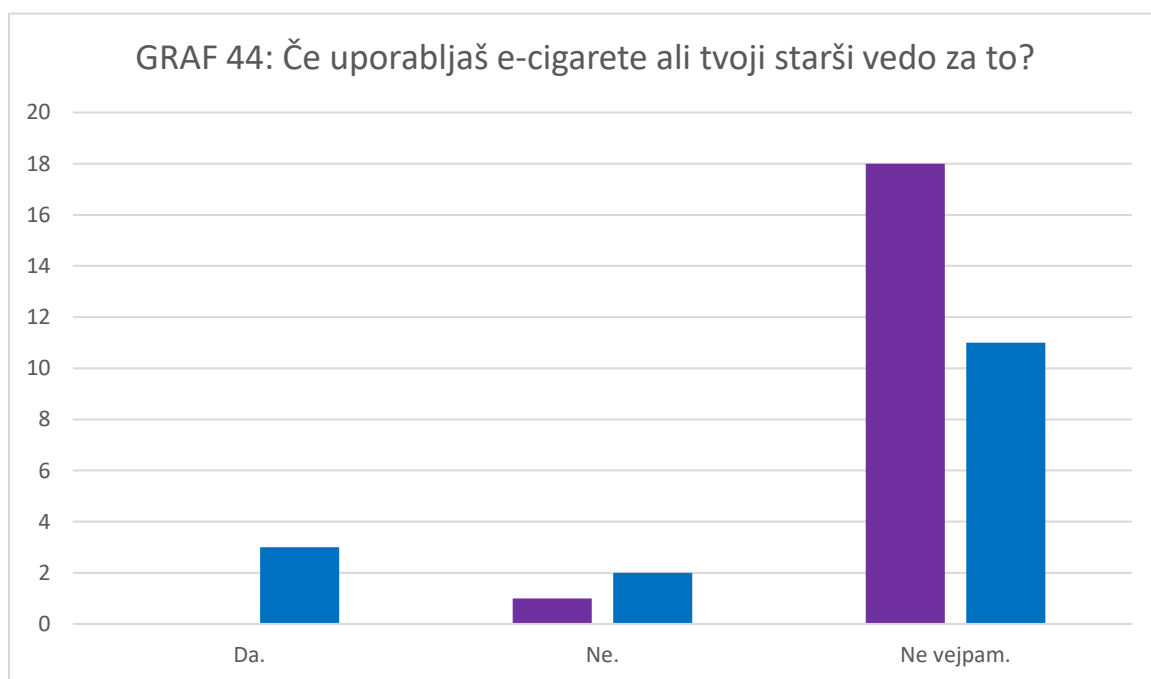
E-cigareto je enkrat poskusilo 6 učenk in 5 učencev, večkrat pa 1 učenka in 3 učenci. Željo, da bi poskusili e-cigareto, je izreklo še 3 učenk in 2 učenca.



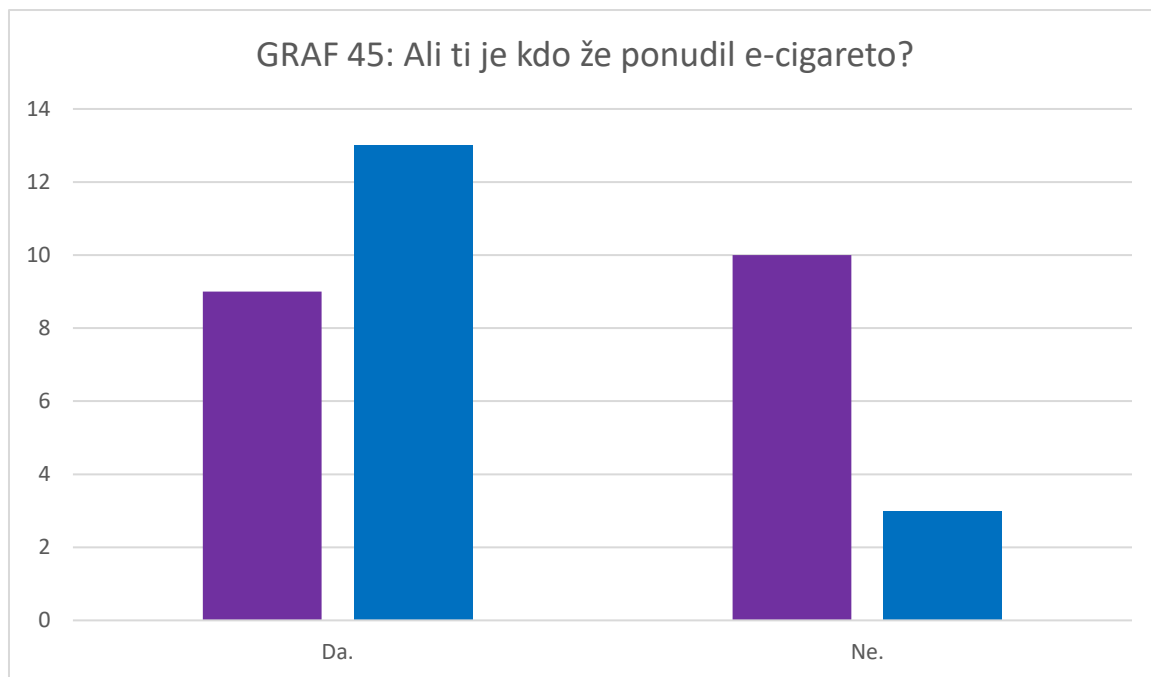
V zadnjem mesecu je e-cigareto poskusilo 7 učenk in 2 učenca.



