

## **59. Srečanje mladih raziskovalcev Slovenije 2025**

Nevidna nevarnost: elektronske cigarete in snus med mladimi v osnovnih šolah

Raziskovalno področje: sociologija

Raziskovalna naloga

Avtorja: Mia Lesničar in Gašper Jesenko

Mentorica: Tina Hartman, mag. prof. inkl. ped.

Šola: Osnovna šola Toneta Čufarja Maribor

**Maribor, 2025**

## KAZALO VSEBINE

1 UVOD .....	1
1.1 Hipoteze .....	1
1.2 Metodologija dela .....	2
1.2.1 Vzorec.....	2
1.2.2 Merski instrumenti.....	2
1.2.3 Postopek pridobivanja in obdelovanja podatkov .....	2
2 TEORETIČNI DEL.....	3
2.1 Elektronske cigarete.....	3
2.1.1 Vrste elektronskih cigaret.....	3
2.1.2 Sestavine elektronskih cigaret.....	3
2.1.3 Posledice uporabe .....	4
2.2 SNUS - nikotinske vrečke.....	4
2.2.1 Sestavine SNUS-a .....	5
2.2.2 Posledice uporabe .....	5
2.3 Kakšne so možnosti pomoči od odvajanja uporabe elektronskih cigaret in snusa v Sloveniji?.....	5
2.4 Status elektronskih cigaret in snusa v Sloveniji.....	5
4 DRUŽBENA ODGOVORNOST .....	20
5 SKLEP .....	22
6 ZAKLJUČEK.....	23
7 VIRI IN LITERATURA.....	24
8 PRILOGE.....	25

## KAZALO GRAFOV

Graf1: Spol anketirancev .....	7
Graf 2: Razred anketirancev.....	7
Graf 3: Odgovor na vprašanje "Ali veste, kaj so elektronske cigarete (vejp) in snus?"	8
Graf 4: Odgovori na vprašanje "Ste že kdaj uporabili elektronsko cigareto (vejp)?" ...	9
Graf 5: Odgovori na vprašanje "Ste že kdaj uporabili snus?«.....	9
Graf 6: Uporaba elektronskih cigaret in snusa.....	10
Graf 7: Odgovori na vprašanje "Če ste na 3. ali 4. vprašanje odgovorili z "Da", kolikokrat ste uporabili te izdelke?" .....	11
Graf 8: Odgovori na vprašanje "Koliko ljudi v vašem krogu prijateljev uporablja elektronske cigarete ali snus?" .....	12
Graf 9: Odgovori na vprašanje "Zakaj ste (ali zakaj bi) uporabili elektronsko cigareto ali snus?" .....	13
Graf 10: Odgovori na vprašanje "Ali čutite pritisk vrstnikov, da bi uporabljali te izdelke?" .....	14
Graf 11: Odgovori na vprašanje "Ali menite, da je uporaba elektronskih cigaret in snusa škodljiva za zdravje?" .....	15
Graf 12: Odgovori na vprašanje "Ali poznate dolgoročne posledice uporabe teh izdelkov?" .....	16
Graf 13: Odgovori na vprašanje "Če ste na 10. vprašanje odgovorili z »Da, zelo dobro« ali »Nekaj sem slišal/-a«, navedite dolgoročne posledice uporabe." .....	17
Graf 14: Odgovori na vprašanje "Ali bi želeli, da bi se na šoli več pogovarjali o škodljivosti elektronskih cigaret in snusa?" .....	18
Graf 15: Odgovori na vprašanje "Imate kakšen predlog, kako preprečiti uporabo elektronskih cigaret in snusa med mladimi?" .....	19

## KAZALO SLIK

Slika 1: Izobešanje plakatov .....	20
Slika 2: Plakati na vidnih mestih .....	21
Slika 3: Vsebina plakata .....	21

## **POVZETEK**

Elektronske cigarete in snus postajajo med mladostniki vse bolj priljubljeni, kar vzbuja zaskrbljenost glede njihovega vpliva na zdravje. Raziskovalna naloga lahko pomembno prispeva k razumevanju uporabe omenjenih izdelkov pri mlajši populaciji. Rezultati bodo lahko pripomogli k boljši ozaveščenosti staršev in strokovnih delavcev v šoli o tem naraščajočem problemu. Skozi anketo za učence od 6.–9. razreda smo želeli ugotoviti kolikšen odstotek učencev je že uporabilo omenjene izdelke in kakšni so razlogi. Rezultati raziskave so pokazali, da je tretjina anketiranih že uporabila elektronski cigaret, snus ali oboje. Le nekaj odstotkov anketiranih je navedlo, da omenjene izdelke uporabi zaradi vpliva prijateljev. Čeprav večina anketiranih meni, da so ti izdelki škodljivi, jim pogosto manjka konkretno znanje o vseh zdravstvenih tveganjih. Učence smo želeli preventivno opozarjati o negativnih posledicah uporabe elektronskih cigaret in snusa.

**KLJUČNE BESEDE:** elektronske cigarete, snus, zdravje, vrstniki

## **ABSTRACT**

E-cigarettes and snus are becoming increasingly popular among adolescents, raising concerns about their impact on health. A research paper can significantly contribute to understanding the use of these products among the younger population. The results could help raise awareness among parents and school professionals about this growing problem. Through a survey conducted among students from grades 6 to 9, we aimed to determine what percentage of students have already used these products and the reasons behind it. The results of the study showed that one-third of the respondents had already used an e-cigarette, snus, or both. Only a few percent of respondents indicated that they used these products due to peer influence. Although most respondents believe these products are harmful, they often lack specific knowledge about all the health risks involved. We wanted to proactively warn students about the negative consequences of using e-cigarettes and snus.

**KEYWORDS:** e-cigarettes, snus, health, peers

## **ZAHVALA**

Zahvalila bi se rada najini mentorici, ki naju je spodbujala in nama svetovala, ter naju usmerjala. Prav tako, bi se rada zahvalila najinim sovrstnikom, da so naju navdihnili za pisanje te raziskovalne naloge. Želiva izpostaviti tudi učitelje, ki so nama z zaupanjem opravičili nekaj zadnjih ur pred rokom oddaje, ki sva jih namenila pisanju raziskovalne naloge. Hvaležna sva tudi ravnateljici, ki nama je dovolila izobesiti plakate po naši šoli.

# 1 UVOD

Elektronske cigarete in snus postajajo med mladostniki vse bolj priljubljeni, kar vzbuja zaskrbljenost glede njihovega vpliva na zdravje in vedenje otrok. Elektronske cigarete, pogosto imenovane tudi vejpi, so naprave, ki segrevajo tekočino in jo pretvarjajo v aerosol, ki ga uporabnik vdihuje. Elektronske cigarete, ki so pogosto obravnavane kot manj škodljiva alternativa tradicionalnemu kajenju, vseeno predstavljajo resno grožnjo zdravju. Pri snus-u, gre za fino mleti tobak, ki je običajno pakiran v majhne vrečke in predstavlja obliko brezdimnega tobaka. Zlahka ga je mogoče skriti in ga uporabljati brez opaznosti, kar ga dela privlačnega za mlade, kljub njegovim škodljivim učinkom. Dolgotrajna uporaba omenjenih izdelkov ima lahko zdravstvene posledice. Te posledice so lahko zasvojenost, vpliv na razvoj možganov, težave s koncentracijo ob prekinitvi uporabe, poškodba ustne sluznice, bolezni dlesni, vnetja, izguba zob, rakave bolezni, povečana tveganja za srčni infarkt in možgansko kap in druge.

Namen raziskovalne naloge je preučiti uporabo elektronskih cigaret in snusa med mladimi v osnovnih šolah. Naloga se bo osredotočila na razumevanje razlogov za izbiro teh izdelkov, vključno z vplivom vrstnikov. Poleg tega bomo raziskali, v kolikšni meri so učenci seznanjeni z negativnimi posledicami uporabe elektronskih cigaret in snusa. Cilj raziskave je prispevati k boljši osveščenosti o tem problemu.

## 1.1 Hipoteze

### **Hipoteza 1:**

Več kot polovica anketirancev je vsaj enkrat preizkusila nekaj od omenjenih izdelkov.

### **Hipoteza 2:**

Večina učencev se odloči za uporabo elektronskih cigaret in snus zaradi pritiska vrstnikov in dokazovanja družbi.

### **Hipoteza 3:**

Večina anketirancev ni dovolj seznanjena z dolgoročnimi vplivi uporabe teh izdelkov na zdravje.

## 1.2 Metodologija dela

### 1.2.1 Vzorec

V naši raziskovalni nalogi so sodelovali učenci od 6. do 9. razreda. Od tega je bilo 47 učencev 6. razreda, 19 učencev 7. razreda, 37 učencev 8. razreda in 53 učencev, ki obiskujejo 9. razred.

### 1.2.2 Merski instrumenti

Za pridobivanje podatkov od učencev smo uporabili anketo oz. anketni vprašalnik, ki je vseboval štirinajst vprašanj zaprtega in odprtega tipa. Vprašanja so bila postavljena tako, da smo z njimi lahko pri nekaterih podatkih preverili resničnost odgovorov, ter tako, da smo lahko pridobili odgovore na naše hipoteze.

