



Fakulteta za zdravstvo **Angele Boškin**  
*Angela Boškin Faculty of Health Care*

Diplomsko delo  
visokošolskega strokovnega študijskega programa prve stopnje  
ZDRAVSTVENA NEGA

**UČINEK PANDEMIJE COVID-19 NA  
UPORABO TOBAČNIH IZDELKOV IN  
ALKOHOLA PRI ŠTUDENTIH  
ZDRAVSTVENE NEGE –  
KVANTITATIVNA RAZISKAVA**

**IMPACT OF THE COVID-19 PANDEMIC  
ON TOBACCO AND ALCOHOL USE AMONG  
NURSING STUDENTS:  
A QUANTITATIVE STUDY**

Mentorica: doc. dr. Maja Sočan

Kandidatka: Manca Peterka

Jesenice, maj, 2024

## **ZAHVALA**

Zahvaljujem se mentorici doc. dr. Maji Sočan za strokovno pomoč, čas, vodenje, strpnost in za razumevanje. Zahvaljujem se tudi recenzentki Marti Smodiš, mag. zdr. neg., spec. manag., viš. pred., za strokovni pregled diplomskega dela in dr. Tomažu Petku, prof. slov., za lektoriranje diplomskega dela.

Zahvaljujem se tudi vsem prijateljicam, prijateljem, sorodstvu in sodelavcem, ki so mi s spodbudami pomagali na poti do sklenitve diplomskega dela.

Predvsem pa se zahvaljujem družini, ki mi je med študijem stala ob strani, me spodbujala in skupaj z menoj premagovala ovire.

## **POVZETEK**

**Teoretična izhodišča:** Uživanje tobaka in alkohola sta tvegani vedenji, ki sta pomembni za zdravje in dobro počutje. Vpliv pandemije covid-19 na porabo alkohola in tobačnih izdelkov je malo raziskan in je bil glavni namen naše raziskave.

**Cilj:** Cilji diplomskega dela so bili raziskati pogostost poseganja študentov zdravstvene nege po alkoholnih pijačah in uporabi tobačnih izdelkov pred pandemijo ter ugotoviti spremembo v pogostosti uporabe alkoholnih in tobačnih izdelkov v prvem letu pandemije.

**Metoda:** Uporabljena je bila neeksperimentalna metoda empiričnega raziskovanja. Podatke smo zbrali s pomočjo vprašalnika, ki smo ga razvili za namene raziskave. Uporabljen je bil nenaključni namenski vzorec, ki je zajemal 125 študentov, vpisanih na študijski program zdravstvene nege na Fakulteti za zdravstvo Angele Boškin. Realizacija vzorca je bila 43,7 %. Za statistično obdelavo podatkov je bil uporabljen program IBM SPSS 28.0 za opisne in bivariatne statistike. Vrednost  $p < 0,05$  je določala mejo statistične značilnosti.

**Rezultati:** Študenti so pred pandemijo redko občutili stisko zaradi negotovosti, neznanja in nepredvidljivih dogodkov, v pandemiji pa se je stiska statistično značilno pogosteje pojavljala ( $t = 3,106$ ;  $p = 0,003$ ). Pitje alkohola med študenti zdravstvene nege se v naši raziskavi med pandemijo ni statistično značilno spremenilo ( $p > 0,05$ ). Pogostost uporabe tobačnih izdelkov se je med pandemijo statistično značilno povečala ( $t = 2,005$ ;  $p = 0,048$ ).

**Razprava:** Pandemija covid-19 je vplivala na življenje študentov zdravstvene nege. Obstaja povezava med pitjem alkohola in kajenjem ter socialnim življenjem študentov. Te ugotovitve bi lahko spodbudile zdravstvene programe k ustreznim ukrepom, spodbujanja zdravja in dobrega počutja študentov.

**Ključne besede:** alkohol, tobak, uživanje, študenti, pandemija covid-19

## SUMMARY

**Background:** Tobacco and alcohol use are behaviors that have an important effect on health and well-being. The impact of the COVID-19 pandemic on the consumption of alcohol and tobacco products was insufficiently researched, and was the main focus of our research.

**Goals:** The thesis aims to investigate the prevalence of alcohol and tobacco use among nursing students prior to pandemic and to determine the changes in the frequency of alcohol and tobacco use during the first year of the pandemic, particularly focusing on the period of social distancing.