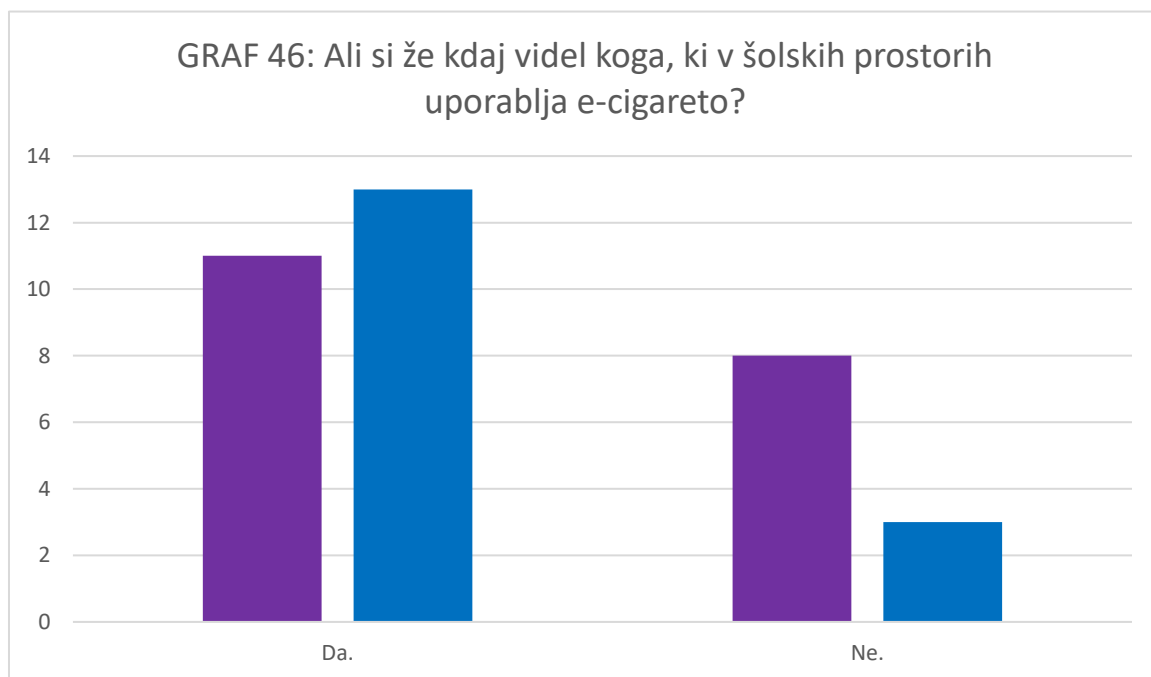
E-cigareto več kot trikrat na mesec uporabljata 1 učenka in 3-je učenci, manj kot trikrat na mesec pa 2 učenca.



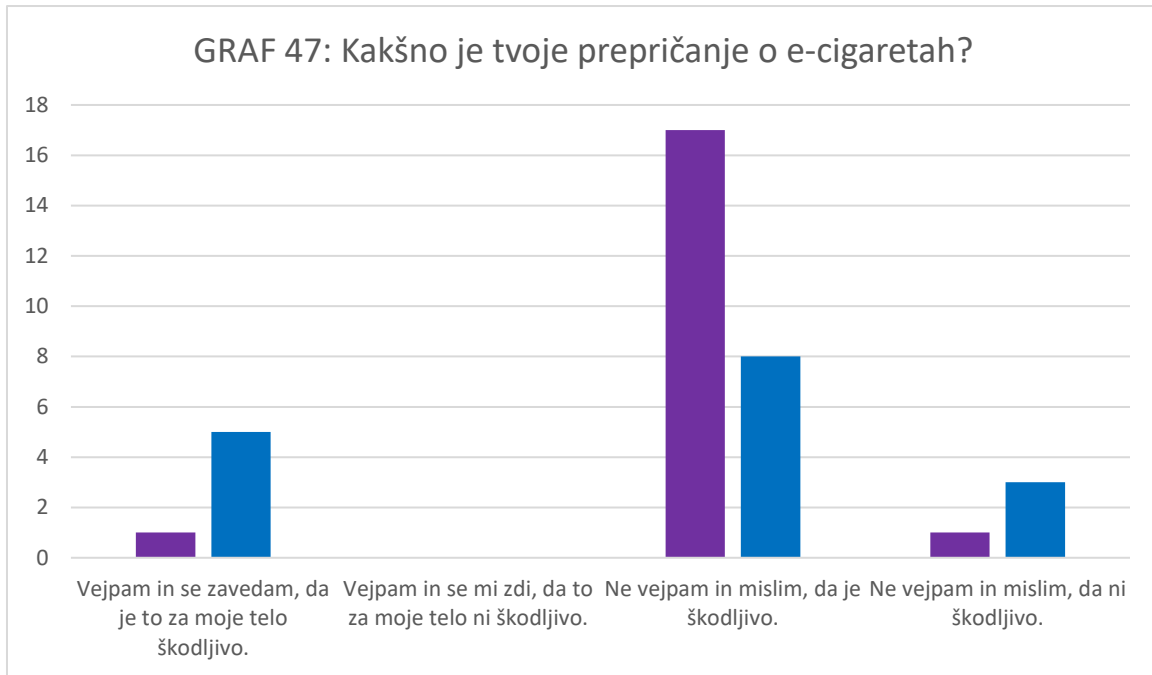
Starši nobene učenke oziroma učenca ne vedo, da njihovi otroci uporabljajo e-cigarete.