### 1.2.3 Postopek pridobivanja in obdelovanja podatkov

Raziskovanje smo začeli s iskanjem literature. Literaturo smo nato obdelali in jo predstavili v teoretičnem delu. S pomočjo literature smo pridobili osnovo za naša vprašanja, ki so se nam porajala o našem raziskovalnem problemu.

Raziskovanje smo nadaljevali s postavljanjem hipotez. S pomočjo hipotez smo nato sestavili anketni vprašalnik, s katerim smo nato zbrali podatke za empirični del.

Izpeljali smo kvantitativno raziskavo. Anketiranje je potekalo v decembru 2024.

Najprej smo natisnili anketne vprašalnike za učence. Ankete smo nato razdelili med razredi. Zaradi želje po bolj iskrenih odgovorih anketirancev smo na sredino učilnice postavili prazno mapo v katero so anketiranci vstavili rešeno anketo, saj smo jim s tem zagotovili še večjo anonimnost.

Pridobljene podatke smo nato prešteli in obdelali. Rezultate smo nato predstavili v obliki tortnih in stolpčnih grafov in jih nato interpretirali. Analizirali smo zastavljene hipoteze. Osredotočili smo se na hipoteze, ki smo jih morali potrditi, delno potrdili ali ovreči.

## 2 TEORETIČNI DEL

### 2.1 Elektronske cigarete

Elektronske cigarete, pogosto imenovane tudi vejpi, so naprave, ki segrevajo tekočino in jo pretvarjajo v aerosol, ki ga uporabnik vdihuje. Te naprave običajno vsebujejo nikotin, aromatične snovi in druge kemikalije, ki lahko vplivajo na zdravje. Čeprav so pogosto predstavljene kot manj škodljiva alternativa klasičnim cigaretam, raziskave kažejo, da lahko njihova uporaba povzroči različne zdravstvene težave, vključno z okvarami dihal in srčno-žilnimi boleznimi (Zucchet in Schmaltz, 2017).

Poznamo več različnih izrazov za elektronske cigarete znane so tudi kot: e-cigareta, vejp, vap, pod, mod, puff, bar, osebni uparjalnik, elektronski sistem za dovajanje nikotina in drugima imena. V Evropi so elektronske cigarete dostopne že od leta 2006, bolj dostopni pa so postali okoli leta 2010 (Nacionalni inštitut za javno zdravje, b. d.).

#### 2.1.1 Vrste elektronskih cigaret

Obstajajo številne in raznolike vrste e-cigaret, ki so se skozi čas hitro razvijale. Razlog za hiter razvoj so bili proizvajalci, ki so elektronske cigarete želeli narediti čim bolj privlačne za morebitne uporabnike. Poznamo več generacij elektronskih cigaret, ki so se skozi čas zelo spremenile in zato je zelo težje raziskovanje teh izdelkov in njihovih vplivov (Lekarnar, b. d.).

#### 2.1.2 Sestavine elektronskih cigaret

Nekatere sestavine elektronskih cigaret so nikotin, aroma, vodaa in vlažilci.

Nikotin pridobivajo iz tobaka, v nekaterih novejših elektronskih cigaretah oziroma tekočinah zanje pa je sintetični nikotin. Nikotin lahko povzroča močno odvisnost. Nikotin lahko povzroči zvišanje krvnega tlaka, slabši pretok krvi v srce in zoženje arterij. Povzroča sproščanje dopamina v možganih, zaradi česar se ljudje dobro počutijo. Po podatkih Nacionalnega inštituta za javno zdravje (NIJZ, b. d.) ima nikotin druge škodljive učinke na zdravje, med njimi so poleg zasvojenosti še škodljivi učinki na razvoj možganov pri mladostnikih, učinki na srčno-žilni sistem, pospeševanje rasti tumorjev, škodljivi učinki na pljuča, škodljivi učinki na imunski sistem, upad kognitivnih sposobnosti s starostjo ter škodljivi učinki med nosečnostjo in po njej.

Arome po definiciji pomenijo izdelke, ki se dodaja za izboljšanje ali spreminjanje vonja in/ali okusa. Gre za kompleksne kemijske spojine, ki so sestavljene iz številnih aromatičnih snovi.

Vlažilci v elektronskem cigaretu so običajno tekočina, ki se uporablja za ustvarjanje pare. Ta tekočina ("e-tekočina" ali "e-sok") vsebuje različne sestavine, vključno z glicerinom, propilen glikolom inokusnimi snovmi. Glicerin in propilen glikol sta odgovorna za vlaženje in ustvarjanje pare, ki jo uporabnik vdihava. Vlažilec pomaga tudi pri ohranjanju tekočine v plinasto stanje, kar omogoča, da uporabnik izdiha "dim" (v resnici para). V nekaterih primerih se v e-tekočino dodaja tudi nikotin, čeprav so na voljo tudi različice brez nikotina (Arnold, 2014).

### 2.1.3 Posledice uporabe

Dolgoročne posledice uporabe elektronskih cigaret še niso ustrezno raziskane, saj so na trgu šele kratek čas. Uporaba elektronskih cigaret lahko povzroči tako namerne kot nenamerne zastrupitve z nikotinom ter poškodbe in opekline, zlasti pri izdelkih slabše kakovosti, ki lahko zagorijo ali eksplodirajo. Mladostniki, ki uporabljajo te cigarete, pogosto kašljajo in piskajo pri dihanju, astmatiki pa doživijo pogostejša poslabšanja astme. Dolgoročna uporaba elektronskih cigaret povečuje tveganje za bolezni srca, žilja, dihal in verjetno tudi rakava obolenja. Ena od glavnih sestavin e-tekočine in aerosola elektronskih cigaret je nikotin. Ta uporabnika zasvoji in ima škodljive učinke na zdravje. V tekočini in aerosolu so našli tudi rakotvorne, radioaktivne, dražilne in strupene snovi (Nacionalni inštitut za javno zdravje, b. d.).

## 2.2 SNUS - nikotinske vrečke

Snus je brezdimni tobačni izdelek. Gre za fino mleti tobak, ki je običajno pakiran v majhne vrečke in se postavlja pod zgornjo ustnico, kjer se nikotin postopoma absorbira skozi sluznico. Snus ne zahteva žvečenja ali pljuvanja, kar ga loči od drugih oblik oralnega tobaka. Čeprav se pogosto dojema kot manj škodljiva alternativa kajenju, njegova uporaba še vedno predstavlja zdravstvena tveganja, vključno s povečanim tveganjem za bolezni srca in raka ustne votline (World Health Organization, 2024).

### 2.2.1 Sestavine SNUS-a

Brezdimni tobačni izdelki vsebujejo nikotin, približno 30 rakotvornih snovi, arome ter številne druge sestavine, ki jih najdemo tudi v tobačnem dimu. Koncentracije nikotina v teh izdelkih se močno razlikujejo, od zelo nizkih do izjemno visokih (National Institutes of Health, b. d.).

### 2.2.2 Posledice uporabe

Uporaba brezdimnih tobačnih izdelkov lahko vodi v zasvojenost z nikotinom. Uporabniki so izpostavljeni podobnim ali celo višjim ravnom nikotina kot pri kajenju cigaret, saj nekateri izdelki vsebujejo zelo visoke koncentracije nikotina.

Posledice uporabe teh izdelkov segajo od poškodb ustne sluznice, boleznih dlesni, kot so vnetja, karies ter izgube zob, do resnejših težav, kot so predrakave spremembe in rak ustne votline, požiralnika ter trebušne slinavke. Prav tako lahko povečajo tveganje za srčni infarkt, možgansko kap, sladkorno bolezen tipa 2 in smrtonosne zaplete. Med nosečnostjo uporaba poveča tveganje za prezgodnji porod, zastoj rasti ploda ali nizko porodno težo novorojenčka (National Institutes of Health, b. d.).

## 2.3 Kakšne so možnosti pomoči od odvajanja uporabe elektronskih cigaret in snusa v Sloveniji?

V Sloveniji so na voljo različne oblike pomoči za tiste, ki želijo opustiti zasvojenost z nikotinom. Zdravstveno-vzgojni centri in Centri za krepitev zdravja, ki delujejo v okviru zdravstvenih domov, ponujajo brezplačno podporo, ki jo izvajajo usposobljeni strokovnjaki.