**Method:** A non-experimental method of empirical research was used. Data was collected using a questionnaire that we developed for the purposes of the study. A non-random purposive sample of 125 students enrolled in the Nursing Care study program at the Angela Boškin Faculty of Health was used. The realization rate of the sample was 43.7%. Statistical data processing was conducted using the IBM SPSS 28.0 software, employing descriptive and bivariate statistics. Statistical significance was set at a threshold of  $p < 0.05$ .

**Results:** Prior to the pandemic, students rarely experienced distress due to uncertainty, ignorance and unpredictable events. However, during the pandemic, distress was statistically significantly more frequent ( $t = 3.106$ ;  $p = 0.003$ ). Alcohol consumption among nursing students participating in our study did not change statistically significantly during the pandemic ( $p > 0.05$ ). The prevalence of tobacco use increased statistically significantly during the pandemic ( $t = 2.005$ ;  $p = 0.048$ ).

**Discussion:** The COVID-19 pandemic has affected the lives of nursing students. There is a link between drinking alcohol and smoking and the students' social life. These findings may prompt health programs to implement appropriate measures to promote the health and well-being of students.

**Keywords:** alcohol, tobacco, consumption, students, COVID-19 pandemic

## KAZALO

<b>1</b>	<b>UVOD</b> .....	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>TEORETIČNI DEL</b> .....	<b>6</b>
2.1	PODATKI O UŽIVANJU ALKOHOLA PRI ŠTUDENTIH .....	6
2.2	PODATKI O UPORABI TOBAKA PRI ŠTUDENTIH .....	8
2.3	SPREMEMBE PRI UŽIVANJU ALKOHOLA MED PANDEMIJO COVIDA-19 .....	9
2.4	SPREMEMBE PRI UPORABI TOBAKA MED PANDEMIJO COVIDA-19 .....	10
<b>3</b>	<b>EMPIRIČNI DEL</b> .....	<b>12</b>
3.1	NAMEN IN CILJI DIPLOMSKEGA DELA .....	12
3.2	RAZISKOVALNA VPRAŠANJA .....	12
3.3	RAZISKOVALNA METODOLOGIJA .....	13
3.3.1	Metode in tehnike zbiranja podatkov .....	13
3.3.2	Opis merskega instrumenta .....	13
3.3.3	Opis vzorca .....	15
3.3.4	Opis poteka raziskave in obdelave podatkov .....	18
3.4	REZULTATI .....	19
<b>4</b>	<b>RAZPRAVA</b> .....	<b>25</b>
4.1	OMEJITVE RAZISKAVE .....	28
4.2	DOPRINOS ZA STROKO IN PRILOŽNOSTI ZA NADALJNJE RAZISKOVANJE .....	29
<b>5</b>	<b>ZAKLJUČEK</b> .....	<b>30</b>
<b>6</b>	<b>LITERATURA</b> .....	<b>32</b>
<b>7</b>	<b>PRILOGE</b>	
7.1	INSTRUMENT	

## KAZALO SLIK

Slika 1: Starost anketiranih.....	17
Slika 2: Delovna doba anketiranih.....	17

## KAZALO TABEL

Tabela 1: Zanesljivost vprašalnika .....	15
Tabela 2: Demografski podatki anketiranih.....	16
Tabela 3: Starost in delovna doba anketiranih v zdravstveni negi.....	16
Tabela 4: Uporaba alkohola anketirancev pred pandemijo covid-19.....	19
Tabela 5: Uporaba alkohola anketirancev med pandemijo covid-19 .....	20
Tabela 6: Razlogi, zaradi katerih so anketirani pred pandemijo covid-19 uživali alkohol.....	20
Tabela 7: Razlogi, zaradi katerih so anketirani med pandemijo covid-19 uživali alkohol .....	21
Tabela 8: Preživljanje časa v obdobju pred pandemijo covid-19 in med njo.....	21
Tabela 9: Uporaba alkohola pred pandemijo covid-19 in med njo.....	22
Tabela 10: Uporaba tobačnih izdelkov pred pandemijo covid-19 in med njo.....	22
Tabela 11: Primerjava uživanja alkohola med anketiranci pred pandemijo covid-19 in med njo.....	23
Tabela 12: Primerjava uporabe tobačnih izdelkov med anketiranci pred pandemijo covid-19 in med njo.....	24