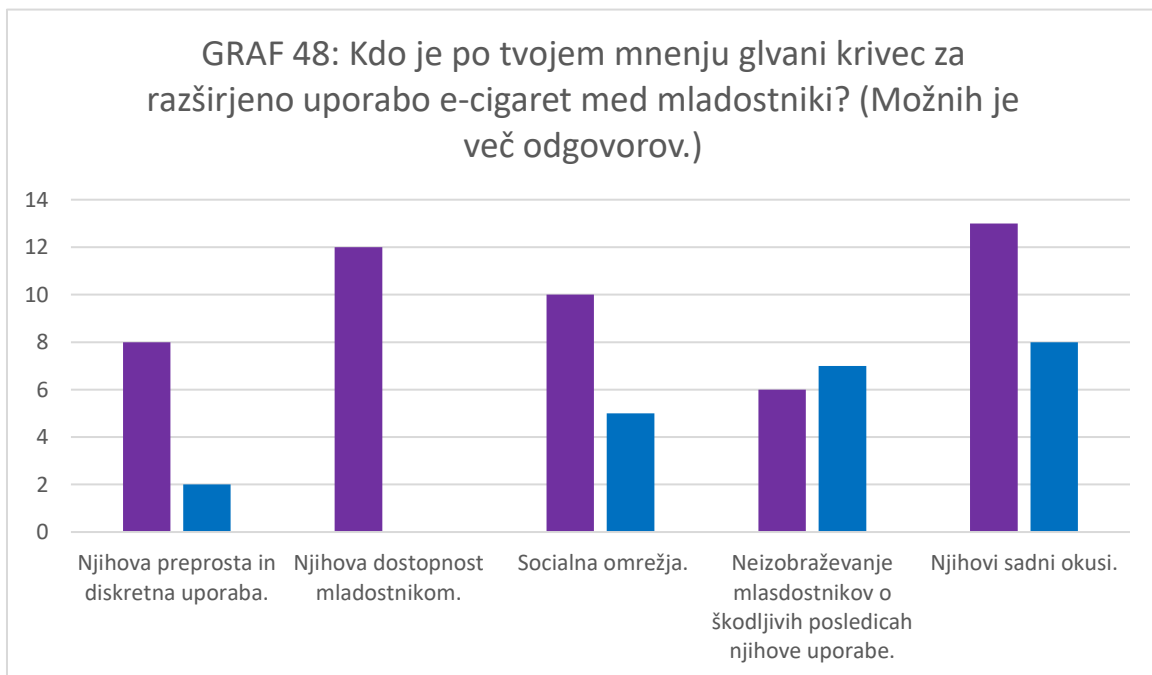
E-cigareta je bila ponujena 9 učenkam in 13 učencem.



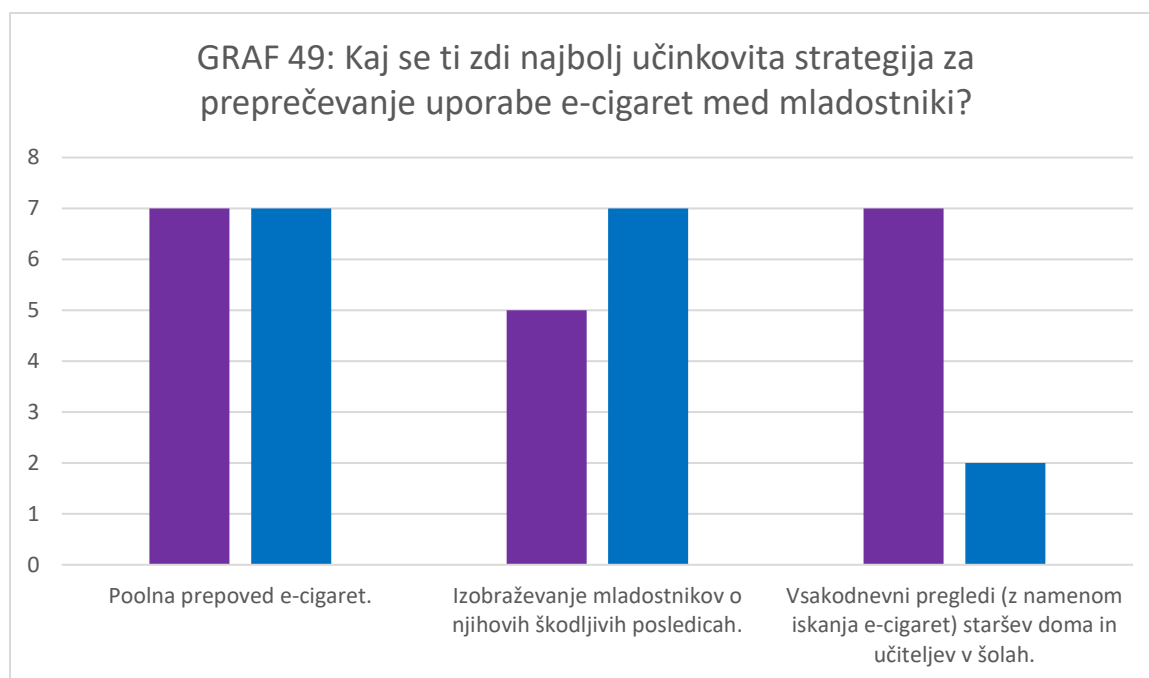
11 učenk in 13 učencev je že videlo uporabo e-cigaret v šolskih prostorih.



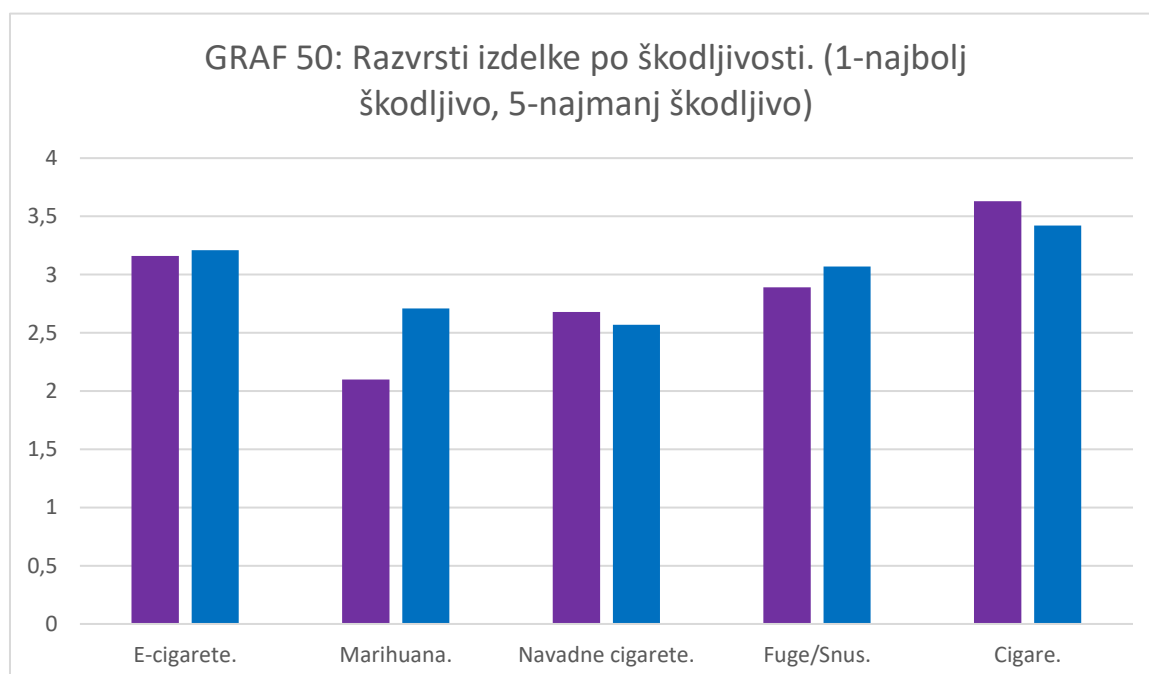
Vsi učenci in učenke, ki uporabljajo e-cigarete se zavedajo njihove škodljivosti. 1 učenka in 3-je učenci ne uporabljajo e-cigaret, a so mnenja, da e-cigarete niso škodljive. Preostale učenke in učenci, ki ne uporabljajo e-cigaret, jih obravnavajo kot škodljive.