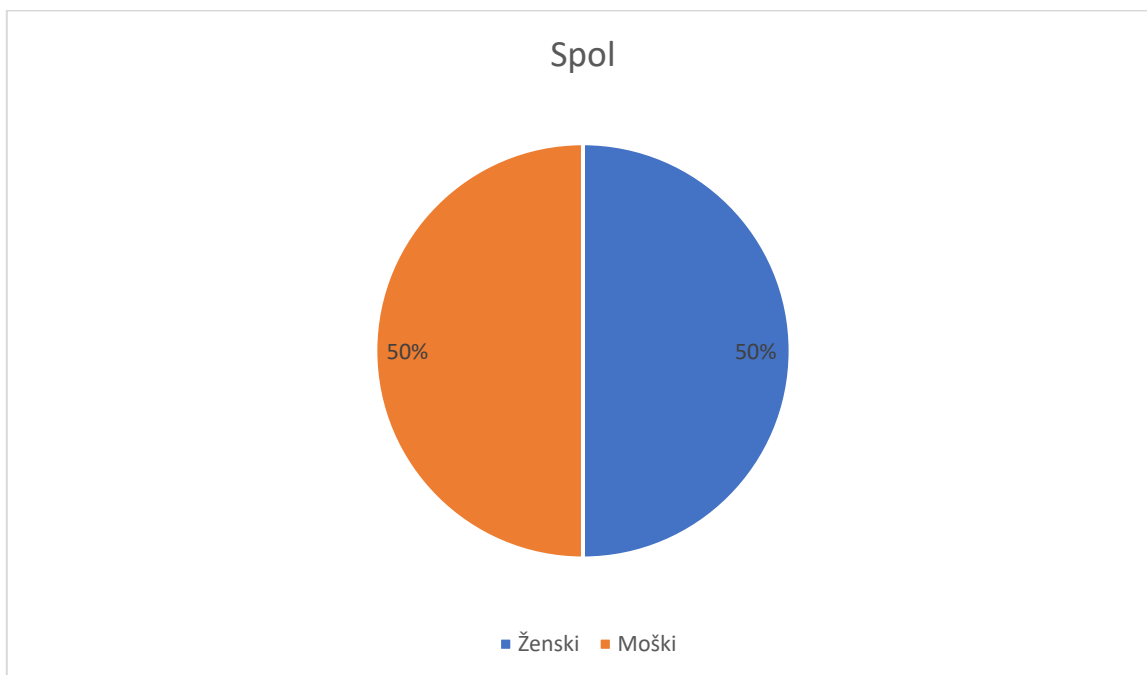
Poleg tega Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ) nudi brezplačno in anonimno telefonsko pomoč. Posamezniki lahko na ta način pridobijo informacije ali se dogovorijo za pomoč pri opuščanju kajenja (Nacionalni inštitut za javno zdravje, b. d.).

## 2.4 Status elektronskih cigaret in snusa v Sloveniji

Čeprav se v razvitih državah pojavlja zniževanje kajenja, industrija še vedno ponuja nove tobačne izdelke, kot so elektronske cigarete, ogrevani tobačni izdelki in nikotinske vrečke, katerih uporaba v Sloveniji narašča. Vse te naprave izpostavljajo uporabnike škodljivim snovem, dolgotrajni učinki njihove uporabe pa še niso dovolj raziskani. Nekateri raziskave kažejo na škodljive učinke, vključno z zasvojenostjo z

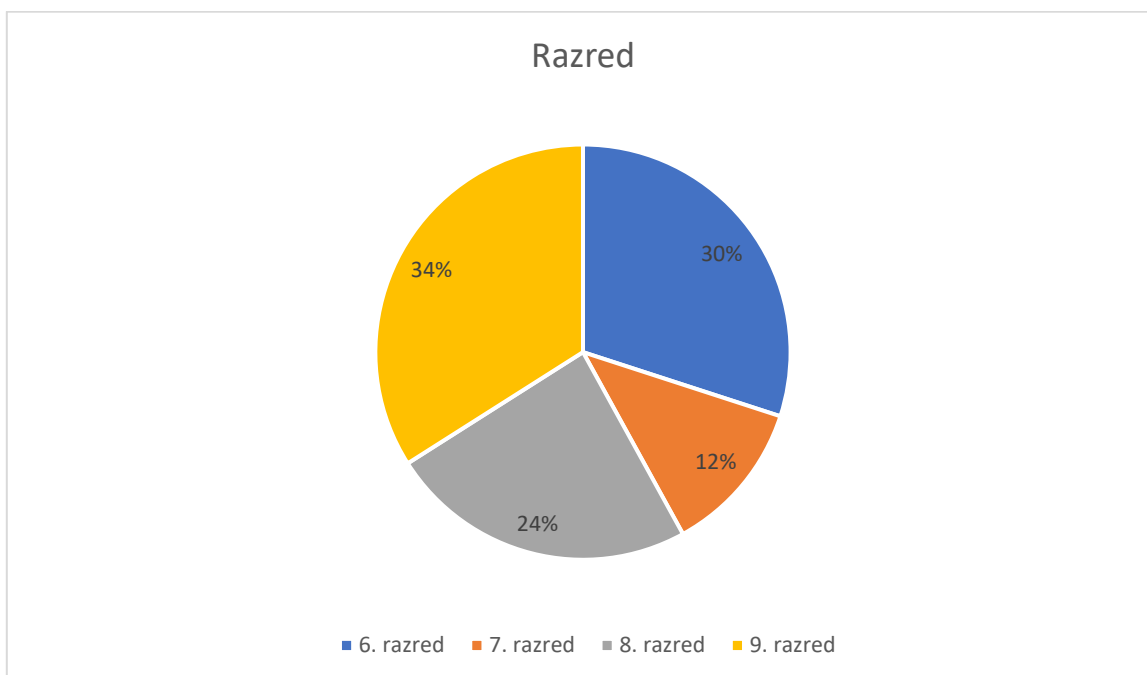
nikotinom, ki je pri mladih hitrejša in močnejša. Kljub temu, da so nekateri izdelki promovirani kot pripomočki za opuščanje kajenja, ni dovolj kakovostnih raziskav, da bi to potrdili. Povečana uporaba teh izdelkov med mladimi in njihova promocija kot varnejših alternativ cigaret sta zaskrbljujoča. Zato je nujno sprejeti strožjo zakonodajo za omejevanje njihove uporabe (Koprivnikar in Farkaš Lainščak, 2023).

### 3 EMPIRIČNI DEL



Graf 1: Spol anketirancev

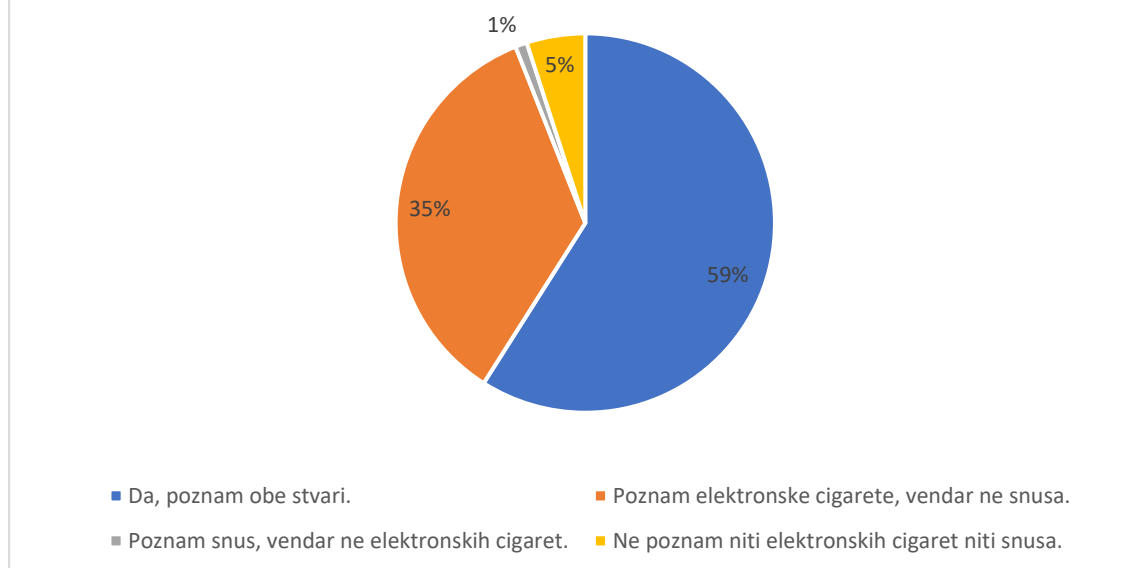
Iz grafa je razvidno, da je bilo anketiranih 50 % ženskega in 50 % moškega spola.



Graf 2: Razred anketirancev

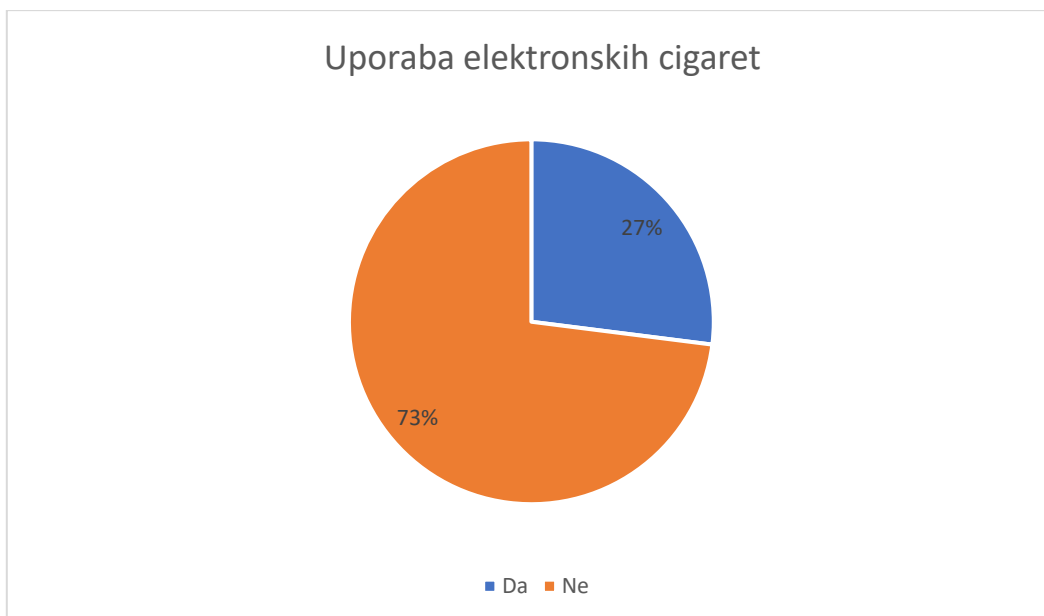
Iz grafa lahko razberemo, da je med vsemi anketiranci v anketi sodelovalo 30 % šestih razredov, 12 % sedmih razredov, 24 % osmih razredov in 34 % devetih razredov.