## SEZNAM KRAJŠAV

Covid-19	Corona Virus Inflammation Disease je poimenovanje bolezni, ki jo povzroča virus SARS-CoV-2
FZAB	Fakulteta za zdravstvo Angele Boškin
HIV	Humani imunodeficientni virus
KOPB	Kronična obstruktivna pljučna bolezen
NIJZ	Nacionalni inštitut za javno zdravje
NY	New York
ZDA	Združene države Amerike
SARS-CoV-2	Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (slovensko akutni koronavirusni respiratorni sindrom)
SOA	Sindrom odvisnosti od alkohola
SPSS	Statistical Package for Social Sciences (statistični program za družboslovne znanosti)
SZO/ WHO	Svetovna zdravstvena organizacija

## 1 UVOD

Okužba s SARS-CoV-2 se je pojavila nepričakovano in se v začetku leta 2020 naglo razširila. Bolezen, ki jo je povzročila, je Svetovna zdravstvena organizacija (SZO) poimenovala covid-19. Razvoj virusa, ki se je sprva pojavil na Kitajskem, še traja. Nepoznana bolezen je takrat za vedno spremenila življenje celotnemu prebivalstvu. Znanstveniki so pandemijo covid-19 primerjali s pandemijo španske gripe, ki se je pojavila pred skoraj stotimi leti (Liu, et al., 2020).

Hitrost širjenja virusa SARS-CoV-2, povzročitelja pandemije, so povzročile predvsem migracije, ki so potekale na dnevni ravni zaradi dela, šolanja, študija ali pa turizma. Zaradi modernejših prevoznih sredstev je migracija v zdajšnjem svetu neprimerljivo hitrejša kot včasih; s tem je bila tudi povezana hitrost razvoja izbruha v pandemijo. Zaradi nepazljivosti ljudi in virulentnosti povzročitelja je covid-19 hitro zajel vse celine. Kot rešitev k čimprejšnjemu zmanjševanju širjenja pandemskega virusa, obolevnosti in preobremenitvi zdravstvenega sistema je bil v javnosti predstavljen slogan »Ostani doma«. Ob začetku pandemije so bili prisotni: strah, zaskrbljenost in negotovost, kaj širjenje virusa pomeni, zato je bilo socialno distanciranje, vključno z načelom, da ostanemo doma, vsaj zmerno pozitivno sprejeto (Chakraborty & Maity, 2020). Po določenem času pa so omejitve gibanja vzbudile dvom o potrebnosti in nujnosti ter povzročile precej iracionalnega emocionalnega odziva. Motivacija za sodelovanje pri zadrževanju v domačem okolju je bila sprva precej visoka, podobno tudi pričakovanja, da bodo rešitve usmerjene k hitri rešitvi problema. V nadaljevanju poteka pandemije se je izkazalo, da ne gre za kratkotrajno dogajanje, ampak je bilo obvladovanje zahtevno in dolgotrajno (Brezavšček, et al., 2022).

Glede na pogodbo so bile države članice Evropske unije dolžne »v skladu s prvim in drugim odstavkom 168. člena zagotoviti visoko raven varovanja zdravja ljudi«. Pravilniki so državam članicam naložili odgovornost o odločanju glede razvoja, izvajanja in upoštevanja strategij glede reševanja težav s SARS-CoV-2 (General Secretariat of the Council, 2021). Vodstva države so se spoprijemala s podobnimi težavami, in sicer kako zamejiti širjenje virusa in vzdrževati življenje prebivalstva čim bolj v mejah normalnega



delovanja. Iskanje učinkovitih ukrepov, ki bi zajezili širjenje SARS-CoV-2, je pripeljalo do uvedbe obveznega »zapiranja« vseh nenujnih storitev. Ob tem so svoje delovanje morala prekiniti vsa nenujna podjetja, prenehal je delovati izobraževalni sistem. Pouk in študij sta se nadaljevala na daljavo (Alonso - Martinez, et al., 2021). Med najučinkovitejše ukrepe so sodili: zapiranje šol, zaprtje delovnih mest, zaprtje gostinskih lokalov in številnih podjetij, prepoved javnih prireditev in koncertov, ukinitve javnih prevozov (Mendez - Brito, et al., 2021). Študenti so zaradi spletnega izobraževanja čutili več stresa, tesnobe, zaskrbljenost glede osebnega zdravja in zdravja bližnjih. Poleg tega so se spremenile prehranjevalne, gibalne in spalne navade (Wang, et al., 2020). Priporočeno je bilo druženje z najbližjimi družinskimi člani, kar je pripeljalo do povečanega stresa in depresije pri družinah, v katerih so bili prisotni konflikti, zmanjšani dohodki in povečani odhodki gospodinjstva (Kim, et al., 2023). Obvezna karantena po vsem svetu je dodatno omejila gibanje ljudi v vseh družbenih slojih, kar je povzročilo socialno izoliranost. Prisotnost okužbe je bilo treba preverjati s testiranjem. Številni znanstveniki in strokovnjaki so javnosti predajali nove informacije, ki so se medsebojno razlikovale, kar je zaradi neskladja prebivalstvo zmedlo in prestrašilo. Vsak posameznik si je ustvaril lastno mnenje, kar je povzročilo nezaupanje pri sprejemanju novih podatkov raziskav o virusu SARS-CoV-2 in zmanjšano sodelovanje prebivalstva pri obvladovanju širjenja virusa (Khan, et al., 2020).