Največ učenk in učencev meni, da so za razširjeno uporabo e-cigaret med mladostniki krivi sadni okusi e-cigaret.



7 učenk in učencev meni, da je najbolj učinkovita strategija za preprečevanje uporabe e-cigaret med mladostniki popolna prepoved e-cigaret. 5 učenk in 7 učencev je mnenja, da bi se s problematiko morali spoprijeti z izobraževanjem mladostnikov o škodljivih posledicah uporabe. 7 učenk in 2 učenca pa predvidevajo, da je najboljši način vsakodnevno pregledovanje, z namenom iskanja e-cigaret, staršev doma in učiteljev v šolah.



Kot najmanj škodljive učenke in učenci obravnavajo cigare, kot najbolj učenke marihuano, učenci pa navadne cigarete.

## 5 UGOTOVITVE

Z anketo mi je uspelo potrditi oziroma zavrniti zastavljene hipoteze:

### 1. Hipoteza

Pravilno sem ocenil, da je e-cigareto poskusilo več kot 25 % anketiranih učencev, v resnici je ta številka 36 %, da e-cigareto mesečno uporablja več kot 10 % anketiranih učencev, saj je ta številka v resnici 14 %, ter da je e-cigareto v zadnjem mesecu poskusilo več kot 15 % vseh anketirancev (v resnici je ta številka 18 %).

### 2. Hipoteza

Več kot polovica staršev otrok, ki uporabljajo e-cigarete, se ne zaveda početja njihovih otrok, torej je moja druga hipoteza potrjena.

### 3. Hipoteza

Hipoteza, je delno potrjena, saj je e-cigareta že bila ponujena več kot 50 % vseh anketirancev (54 %), njihovo uporabo v šolskih prostorih pa je videlo manj kot 75 % (resnična številka 72 %) vseh anketirancev.

### 4. Hipoteza

Pravilno sem ocenil, da se večina učencev zaveda škodljivosti uporabe e-cigaret, saj je tako odgovorilo skoraj 9 od 10 anketirancev. Napačno pa sem ocenil, da je veliko učencev mnenja, da so e-cigarete bolj škodljive kot nekateri drugi tobačni izdelki. Izkazalo se je namreč, da učenci v povprečju e-cigarete obravnavajo kot najmanj škodljive med vsemi naštetimi tobačnimi izdelki.

### 5. Hipoteza

Letošnji rezultati naše osnovne šole so v povprečju pokazali 1 % porast pri enkratnem oziroma večkratnem poskušanju e-cigaret glede na lanske rezultate, kjer je e-cigareto enkrat ali večkrat poskusilo 32 % anketirancev. Prišlo pa je do 2 % upada pri vsakomesečni uporabi e-cigaret, saj je bil lani odstotek uporabe 13 %. Ta hipoteza je delno potrjena.



Rezultati ankete pravijo, da mladostniki menijo, da se na področju izobraževanja mladostnikov o škodljivih posledicah uporabe dela dovolj. To mislim tudi jaz, menim pa, da se včasih premalo poudarka da tudi na preostale tobačne, nikotinske oziroma zdravju škodljive izdelke (na primer energijske pijače). Vendar se je kljub mojim predpostavkam, da učenci e-cigarete obravnavajo kot bolj škodljive od preostalih izdelkov omenjenih v anketi, izkazalo popolnoma drugače. Velika večina učencev in učenk je e-cigarete postavilo na najmanj škodljivo mesto, najbolj pa se jim je zdela škodljiva marihuana. Seveda preprostega odgovora na to, kateri izdelek je najbolj škodljiv, ni. Kot sem že prej omenil, vsak škodi različnim delom telesa. Marihuana vpliva na kognitivne sposobnosti in poveča tveganje za duševne motnje, fuge/snus povečajo tveganje oralnega raka, bolezn dlesni ter za različne srčne bolezni, navadne cigarete negativno vplivajo na plodnost, povečajo tveganje pljučnega raka, srčne bolezni ter za kronične dihalne bolezni, cigare pa povečajo tveganje za srčne bolezni, raka ust, grla ter pljuč ter zmanjšujejo plodnost.

Nemogoče je določiti, kateri izdelek je najbolj oziroma najmanj škodljiv, to vprašanje pa je bilo na anketi vprašano samo zato, da bi dobil vpogled, kako učenci e-cigarete obravnavajo v primerjavi z drugimi izdelki. Rezultati so bili daleč od mojih pričakovanj, saj sem pričakoval, da bodo učenci in učenke e-cigarete postavili na najbolj škodljivo mesto. To sem predvideval predvsem zaradi pogovorov, tudi z mlajšimi učenci, ko so govorili, kako so e-cigarete škodljive in da so prepričani, da so npr. cigare manj. Lahko bi rekli, da so me zato rezultati pozitivno presenetili, saj učenci škodljivost pripisujejo tudi preostalim tobačnim oziroma nikotinskih izdelkom, kar se mi zdi ključnega pomena pri tem, da učenci ne posežejo (tudi) po drugih izdelkih, ki so mogoče za njih še bolj škodljivi kot e-cigarete.

## 5.1 RAZISKOVALNA VPRAŠANJA

Z anketo sem tudi odgovoril na vsa zastavljena raziskovalna vprašanja.