### Poznavanje elektronskih cigaret in snusa



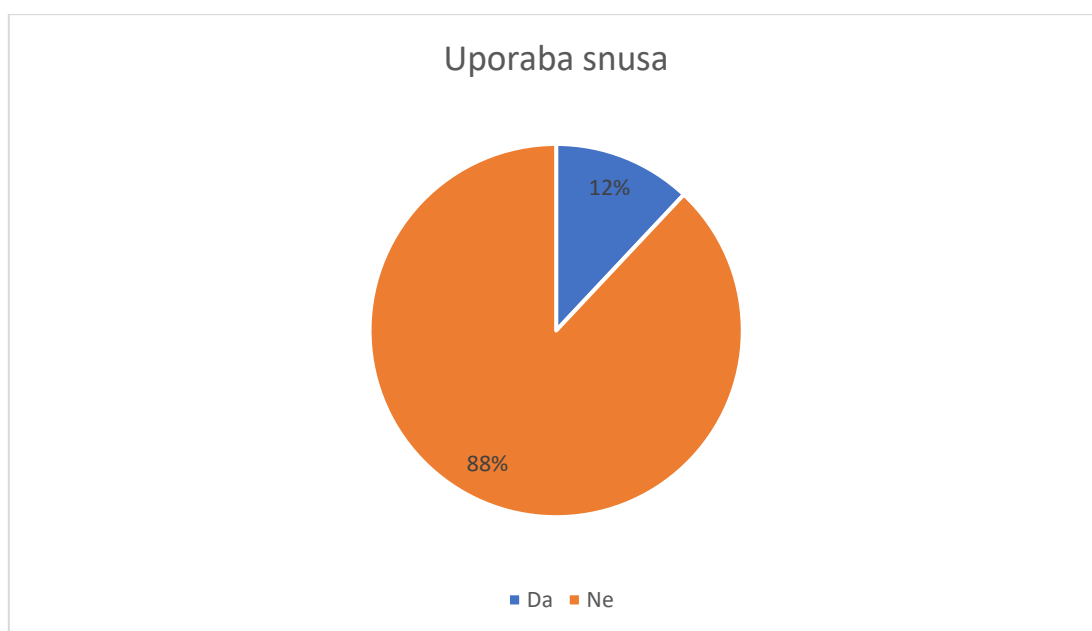
Graf 3: Odgovor na vprašanje "Ali veste, kaj so elektronske cigarete (vejp) in snus?"

Pridobljeni podatki iz anket so pokazali, da je večina anketirancev in sicer 59 % na vprašanje ali poznajo, kaj so elektronski cigareti in snus odgovorila z »Da, poznam obe stvari«. Za odgovor »Poznam elektronske cigarete, vendar ne snusa« se je odločilo 35 % anketirancev in za odgovor »Ne poznam niti elektronskih cigaret niti snusa« pa 5 % anketirancev. Najredkeje obkrožen odgovor je bil »Poznam snus, vendar ne elektronskih cigaret« za katerega se je odločil 1 % anketirancev.



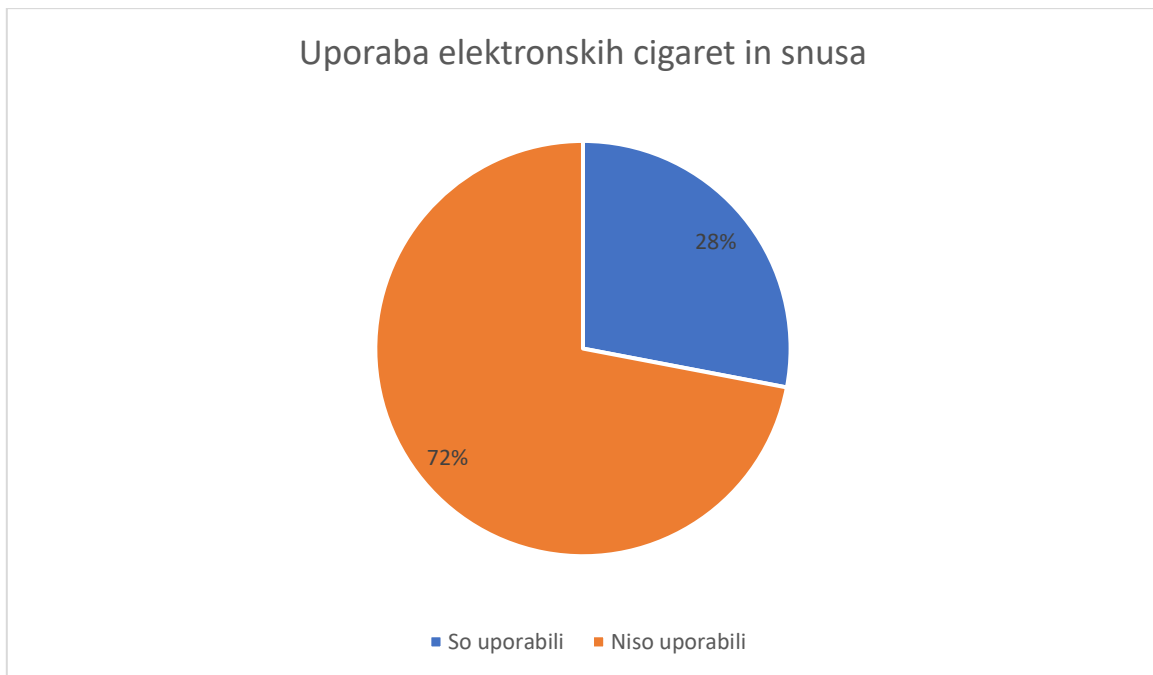
Graf 4: Odgovori na vprašanje "Ste že kdaj uporabili elektronsko cigareto (vejp)?"

Pri tem vprašanju nas je zanimalo ali so anketiranci že kdaj uporabili elektronsko cigareto. Iz grafa lahko razberemo, da je 73 %, kar je večina anketirancev za odgovor na vprašanje obkrožila »Ne«. Tako, da je anketirancev, ki so kot odgovor na vprašanje obkrožili »Da« 27 %.



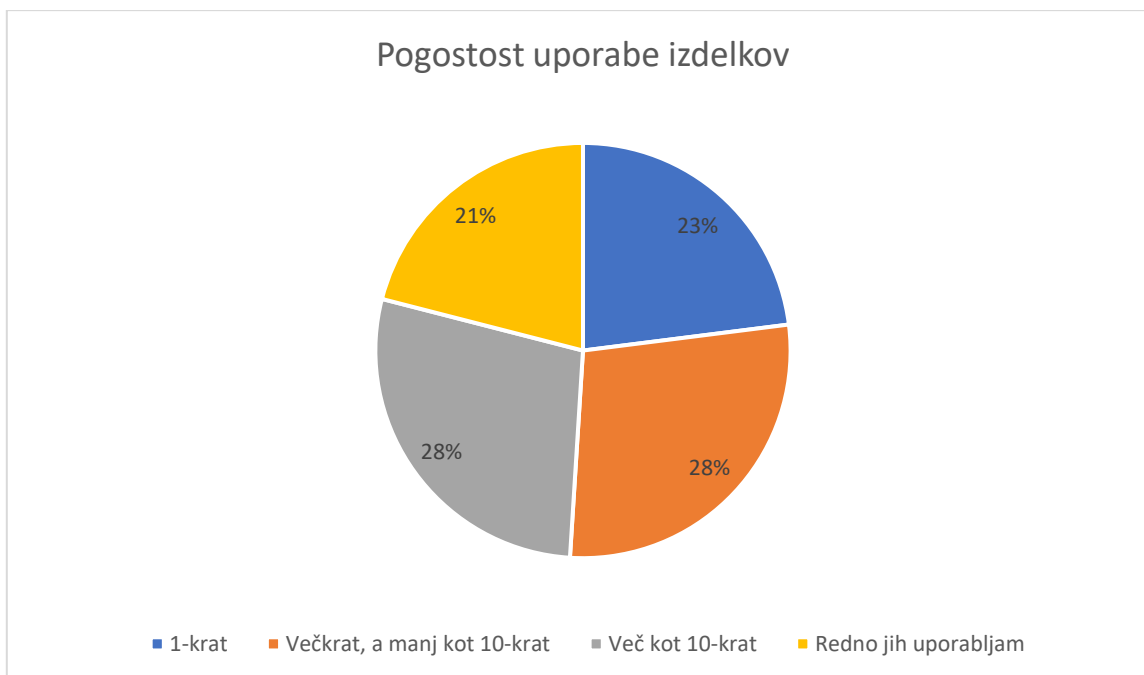
Graf 5: Odgovori na vprašanje "Ste že kdaj uporabili snus?"