Strah o izgubi službe, možnosti okužbe in resnega poteka covid-19 ter poslabševanje pandemske situacije brez jasnega konca je dodatno povečal stres med prebivalstvom (Yach, 2020). V raziskavah, narejenih v državah Evropske unije, so ugotovili, da se je uživanje alkohola v obdobju širjenja virusa covid-19 znatno povečalo. Zaznano je bilo, da je bila poraba alkohola pogostejša in tudi količina zaužitega alkohola večja. Vzrok za povečano uživanje alkohola pripisujejo dolgotrajni socialni izolaciji, ki je nastala zaradi omejevanja socialnih stikov, vzdrževanja stikov znotraj družine oziroma gospodinjstev in zaradi dela od doma. Socialna izolacija je vodila do povišane ravni stresa, ki je posameznike spodbudil k večji porabi alkoholnih pijač (Matone, et al., 2022). Uporabniki nikotina so poročali, da so uporabljali nikotinske izdelke kot pomoč za obvladovanje tesnobe in stresa. Prav tako se je povečala nabava gorljivih cigaret zaradi strahu pred pomankanjem artiklov in zaprtjem trgovskih centrov ter s tem manjšo dostopnostjo

tobačnih izdelkov. Kajenje v domačem okolju se je povečalo, kar je zvišalo možnost izpostavljenosti drugih družinskih članov pasivnemu kajenju. V pandemskem obdobju pa je bilo zaznati tudi določeno skupino ljudi, ki je želela uporabo tobačnih izdelkov opustiti zaradi zdravstvenih razlogov, in sicer zaradi neposrednih izkušenj s covidom-19 (Yach, 2020).

Alkohol je hepatotoksin, ki ob presnovi povzroči obsežne spremembe v hepatocitih. Tarčni organ pri presnovi alkohola so jetra, v sam proces pa so vključeni tudi drugi organi in tkiva, kot so: srce, mišice, možgani. Dolgotrajno uživanje oziroma zloraba alkohola povzroča anatomske in patološke spremembe jeter, kar pomeni trajno jetrno okvaro oz. bolezen jeter (Marano, et al., 2022). Alkohol je snov, ki povzroča odvisnost. Razlogi za razvoj sindroma odvisnosti od alkohola (SOA) so različni, kot so različni tudi vrsta zaužitih alkoholnih pijač, pogostost pitja in opijanja ter količina zaužitega alkohola. Prekomerna raba alkoholnih pijač negativno učinkuje na zdravje posameznika. Opitost ima akutne negativne učinke, dolgotrajno prekomerno pitje alkoholnih pijač pa povzroča okvaro organov in povzroči prezgodnjo umrljivost (Rungratanawanich, et al., 2021). Odvisnost od alkohola posredno vpliva na družine uporabnikov in celotno družbo. Alkohol predstavlja tudi eno najpogosteje uporabljenih substanc za zabavo. Po podatkih raziskav moški uživajo alkoholne pijače dvakrat pogosteje kot ženske. Poraba alkoholnih pijač se je skozi zadnja desetletja povečevala, kar predstavlja velik javnozdravstveni problem (Ilhan & Yapar, 2020). V letu 2021 je bil zaznan podatek registrirane porabe alkohola v Sloveniji, ki je znašal 10,62 litra čistega alkohola na odraslega prebivalca, starega 15 let in več (Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ), 2021). Svetovna zdravstvena organizacija je v letu 2018 izdala poročilo o globalnem stanju uporabe alkohola in učinku na zdravje. Na globalni ravni uživanje alkohola prispeva k poškodbam, boleznim in k smrtnim žrtvam. Je tudi eden izmed glavnih dejavnikov tveganja za nenalezljive bolezni, vključno z rakom in s srčno-žilnimi boleznimi. Prav tako pa je tudi dejavnik tveganja za nalezljive bolezni, kot sta tuberkuloza in humani imunodeficientni virus (HIV)/aids. Uživanje alkohola je eden izmed pomembnih dejavnikov tveganja tudi za poškodbe in nasilje v družini ali družbi. V svetovnem merilu se uživanje alkoholnih pripravkov uvršča na sedmo mesto, tj. kot dejavnik tveganja za invalidnost in prezgodnjo smrt (World health organisation (WHO), 2018). Zdravstveni delavci bi morali biti