- Ali je razlika v številu uporabnikov med ljubljanskimi šolami opazna?

Rezultati ankete prikazujejo, da je uporaba e-cigaret na OŠ Vižmarje Brod občutno nižja kot uporaba e-cigaret na preostalih dveh anketiranih šolah. E-cigareto je na OŠ Vižmarje Brod namreč enkrat ali večkrat poskusilo 32 % anketirancev, medtem ko je bila ta številka pri rezultatih obeh drugih šol skupaj kar 40 %. Vsakomesečno e-cigareto na OŠ Vižmarje Brod uporablja 11 % anketiranih učencev, na preostalih dveh šolah pa je ta številka 18 %.

- Pri katerem spolu je uporaba e-cigaret večja?

E-cigareto je enkrat poskusilo več učencev (27 % učencev v primerjavi s 16 % učenk), več učenk pa je že večkrat poskusilo e-cigareto (9 % učencev in 18 % učenk). Skupno je enkrat oziroma večkrat je e-cigareto poskusilo več učencev (36 % učencev in 34 % učenk). Več kot trikrat na mesec e-cigareto večkrat uporabljajo učenke (6 % učencev in 12 % učenk), manj kot trikrat pa učenci (6 % učencev in 4 % učenk). Vsakomesečno e-cigarete bolj uporabljajo učenke (12 % učencev in 16 % učenk).

- Ali se učenci zavedajo nevarnosti e-cigaret?

Velika večina anketiranih učencev in učenk (78 %) se zaveda škodljivih posledic uporabe e-cigaret.

- Ali se učenci zavedajo nevarnosti drugih tobačnih oziroma nikotinskih izdelkov?

Anketirani učenci in učenke v povprečju e-cigarete obravnavajo kot najmanj škodljive, najbolj pa se jim zdi škodljiva marihuana, sledijo ji fuge/snus, nato navadne cigarete, zatem pa še cigare in e-cigarete. Vsi ti izdelki seveda močno škodujejo zdravju, eni bolj eni manj, odvisno, na kateri del telesa in katere funkcije telesa se osredotočaš.

- Koliko učencev, ki je poskusilo e-cigareto, jih še vedno uporablja?

Z nadaljnjo uporabo e-cigaret se je odločilo približno 40 % učencev, ki so e-cigareto poskusili.

- Ali je uporaba e-cigaret prisotna tudi v šolskih prostorih?

Uporaba e-cigaret je močno prisotna tudi v šolskih prostorih, saj je njihovo uporabo videlo že skoraj tri četrtine vseh anketiranih učencev (72 %).

- Ali se starši otrok, ki uporabljajo e-cigarete zavedajo, kaj počnejo njihovi otroci?

Od 14-ih otrok, ki uporablja e-cigarete, se tega zaveda 10 staršev.

- Kaj je po mnenju učencev in učenk glavni krivec za razširjenost e-cigaret?

Največjo krivdo razširjenosti uporabe učenke pripisujejo dostopnosti e-cigaret mladostnikom, učenci pa socialnim omrežjem.

- Kaj se učencem in učenkam zdi najbolj učinkovita strategija za preprečevanje uporabe e-cigaret?

Učenkam in učencem se zdi, da bi bila najbolj učinkovita strategija za preprečevanje uporabe med mladostniki popolna prepoved e-cigaret.

## 5.2 MOJA OPAŽANJA NA PODROČJU UPORABE E-CIGARET MED UČENCI IN UČENKAMI OŠ VIŽMARJE BROD

Tudi sam se tedensko srečujem z uporabniki e-cigaret ter njihovo zaskrbljujočo zasvojenostjo z nikotinom. Po e-cigaretah redno posežejo že v šoli oziroma na šolskem območju, k temu pa nič ne pripomore to, da velika večina učiteljev na naši šoli ni pravilno seznanjena ne o e-cigaretah, ne o znakih uporabe oziroma vonju ob njihovi uporabi. Prišlo je do točke, ko iskreno mislim, da marsikateri učitelj, če "slučajno" opazi uporabo e-cigaret, temu preprosto obrne hrbet. Ravno zato so na naši šoli e-cigarete za starejše učence nekaj, s čimer se srečujemo vsak teden, učenci in učenke pa lahko že od petega razreda brez večjih problemov pridobijo e-cigareto in jo nato (v veliki večini primerov) brez posledic uporabljajo na šolskih tleh. Zaskrbljenim staršem je vodstvo šole zagotovilo, da se borijo proti uporabi e-cigaret v šolskih prostorih in na dogodkih. Pa se to res tudi dogaja? Odgovor je odločen ne, seveda pa je tu med učitelji nekaj izjem, vendar se trud nekaterih prav hitro izniči zaradi brezbržnosti drugih.

Na nekaterih mojih ekskurzijah s šolo pa je bilo stanje resnično nepojmljivo. Takrat sem opazil, koliko mojih vrstnikov je zabredlo v uporabo e-cigaret, preprosto zato, ker so bile tako lahko dostopne. Če je tako v sobi desetih na začetku večera uporabljal e-cigareto le en učenec, so si jo do jutra delili že trije. Kljub temu, da bi ti učenci najverjetneje nadaljevali oziroma začeli z uporabo e-cigaret, četudi jih ne bi uporabljali (ali prvič poskusili) na tem izletu, je tu vseeno veliko krivdo pripisati šoli. Šola je tudi izobraževalna ustanova, zato bi pričakoval, da bi se v prostorih šole in tudi na dejavnostih izven nje izvajal nadzor, da učencem ne bi omogočili rabe e-cigaret. In če šola ni sposobna zagotoviti, da na ekskurziji ni nezakonitih substanc, ali ima vseeno pravico organizirati in izvesti izlet, ob morebitni uporabi pa okriviti samo učence. Če bi si resnično želeli ustaviti to razširjenost na naši šoli, bi lahko začeli tako, da najprej poskrbijo, da na izletih ni e-cigaret, dokler pa tega ne morejo pravilno izvesti, naj ekskurzij ne bo, saj je tam uporaba e-cigaret in ostalih substanc resnično najvišja. Predlagam, da bi morali vse učitelje poučiti vsaj o najpomembnejših osnovah in znakih uporabe e-cigaret. Tako bi naredili že veliko, da ustavijo uporabo in širjenje e-cigaret vsaj v šolskih prostorih.