Rezultati so pokazali, da je večina anketirancev in to kar 88 % na vprašanje, če so že kdaj uporabili snus obkrožila odgovor »Ne«. Anketirancev, ki so na to vprašanje odgovorili z »Da« pa je bilo 12 %.



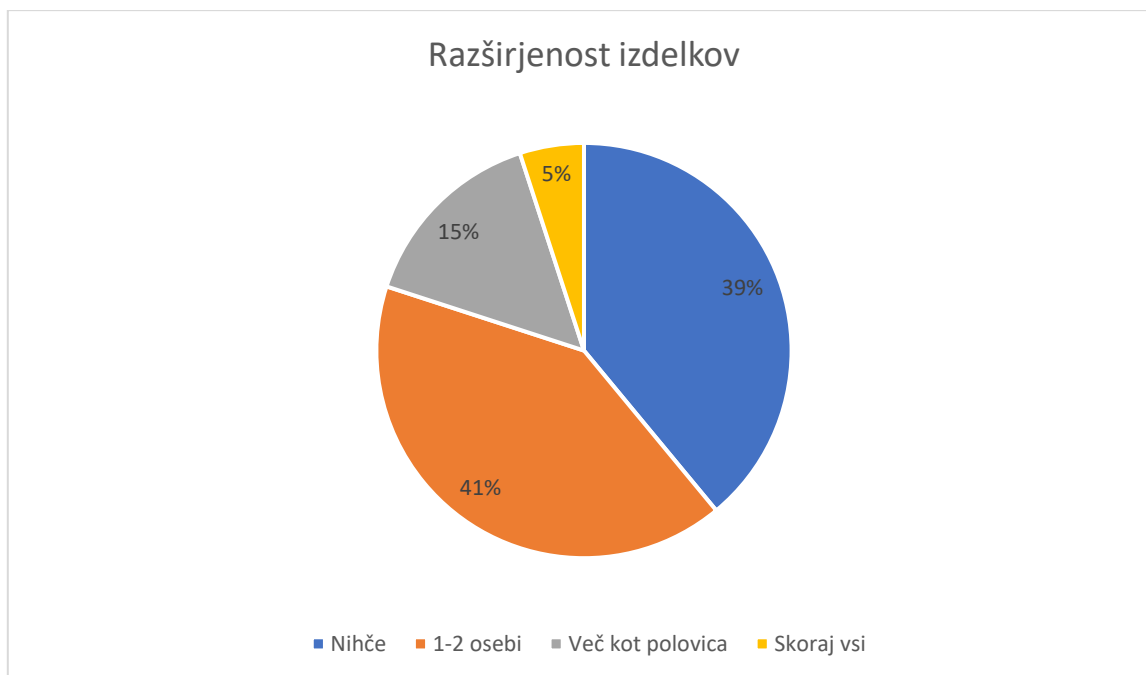
*Graf 6: Uporaba elektronskih cigaret in snusa*

S pridobljenimi rezultati lahko skupaj povzamemo, da je med vsemi anketiranimi, 28 % tistih, ki so že uporabili ali elektronski cigaret in snus ali oboje. 72 % anketiranih še ni uporabilo nič od omenjenih izdelkov.



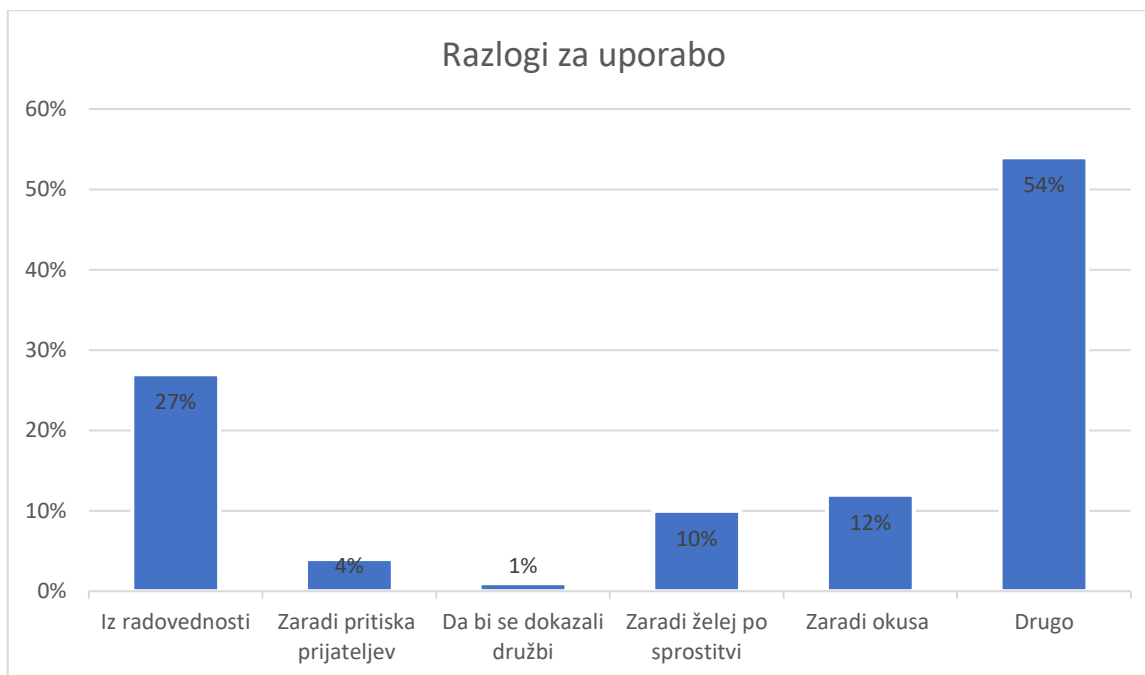
Graf 7: Odgovori na vprašanje "Če ste na 3. ali 4. vprašanje odgovorili z "Da", kolikokrat ste uporabili te izdelke?"

Pri tem vprašanju so sodelovali samo tisti, ki so na 4. ali 5. vprašanje odgovorili z »Da«. Zanimalo nas je kolikokrat je ta delež anketirancev te izdelke že uporabil. Ugotovili smo, da je 28 % anketirancev obkrožilo odgovor, »Več kot 10-krat«, prav tako je isti delež anketirancev obkrožil odgovor »Večkrat, a manj kot 10-krat«. 23 % anketirancev je obkrožilo odgovor »1-krat«, ter 21 % anketirancev, da te izdelke uporabljajo redno.



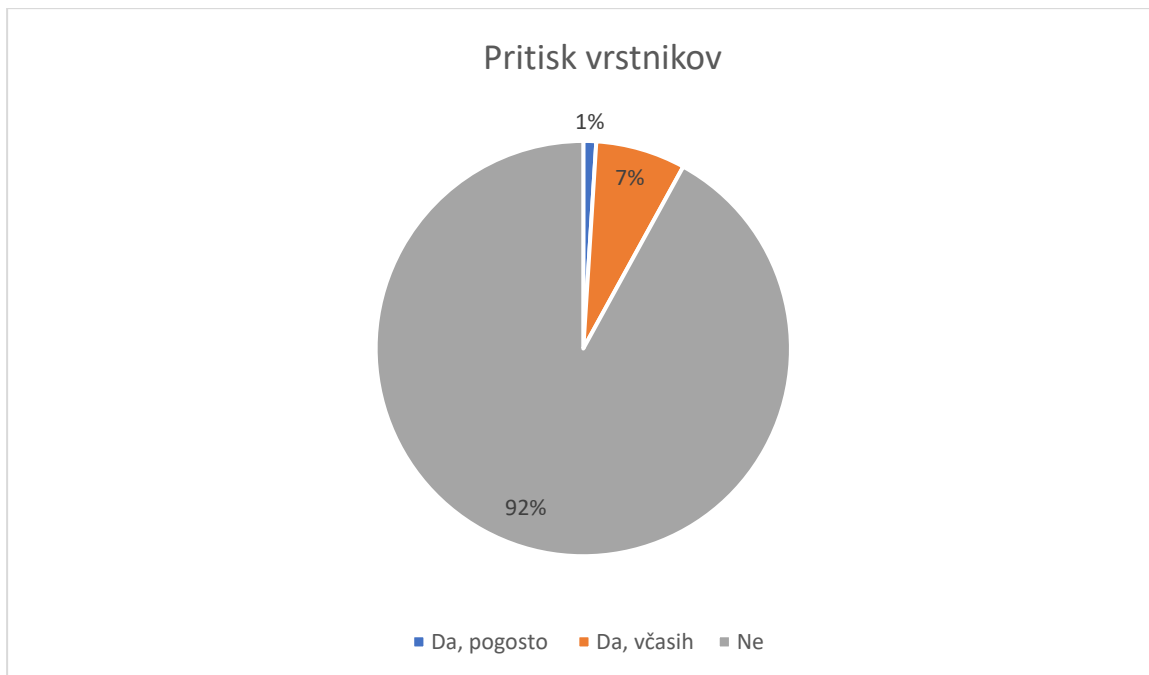
*Graf 8: Odgovori na vprašanje "Koliko ljudi v vašem krogu prijateljev uporablja elektronske cigarete ali snus?"*

Iz grafa je razvidno, da sta pri 41 % anketirancev v krogu prijateljev 1-2 osebi, ki redno uporabljata te izdelke. Pri 39 % anketirancev nihče v njihovem krogu prijateljev ne uporablja teh izdelkov, pri 15 % anketirancev pa jih te izdelke v krogu prijateljev uporablja več kot polovica. Pri samo pri 5 % anketirancev skoraj vsi v krogu prijateljev uporabljajo te izdelke.



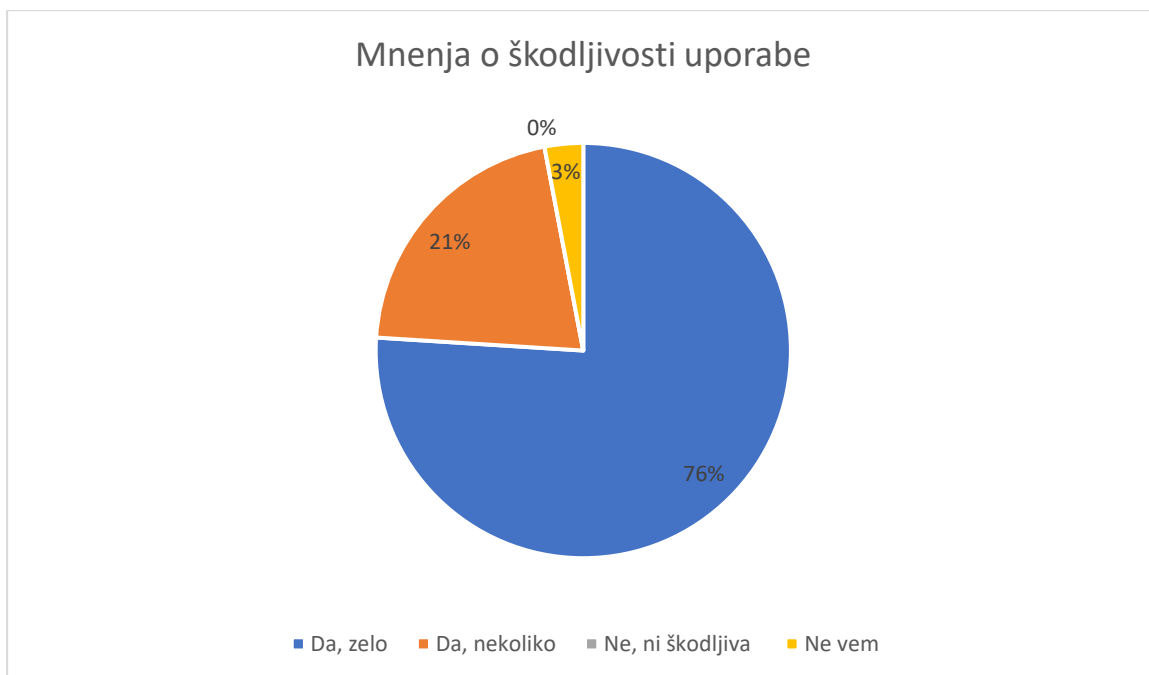
Graf 9: Odgovori na vprašanje "Zakaj ste (ali zakaj bi) uporabili elektronsko cigareto ali snus?"

Pri tem vprašanju so nas zanimali razlogi anketirancev zakaj so (ali bi) anketiranci uporabili elektronsko cigareto ali snus. Anketiranci so imeli pri tem vprašanju možnost obkrožiti več odgovorov. Največ in to kar 54 % jih je obkrožilo odgovor drugo, pod katerega so najpogosteje navedli, da teh izdelkov ne bi nikoli uporabili. 27 % anketirancev je tistih, ki bi uporabili ta izdelka iz radovednosti, 12 % anketirancev, ki bi ju uporabili zaradi okusa, ter 10 % tistih, ki bi ju uporabili zaradi želje po sprostivni. 4 % anketiranih so izbrali, da je razlog za uporabo zaradi pritiska prijateljev. Najmanj in sicer 1 % anketirancev pa je obkrožil odgovor, da bi uporabil ta izdelka, da se dokaže družbi.



*Graf 10: Odgovori na vprašanje "Ali čutite pritisk vrstnikov, da bi uporabljali te izdelke?"*

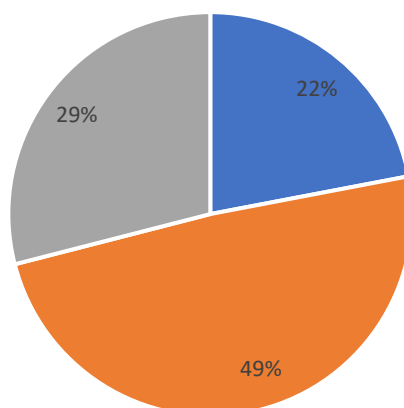
Pridobljeni podatki so pokazali, da večina anketirancev in sicer 92 % ne čuti pritiska sovrstnikov za uporabo teh izdelkov. 7 % anketirancev meni, da pritisk sovrstnikov za uporabo čutijo včasih, ter 1 % anketirancev je bil tistih, ki pritiska sovrstnikov čutijo pogosto.



*Graf 11: Odgovori na vprašanje "Ali menite, da je uporaba elektronskih cigaret in snusa škodljiva za zdravje?"*

Iz grafa lahko razberemo, da 76 % anketirancev meni, da je uporaba elektronskih cigaret in snusa zelo škodljiva za zdravje. 21 % procentov anketirancev meni, da je uporaba nekoliko škodljiva in 3 % anketirancev je izbralo odgovor, da ne vedo ali je uporaba nevarna ali ni. Noben anketiranec ne meni, da uporaba teh dveh izdelkov ni škodljiva.

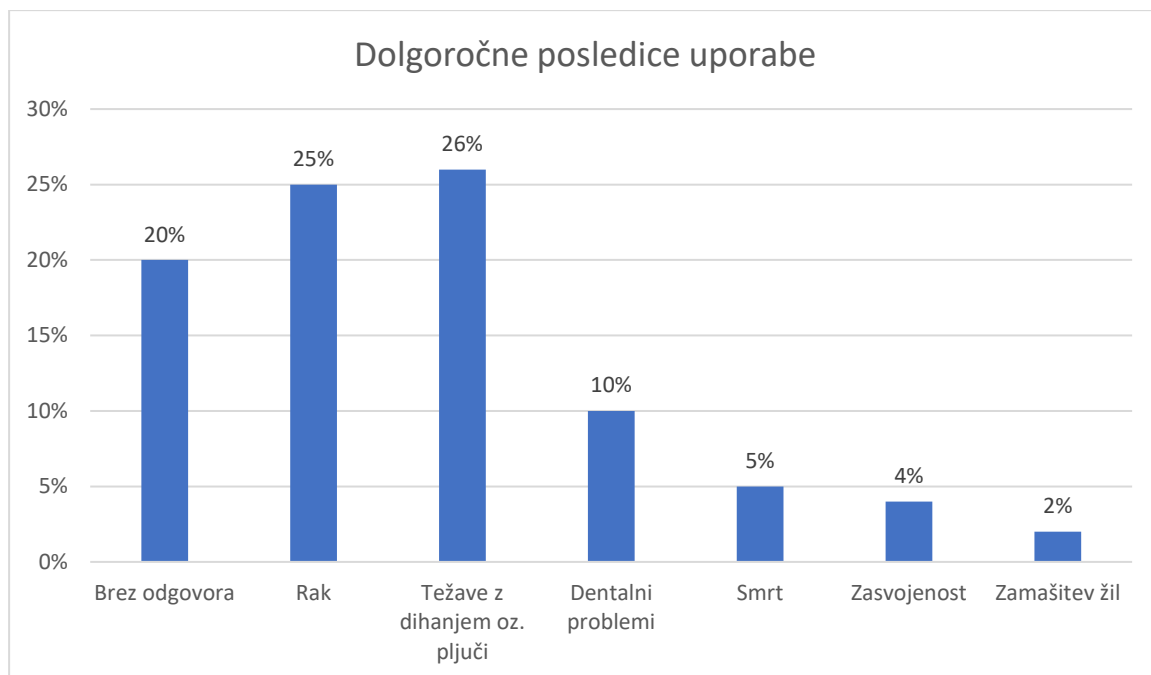
## Poznavanje dolgoročnih posledic



■ Da, zelo dobro ■ Nekaj sem slišal/-a ■ Ne, ne poznam

Graf 12: Odgovori na vprašanje "Ali poznate dolgoročne posledice uporabe teh izdelkov?"