Situacij na drugih šolah ne poznam. Zaenkrat po mojih opažanjih nobeni od omenjenih stvari naša šola ni posvetila dovolj pozornosti. Zato je vsaj za zdaj pričakovati, da bo trend uporabe e-cigaret ostal na tako visoki ravni oziroma se bo še dvignil, razen če se problem začne reševati na državni ravni.

## 6 POPOLNA PREPOVED AROM V ELEKTRONSKIH CIGARETAH

Država trenutno sprejema predloge sprememb zakona o omejevanju uporabe tobačnih in povezanih izdelkov, ki med drugim vplivajo tudi na področje e-cigaret. »S prepovedjo privlačnih arom v elektronskih cigaretah želimo preprečevati in zmanjšati uporabo elektronskih cigaret med mladimi, med katerimi v zadnjih letih narašča uporaba elektronskih cigaret. Vse več raziskav pa tudi kaže, da pri mladostnikih, ki sicer ne kadijo, uporaba elektronske cigarete pomembno poveča verjetnost, da bodo začeli kaditi tudi običajne cigarete. Hkrati pa želimo vzpostaviti zakonodajne okvire, ki bodo omogočili boljši nadzor in doslednejše sankcioniranje kršitev predpisov s tega področja. S predlaganimi ukrepi bomo prispevali tudi k ciljem Strategije za zmanjševanje posledic rabe tobaka Za Slovenijo brez tobaka 2022-2030, kjer je navedeno, da želimo doseči, da bo delež uporabnikov povezanih izdelkov, kamor sodijo tudi elektronske cigarete in ogrevani tobačni izdelki, med odraslimi v letu 2030 pod 5 %. Za mladostnike pa strategija navaja cilj, da bo delež mladostnikov, ki so uporabili povezane izdelke in druge nikotinske izdelke v zadnjih 30 dneh, v 2030 med 13-letniki pod 1 % in med 15-letniki pod 5 %. S predlaganimi ukrepi bomo v Sloveniji prispevali k boljšemu zdravju ljudi in vzdržnosti zdravstvenega sistema v prihodnosti.« (Ministrstvo za zdravje Republike Slovenije, EVA 2023-2711-0034, 2. februar 2023).

S to spremembo zakona bodo torej vse sadne, sladkorne in podobne arome v Sloveniji popolnoma prepovedane, ostali pa bosta aromi mentola in tobaka. To je po mojem mnenju ključnega pomena, za zmanjševanje uporabe e-cigaret med mladimi, saj so ravno arome tiste, ki najbolj prepričajo najstnika, da sploh poskusi e-cigareto. Vseeno pa se mi zdi cilj države, da uporabo e-cigaret v zadnjih 30 dneh do 2030, med trinajst in petnajstletniki omeji na 1 % oziroma 5 % skorajda nemogoč. Poleg tega, da so leta zanemarjanja tega problema privedla do nepopravljive trajne škode, ki bo zagotovo vplivala tudi na naslednje generacije, se je potrebno tudi vprašati ali bodo torej e-cigarete z različnimi (sadnimi in podobnimi) aromami res popolno izginile iz Slovenije po letu 2030. Po vsej verjetnosti ne, saj bodo preprodajalci e-cigaret pošiljke še vedno lahko naročali (preko nezakonitih strani) iz Kitajske in ZDA ali pa jih celo dovažali iz ostalih EU držav, ki teh omejitev nimajo. Možno je, da bodo e-cigarete zato postale redkejše, posledično pa tudi dražje, vendar tega zagotovo ne moremo vedeti, saj je zelo verjetno, da se bo do takrat razvila že nova generacija e-cigaret, ki bo vsebovala veliko več vdihov, kar bo zmanjšalo potrebo po rednem kupovanju. Ključnega pomena pa je po mojem mnenju tudi, da država še pred vpeljavo teh zakonov, čim prej omeji oziroma popolnoma prepove kakršnokoli oglaševanje in dela, ki povečujejo ter priporočajo uporabo e-cigaret. Prav tako je treba kakršnekoli kršitelje bolj resno preganjati in jim določati strožje kazni ter jih s tem poskusiti zavrniti od nadaljnjih kaznivih dejanj na tem področju.

## 7 ZAKLJUČKI

Rezultati ankete kažejo na zaskrbljujoče razmere pri uporabi e-cigaret med mladostniki. E-cigareto je poskusil že vsak tretji, redno pa jo uporablja vsak sedmi učenec 3. triade osnovne šole. To so podatki, katerih posledic se bomo resnično zavedali, ko bo najverjetneje že prepozno za marsikaterega uporabnika.

K razširjenosti med mladimi je po mojem mnenju najbolj pripomogel način reklamiranja e-cigaret ter njihova dostopnost mladostnikom. Z mano se strinja tudi večina učencev in učenk. Za oba razloga lahko oziroma moramo okriviti socialna omrežja, na katerih poteka reklamiranje ter celo ciljno prodajanje e-cigaret mladostnikom. Prej omenjeni preprodajalci e-cigaret na socialnih omrežjih v veliko primerih kontaktirajo mladoletno osebo, čeprav vedo za njihovo starost. To najverjetneje naredijo zato, ker je med mladimi več povpraševanja, in ker so mladoletniki pripravljene plačati več. Družbena omrežja bi morala narediti več za zaščito mladih pred takimi izdelki ter tudi predati podatke o nezakonitih preprodajalcih državnim organom pregona. Trenutno se na tem področju ne dela dovolj. Zaradi socialnih omrežji je nastala nepopravljiva škoda, ki bo še leta oteževala življenje mnogih.

Anketa je pokazala, da čeprav je več učencev enkrat ali večkrat poskusilo e-cigareto kot učenk (36 % učencev in 34 % učenk), jih več učenk vsakomesečno uporablja (12 % učencev proti 16 % učenk), kar lahko pripišemo temu, da je vsaka druga učenka, ki je poskusila e-cigareto nadaljevala z vsakomesečno uporabo, medtem ko se je za to odločil vsak tretji učenec. Tako razširjena in pogosta uporaba je sila zaskrbljujoča tako za zdravje mladostnikov, kot tudi s pogleda nadaljnje rabe sredstev, ki povzročajo odvisnost (npr. uporaba navadnih cigaret, prepovedanih drog ipd.).