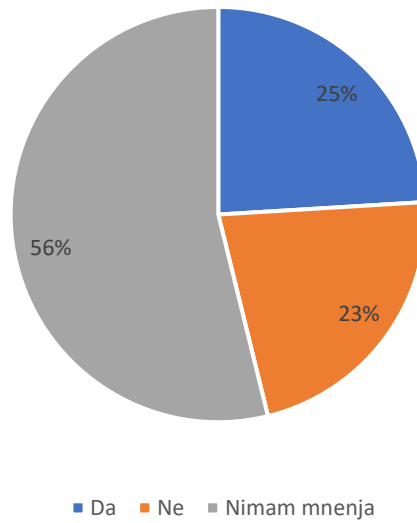
Pri tem vprašanju nas je zanimalo, kako dobro se anketiranci zavedajo dolgoročnih posledic uporabe teh izdelkov. Rezultati so pokazali, da je 49 % anketirancev nekaj že slišalo o dolgoročnih posledicah uporabe. 29 % anketirancev je izbralo odgovor, da posledic ne poznajo. 22 % anketirancev pa meni, da posledice dolgoročne uporabe poznajo zelo dobro.



*Graf 13: Odgovori na vprašanje "Če ste na 10. vprašanje odgovorili z »Da, zelo dobro« ali »Nekaj sem slišal/-a«, navedite dolgoročne posledice uporabe."*

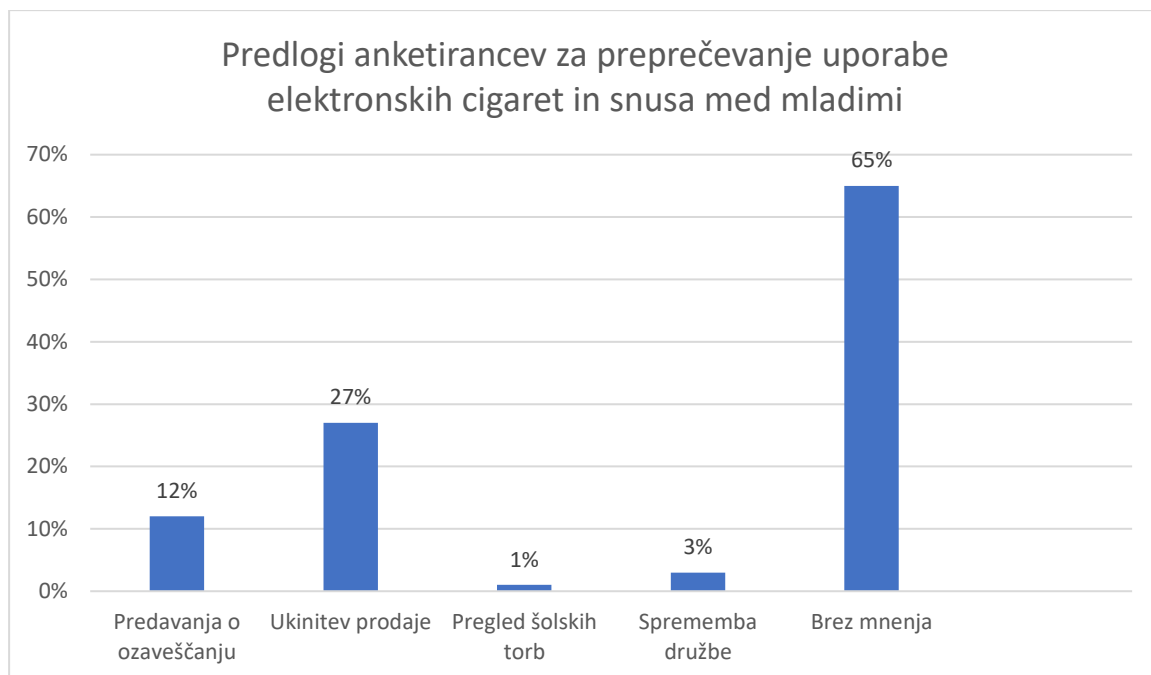
To vprašanje smo anketirancem postavili, da bi preverili ali so anketiranci na zgornje vprašanje odgovorili resnično. Anketiranci so lahko pod vprašanje navedli tudi več kot en odgovor dolgoročnih posledic. Ugotovili smo, da je 20 % anketirancev takšnih, ki so na 11. vprašanje odgovorili z »Da, zelo dobro« in »Nekaj sem slišal/-a«, vendar pod to vprašanje niso navedli nobenega odgovora. Največ anketirancev je kot odgovor za dolgoročne posledice navedlo, težave z dihanjem oz. pljuči ter rak. Manj pa jih je kot odgovor navedlo še: dentalni problemi, smrt, zasvojenost ter zamašitev žil.

### Pogovor o škodljivosti elektronskih cigaret in snusa



*Graf 14: Odgovori na vprašanje "Ali bi želeli, da bi se na šoli več pogovarjali o škodljivosti elektronskih cigaret in snusa?"*

Anketirance smo prav tako vprašali, ali bi želeli, da bi se na šoli več pogovarjali o škodljivosti elektronskih cigaret in snusa. Večina anketirancev (56 %) je obkrožila, da nima mnenja, medtem ko se je 25 % anketirancev odločilo, da bi želeli, da se na šoli več pogovarjamo o tem. 23 % anketirancev je mnenja, da se na šoli ne želijo pogovarjati o škodljivih vplivih uporabe teh izdelkov.



*Graf 15: Odgovori na vprašanje "Imate kakšen predlog, kako preprečiti uporabo elektronskih cigaret in snusa med mladimi?"*

Iz grafa so razvidni predlogi anketirancev za preprečitev uporabe elektronskih cigaret in snusa med mladimi. Največ anketirancev (65 %) je brez mnenja, kako bi preprečili uporabo teh izdelkov med mladimi. Ostali anketiranci so pod predloge naštel: ukinitvev prodaje (27 %), predavanja o ozaveščanju je napisalo 12 % anketirancev, sprememba družbe 3 % anketirancev in pregled šolskih torb, kar je napisal 1 % anketirancev.

## 4 DRUŽBENA ODGOVORNOST

Pomembno je, da osvetimo problematiko, ki postaja vse bolj prisotna v družbi. V zadnjih letih smo priča porastu uporabe izdelkov kot so elektronske cigarete in snus med mladostniki, kar lahko ima resne posledice za njihovo zdravje in splošno dobrobit.

Eden izmed ključnih razlogov za izvedbo te raziskave je pomanjkanje ozaveščenosti o škodljivih vplivih elektronskih cigaret in snusa. Mladi pogosto zmotno verjamejo, da so elektronske cigarete neškodljive, saj ne vsebujejo tradicionalnega tobačnega dima.

Z raziskovalno nalogo smo želeli ugotoviti tudi razloge, ki vplivajo na odločitev mladih za uporabo teh izdelkov. Družbeni vplivi, kot so pritisk vrstnikov, promocija na družbenih omrežjih in dostopnost teh izdelkov, igrajo pomembno vlogo pri njihovem eksperimentiranju in morebitnem rednem uživanju. Naša raziskava lahko pomaga prepoznati ključne vzroke za njihovo uporabo in prispeva k oblikovanju učinkovitih preventivnih programov ter izobraževalnih vsebin za učence, starše in učitelje.

S to raziskovalno nalogo želimo prispevati k boljšemu razumevanju tega perečega problema. Ozaveščanje in preventivne dejavnosti so ključnega pomena pri preprečevanju širjenja uporabe elektronskih cigaret in snusa med osnovnošolci. Tudi mi smo možne posledice, ki smo jih pridobili iz literature poudarili in predstavili s plakati, ki smo jih izobesili na najbolj vidna mesta v naši šoli.



Slika 1: Izobešanje plakatov (Vir: lasten vir)



Slika 2: Plakati na vidnih mestih (Vir: lasten vir)

**KAKO ELEKTRIČNI CIGARETI IN SNS VPLIVAJO NA POČUTJE IN ČLOVEŠKO TELO?**

**POVZROČANJE ZASVOJENOSTI**

**VPLIV NA RAZVOJ MOŽGANOV**

**TEŽAVE S KONCENTRACIJO OB PREKINITVI UPORABE**

**MOŽNE ZDRAVSTVENE POSLEDICE :**

- POŠKODBA USTNE SLUZNICE,
- BOLEZNI DLESNI,
- VNETJA,
- IZGUBA ZOB,
- RAKAVE BOLEZNI,
- POVEČANA TVEGANJA ZA SRČNI INFARKT IN MOŽGANSKO KAP,
- ...

Slika 3: Vsebina plakata (Vir: lasten vir)

## 5 SKLEP

**Hipoteza 1: Več kot polovica anketirancev je vsaj enkrat preizkusila nekaj od omenjenih izdelkov.**

Hipotezo, da je več kot polovica anketirancev vsaj enkrat preizkusila nekaj od omenjenih izdelkov **ovržemo**. Rezultati so pokazali, da več kot polovica anketirancev do zdaj še ni uporabila niti enega izdelka. Teh je bilo 72%. 28% anketirancev pa je že uporabilo vsaj en izdelek.

**Hipoteza 2: Večina učencev se odloči za uporabo elektronskih cigaret in snus zaradi pritiska vrstnikov in dokazovanja družbi.**

5 % anketirancev je oziroma bi uporabila omenjene izdelke zaradi, vpliva prijateljev oz. dokazovanja družbi. S pridobljenimi rezultati lahko našo 2. hipotezo, da se večina učencev odloči za uporabo elektronskih cigaret in snusa zaradi pritiska in dokazovanja družbi prav tako **ovržemo**. Prav tako so pridobljeni podatki pokazali, da večina anketirancev in sicer 92 % ne čuti pritiska sovrstnikov za uporabo teh izdelkov. 7 % anketirancev meni, da pritisk sovrstnikov za uporabo čutijo včasih, ter 1 % anketirancev je bil tistih, ki pritiska sovrstnikov čutijo pogosto.

**Hipoteza 3: Večina anketirancev ni dovolj seznanjena z dolgoročnimi vplivi uporabe teh izdelkov na zdravje.**

Zaradi pridobljenih podatkov lahko našo 3. hipotezo **potrdimo**. To lahko naredimo, saj je le 22 % anketirancev izbralo odgovor, da zelo dobro poznajo dolgotrajne posledice. 49 % je bilo takih, ki so o možnih posledicah nekaj slišali in 29 % jih sploh ne pozna. Tisti, ki so bili mnenja, da poznajo posledice, so kot odgovor za dolgoročne posledice navedlo, težave z dihanjem oz. pljuči ter rak. Manj pa jih je kot odgovor navedlo še: dentalni problemi, smrt, zasvojenost ter zamašitev žil. Anketiranci (76 %) so sicer mnenja, da je uporaba elektronskih cigaret in snusa zelo škodljiva za zdravje, vendar niso dobro podkrepljeni z znanjem, oziroma razlogi zakaj.

## 6 ZAKLJUČEK

Rezultati raziskave so ovrgli prvi dve hipotezi, medtem ko je bila tretja potrjena. Prva hipoteza, da je več kot polovica anketirancev preizkusila elektronske cigarete ali snus, ni bila potrjena, saj jih je le 28 % to storilo, medtem ko jih 72 % še nikoli ni uporabilo teh izdelkov. Prav tako je bila ovržena druga hipoteza, da se večina učencev za uporabo teh izdelkov odloči zaradi pritiska vrstnikov – le 4 % jih je navedlo, da bi jih uporabili zaradi vpliva prijateljev, večina (92 %) pa pritiska ne čuti. Tretja hipoteza, da anketiranci niso dovolj seznanjeni z dolgoročnimi vplivi uporabe, je bila potrjena, saj jih le 22 % dobro pozna posledice, medtem ko jih 49 % nekaj ve, 29 % pa sploh ne pozna tveganj. Čeprav večina meni, da so ti izdelki škodljivi, jim pogosto manjka poglobljeno znanje o konkretnih zdravstvenih tveganjih.

Kljub temu, da raziskava o uporabi elektronskih cigaret in snusa med mladimi, ni bila opravljena na zelo širokem vzorcu obstajajo razlogi za skrb. Dejstvo, da se je skoraj tretjina anketiranih že srečala s tovrstnimi izdelki, kaže na dostopnost in radovednost mladih. Poleg tega pomanjkanje znanja o dolgoročnih posledicah uporabe pomeni, da mladi pogosto sprejemajo odločitve brez popolnih informacij o možnih tveganjih.

Presenetili so nas podatki, ki so pokazali, da vloga vrstniškega pritiska v tem primeru ni tako ključna, kot bi morda domnevali, saj se večina učencev ne odloča za uporabo zgolj zaradi vpliva prijateljev. To pomeni, da je treba več pozornosti nameniti drugim dejavnikom, ki vplivajo na eksperimentiranje, kot so dostopnost izdelkov, oglaševanje in splošno poznavanje teh izdelkov kot "manj škodljivih" v primerjavi s klasičnimi cigaretami.

Poraja se nam vprašanje ali so bili vsi odgovori iskreni in ali bi morda s spletnimi anketami pridobili drugačne rezultate, saj bi s tem zagotovili še večjo anonimnost.

Ob izdelavi raziskovalne naloge, so se nam pojavile nove ideje za raziskovanje. Zanimalo bi nas tudi, kje anketiranci te izdelke sploh pridobijo ter kakšni so razlogi za ponovno uporabo.

Šole in starši morajo še naprej igrati aktivno vlogo pri ozaveščanju otrok o nevarnostih teh izdelkov, ter spodbujati mladostnike k zdravemu življenjskemu slogu.

## 7 VIRI IN LITERATURA

Arnold, C. (2014). Vaping and Health: *What Do We Know about E-Cigarettes?*. Environmental Health Perspectives, 122 (9). Pridobljeno: <https://ehp.niehs.nih.gov/doi/full/10.1289/ehp.122-A244>.

Koprivnikar, H. In Farkaš Lainščak. (2023). *Elektronske cigarete, ogrevani tobačni izdelki, nikotinske vrečke in brezdimni tobačni izdelki*. Onkologija. 27 (2). Pridobljeno: <https://www.revijaonkologija.si/Onkologija/article/view/526/493>.

Lekarnar.com. (b. d.). *Elektronske cigarete – skrita nevarnost sodobnega kajenja*. Lekarnar.com. Pridobljeno: <https://www.lekarnar.com/clanki/elektronske-cigarete-skrita-nevarnost-sodobnega-kajenja>.

Nacionalni inštitut za javno zdravje. (b. d.). *Elektronske cigarete – Informacije za mladostnike*. NIJZ. Pridobljeno: <https://nijz.si/zivljenjski-slog/tobacni-in-povezani-izdelki/elektronske-cigarete-informacije-za-mladostnike/>.

Nacionalni inštitut za javno zdravje. (b. d.). *Elektronske cigarete – pogosta vprašanja*. NIJZ. Pridobljeno: <https://nijz.si/zivljenjski-slog/tobacni-in-povezani-izdelki/elektronske-cigarete-pogosta-vprasanja/>.

National Institutes of Health. (b. d.). *Smokeless Tobacco and Cancer*. Pridobljeno: <https://www.cancer.gov/about-cancer/causes-prevention/risk/tobacco/smokeless-fact-sheet>.

Zucchet, A. in Schmaltz, G. (2017). *Electronic cigarettes—A review of the physiological health effects*. FACETS, 2 (1). Pridobljeno: <https://www.facetsjournal.com/doi/10.1139/facets-2017-0014>.

World Health Organization. (29. 5. 2024). *Have you heard of white snus? A Swedish tobacco control activist rings the alarm*. Pridobljeno: <https://www.who.int/europe/news-room/feature-stories/item/have-you-heard-of-white-snus--a-swedish-tobacco-control-activist-rings-the-alarm>.

## 8 PRILOGE

PRILOGA: Anketni vprašalnik

### Anketni vprašalnik: Elektronske cigarete in snus med mladimi v osnovnih šolah

#### Spoštovani učenci in učenke,

anketa je anonimna in je namenjena raziskavi uporabe elektronskih cigaret in snusa med mladimi v sklopu raziskovalne naloge. Prosimo vas, da na vprašanja odgovorite iskreno.

1. Spol:
  - a) Moški
  - b) Ženski
  
2. Kateri razred obiskujete?
  - a) 6. razred
  - b) 7. razred
  - c) 8. razred
  - d) 9. razred
  
3. Ali veste, kaj so elektronske cigarete (vejp) in snus?
  - a) Da, poznam obe stvari.
  - b) Poznam elektronske cigarete, vendar ne snusa.
  - c) Poznam snus, vendar ne elektronskih cigaret.
  - d) Ne poznam niti elektronskih cigaret niti snusa.
  
4. Ste že kdaj uporabili elektronsko cigareto (vejp)?
  - a) Da
  - b) Ne
  
5. Ste že kdaj uporabili snus?
  - a) Da
  - b) Ne
  
6. Če ste na **3. ali 4. vprašanje odgovorili z "Da"**, kolikokrat ste uporabili te izdelke?
  - a) 1-krat
  - b) Večkrat, a manj kot 10-krat
  - c) Več kot 10-krat
  - d) Redno jih uporabljam
  
7. Koliko ljudi v vašem krogu prijateljev uporablja elektronske cigarete ali snus?
  - a) Nihče
  - b) 1-2 osebi
  - c) Več kot polovica
  - d) Skoraj vsi

8. Zakaj ste (ali zakaj bi) uporabili elektronsko cigareto ali snus?  
(Označite vse, kar velja.)
- a) Iz radovednosti
  - b) Zaradi pritiska prijateljev
  - c) Da bi se dokazali družbi
  - d) Zaradi želje po sprostitvi
  - e) Zaradi okusa/arome izdelkov
  - f) Drugo: \_\_\_\_\_
9. Ali čutite pritisk vrstnikov, da bi uporabljali te izdelke?
- a) Da, pogosto
  - b) Da, včasih
  - c) Ne
10. Ali menite, da je uporaba elektronskih cigaret in snusa škodljiva za zdravje?
- a) Da, zelo
  - b) Da, nekoliko
  - c) Ne, ni škodljiva
  - d) Ne vem
11. Ali poznate dolgoročne posledice uporabe teh izdelkov?
- a) Da, zelo dobro
  - b) Nekaj sem slišal/-a
  - c) Ne, ne poznam
12. Če ste na **10. vprašanje odgovorili z »Da, zelo dobro« ali »Nekaj sem slišal/-a«**, navedite dolgoročne posledice uporabe.
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
13. Ali bi želeli, da bi se na šoli več pogovarjali o škodljivosti elektronskih cigaret in snusa?
- a) Da
  - b) Ne
  - c) Nimam mnenja
14. Imate kakšen predlog, kako preprečiti uporabo elektronskih cigaret in snusa med mladimi?
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Hvala za vaš čas in iskrene odgovore!