E-cigarete kot neškodljive obravnava skoraj vsak deseti učenec (9 %), kar je relativno malo. Izobraževanja in ozaveščanja so prepričala veliko večino učencev in učenk v škodljivost e-cigaret, kar je presenetljivo, saj bi pričakoval, da je to težko doseči pri najstnikih, sploh v tej starostni kategoriji. Po mojem mnenju so si učenci, ki e-cigarete obravnavajo kot neškodljive, preko promoviranja na socialnih omrežjih že izoblikovali neko sliko o e-cigaretah in sedaj ne verjamejo ničemur, kar bi to mišljenje lahko spremenilo, zato krivde, da niso dosegli teh učencev, ne moremo pripisati napačnemu oziroma pomanjkljivemu izobraževanju.

To, da njihovi otroci uporabljajo e-cigarete, vedo starši skoraj vsakega tretjega uporabnika (4 od 14). Zakaj starši uporabe ne preprečujejo oziroma ali to sploh poskušajo narediti, bi se dalo le ugibati. Predvidevamo pa lahko, da gre tu večinoma za neizobraženost staršev o škodljivih posledicah njihove uporabe. Uporabe pa starši v veliko primerih ne morejo ustaviti, ker ne vedo, da jih njihov otrok uporablja. Učenci in učenke staršem tega verjetno ne zaupajo, saj so v obdobju pubertete ter so posledično bolj zaprti in manj zaupajo staršem.

Vsakemu drugemu učencu oziroma učenki je e-cigareta bila že ponujena, kar je podatek, ki nam pove, kako pogoste so e-cigarete že med mladostniki starimi od 12 do 15. V primerjavi z rezultati lanske raziskovalne naloge (Problematika uporabe e-cigaret na Osnovni šoli Vižmarje Brod) je prišlo do 1 % zvišanja dostopnosti e-cigaret mladostnikom (lanski rezultati: 48 %, letošnji rezultati: 49 %).

Presenetil pa me je tudi podatek, da ta pogosta uporaba ni prisotna le na naši šoli (kjer je njihovo uporabo v šolskih prostorih videlo 73 % vseh anketirancev), temveč tudi na drugih (kjer je uporabo videlo 69 % vseh anketiranih učencev in učenk). To lahko po mojem mnenju pripišemo predvsem pomankanju pregledov in neizobraženosti šolskih delavcev o znakih uporabe e-cigaret.

E-cigarete kot škodljive obravnava velika večina učencev (91 %), kar je treba pripisati zadostnemu izobraževanju o škodljivih posledicah uporabe s strani šole in ostalih dejavnikov (starši, v nekaterih primerih celo socialna omrežja itd.).

Največjo krivdo, za razširjenost e-cigaret učenke in učenci pripisujejo njihovi dostopnosti, socialnim omrežjem ter sadnim okusom prisotnih v e-cigaretah. Krivdo pa v povprečju (izmed naštetih dejavnikov) najmanj vidijo v neizobraževanju učencev o škodljivih posledicah njihove uporabe, kar kaže na to, da se večina učencev počuti dovolj ozaveščene oziroma opozorjene na škodljive posledice uporabe. Ker to velika tobačna podjetja ostro zanikajo, si lahko le mislimo, da so bile e-cigarete že od samega začetka ciljane na mlajšo prebivalstvo. Vse pa kaže, da so take misli na žalost precej utemeljene. Od začetne reklamne turneje v ZDA »Vaporized« (JUUL, 2015), so e-cigarete obarvane v mavričnih barvah, v njih pa najdemo okuse marsikaterih pijač, sladkarij, sadja ipd. Poleg tega so v reklamah za e-cigarete pozirali mladi, privlačni modeli, ki so še bolj utrdili mišljenje, da je ta naprava nekaj popularnega, neškodljivega in vsakdanjega za mlade. Nobenega zato ne bi smelo presenetiti, da je reklamna turneja doživela velik uspeh in odobravanje predvsem mlajše populacije. Uporaba med mladimi je poskočila na nepredstavljljive višave, v nekem trenutku pa je (po raziskavah sodeč) e-cigareto v nekaterih srednjih šolah, uporabljal skoraj vsak 5. učenec. V letih 2019 do 2020 je bilo v ZDA zaradi uporabe (večinoma JUUL THC e-cigaret z vsebnostjo vitamin e acetata) e-cigaret hospitaliziranih okoli 400 mladostnikov (podatki državnega organa CDC), za več deset pa je bilo že prepozno, saj so se njihova pljuča dobesedno sesedla sama vase. Šele takrat so pristojni začeli sprejemati ukrepe za spremembo zakonodaje na področju e-cigaret, vendar to e-cigaretam ni preprečilo, da se razširijo tudi v Evropi. Zato so danes e-cigarete tako prisotne na socialnih omrežjih našega mladega prebivalstva, povpraševanje pa je tako veliko, da so se nekateri odločili e-cigarete nezakonito preprodajati mladoletnikom.

Daleč največ učenk in učencev je mnenja, da je najbolj učinkovita strategija za preprečevanje uporabe e-cigaret med mladostniki popolna prepoved e-cigaret. Sam se s tem popolnoma strinjam, vendar se je potrebno zavedati, da je poleg tega treba uvesti tudi ukrepe, ki bi zmanjšale oziroma popolnoma preprečile pošiljanje e-cigaret v Slovenijo iz drugih držav.

Problematika uporabe e-cigaret med mladostniki je pereča tema ravno zaradi nevarnosti, da zelo škoduje mladim uporabnikom ter s tem (predvsem v prihodnje) močno obremenjuje slovenski zdravstveni sistem. Na tem področju so še kako nujno potrebni ukrepi, ki bodo zaščitili našo mladino pred škodljivimi, strupenimi produkti, katerih glavni cilj je zaslužiti čim več denarja. Čeprav tega na pričakujem, iskreno upam, da bodo e-cigarete ter preostali tobačni izdelki do leta 2030 izginile iz rok mladih, s tem pa bomo nove generacije popolnoma zaščitili pred izdelki, ki jim lahko za vedno uničijo življenje.

## 8 VIRI

### SPLETNI VIRI

Alenka Ivančič. 2023. Kdo bo odgovarjal za življenja kadilcev? Združenje vejperjev Slovenije. Dostopno na spletnem mestu: <https://zv-slo.si/kdo-bo-odgovarjal-za-zivljenja-kadilcev/>

BC Productions. 2022. How JUUL Got Millions of Kids Hooked on Nicotine. Dostopno na spletnem mestu: <https://www.youtube.com/watch?v=7fVxHavni4>

Bojc Saša. 2022. E-cigarete kadijo že dvanajstletniki. Delo. Dostopno na spletnem mestu: <https://www.delo.si/magazin/zanimivosti/vdihavanje-kakrsnekoli-snovi-je-lahko-nevarno/>

Branko Nikolić. 2023. POROČILO: Elektronske cigarete kot pomoč opuščanja kajenja in problematika uporabe med mladostniki. Qvape house. Dostopno na spletnem mestu: <https://www.qvapehouse.si/2023/03/porocilo-elektronske-cigarete-kot-pomoc-pri-opuscanju-kajenja-in-problematika-uporabe-med-mladostniki/>

Center for Disease Control and Prevention. 2020. Outbreak of Lung Injury Associated with the use of E-Cigarette, or Vaping, Products. Dostopno na spletnem mestu: [https://www.cdc.gov/tobacco/basic\\_information/e-cigarettes/severe-lung-disease.html](https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/severe-lung-disease.html)

Koprivnikar Helena. 2021. Spoznaj resnico o nikotinu. #tosemjaz. Dostopno na spletnem mestu: <https://www.tosemjaz.net/razisci/droge-in-zasvojenost/spoznaj-resnico-o-nikotinu/>

Koprivnikar Helena. 2021. Vpliv nikotina v tobačnih in povezanih izdelkih na možgane. #tosemjaz. Dostopno na spletnem mestu: <https://www.tosemjaz.net/razisci/droge-in-zasvojenost/vpliv-nikotina-v-tobacnih-in-povezanih-izdelkih-na-mozgane/>

La. Da. 2023. Napoveduje se prepoved arom v elektronskih cigaretah in ukinitvev kadilnic. RTV SLO (MMC). Dostopno na spletnem mestu: <https://www.rtv slo.si/zdravje/napoveduje-se-prepoved-arom-v-elektronskih-cigaretah-in-ukinitvev-kadilnic/687535>

Ministrstvo za zdravje Republike Slovenije. 2023. Zakon o spremembah in dopolnitvah zakona o omejevanju uporabe tobačnih in povezanih izdelkov. eUPRAVA Republike Slovenije. Dostopno na spletnem mestu: <https://e-uprava.gov.si/si/drzava-in-druzba/e-demokracija/predlogi-predpisov/predlog-predpisa.html?id=15189>

Nacionalni inštitut za javno zdravje. 2023. Elektronske cigarete in drugi novi tobačni/nikotinski izdelki v Sloveniji. Dostopno na spletnem mestu: <https://youtu.be/yLibKzWHoSc>

NIJZ. 2023. Elektronske cigarete – Pogosta vprašanja. Dostopno na spletnem mestu: <https://nijz.si/zivljenjski-slog/tobacni-in-povezani-izdelki/elektronske-cigarete-pogosta-vprasanja/>



Perez Sarah. 2021. TikTok is being used by vape sellers marketing to teens. TechCrunch. Dostopno na spletnem mestu: [https://techcrunch.com/2021/01/26/tiktok-is-being-used-by-vape-sellers-marketing-to-teens/?guccounter=1&guce\\_referrer=aHR0cHM6Ly93d3cuZ29vZ2xlLmNvbS8&guce\\_referrer\\_sig=AQAAADWd DMFiQZLn5CD3 kDvlsK3XpE0mBe sZ5YpcUgkgNX5 m7kyta-kxLUdfkOlldtgsAnRYa3qIOutme0trOL7HG\\_yk-cG8iezzsYzNhBndDSF-z3bqMJt2zHdg0OgSmlMUnWGZ8tcJ\\_fwDo3bO5lEsnNuUCxHYngpvLl\\_d\\_LfH](https://techcrunch.com/2021/01/26/tiktok-is-being-used-by-vape-sellers-marketing-to-teens/?guccounter=1&guce_referrer=aHR0cHM6Ly93d3cuZ29vZ2xlLmNvbS8&guce_referrer_sig=AQAAADWd DMFiQZLn5CD3 kDvlsK3XpE0mBe sZ5YpcUgkgNX5 m7kyta-kxLUdfkOlldtgsAnRYa3qIOutme0trOL7HG_yk-cG8iezzsYzNhBndDSF-z3bqMJt2zHdg0OgSmlMUnWGZ8tcJ_fwDo3bO5lEsnNuUCxHYngpvLl_d_LfH)

STA. 2023. NIJZ podpira prepoved vseh arom v elektronskih cigaretah in ukinitvev kadilnic. N1 SLO. Dostopno na spletnem mestu: <https://n1info.si/novice/slovenija/kmalu-prepoved-vseh-arom-v-elektronskih-cigaretah-in-ukinitvev-kadilnic/>

Sun Lena H. 2019. Evidence mounts that vitamin E acetate is to blame for vaping-related illnesses, deaths. Vice. Dostopno na spletnem naslovu: <https://www.vice.com/en/article/5d3dzd/its-easier-than-ever-to-buy-and-sell-illegal-vapes-on-tiktok>

University of Rochester Medical Center. 2023. How Unhealthy Are Cigars? Health encyclopedia. Dostopno na spletnem mestu. <https://www.urmc.rochester.edu/encyclopedia/content.aspx?contenttypeid=6&contentid=1659015438>

Wikipedija: prosta enciklopedija. 2022. Juul. Dostopno na spletnem mestu: <https://en.wikipedia.org/wiki/Juul>

Združenje vejperjev Slovenije. O elektronski cigareti. Dostopno na spletnem mestu: <https://zv-slo.si/o-elektronski-cigareti/>