javnosti zgled zdravega življenja. Kljub znanju o alkoholnih in tobačnih izdelkih ter odgovornosti za krepitev javnega zdravja pa še vedno konzumirajo različne dovoljene in nedovoljene substance, ki ustvarjajo odvisnost in negativno vplivajo na zdravje (Koprivnikar, et al., 2013). Manjša uporaba tovrstnih izdelkov se pogosto pokaže pri moških, ki se redno ukvarjajo s športom. Študenti pogosto največ alkoholnih pijač in tobačnih izdelkov zaužijejo ob koncih tedna, ko se odvijajo družjenja s sovrstniki. Znano je, da veliko mladostnikov in mladih odraslih preizkuša nove stvari, ki se pojavijo na trgu, zato sta alkohol in tobak precej pogost predmet preizkušanja med mladimi (Rodríguez - Muñoz, et al., 2020).

Poleg prekomernega uživanja alkohola se svet spopada tudi s tobačno epidemijo, ki je ena večjih groženj javnemu zdravju. Na kakovost zdravja ne vpliva le aktivno kajenje, ampak tudi pasivno. Treba je poudariti, da varna uporaba tobaka ne obstaja, saj so vse oblike tobaka škodljive za zdravje. Najpogosteje uporabljen tobačni produkt so cigarete, na voljo pa so tudi: tobak za vodno pipo, različni brezdimni tobačni izdelki, tobak za zvijanje cigaret na več načinov, tobak za pipo, cigare. Postopoma so skozi čas začeli nastajati tudi novi tobačni izdelki, kot so: ogrevalni tobačni izdelki, ki so tako kot njihovi predhodniki strupeni in vsebujejo rakotvorne snovi. Same naprave proizvajajo aerosole, ki vsebujejo nikotin in strupene kemikalije po segrevanju tobaka ali aktiviranju naprave. Uporaba tobaka je prisotna po vsem svetu; večina uporabnikov živi v državah z nizkimi in s srednje velikimi finančnimi dohodki. Prav tako uporaba tobaka prispeva k revščini, saj se dohodek za osnovne gospodinjske stvari, kot sta hrana in prebivališče, preusmeri v tobak (WHO, 2022). Raziskava o uporabi tobaka, izvedena med prebivalci Slovenije, je vključevala osebe, stare od 25 do 74 let. Pridobili so podatek, da je skupni odstotek prebivalcev, ki so bili kadilci, 20,4 % (NIJZ, 2021).

Konzumiranje alkoholnih in tobačnih substanc je od nekdaj predstavljalo velik problem družbe. Pogosto so družine uživalcev tovrstnih substanc socialno šibkejše družine, ki živijo v pomankanju ali pristanejo v neugodni situaciji zaradi nizkih finančnih dohodkov, bolezni ali neustreznega razpolaganja z denarjem. Pandemsko obdobje je povzročilo duševne in socialne probleme ter dodatno poglobilo do takrat prisotne neugodne situacije. Svetovno prebivalstvo se je znašlo v situaciji, ki je bila neznana in negotova. Posamezniki

so začeli iskati uteho v alkoholnih in tobačnih izdelkih, kar je lahko drastično spremenilo odnose in dinamiko v družini. Prav tako so osebe, ki so se že spopadale z odvisnostjo od zgoraj naštetih substanc, znašle v situaciji, ki je dodatno poglobila željo po iskanju utehe v alkoholu in tobačnih izdelkih.

V diplomskem delu se bomo osredotočili predvsem na študente zdravstvene nege ter na njihovo izkušnjo o konzumiranju alkohola in tobaka pred pandemijo in med njo. Želimo izvedeti, kako je pandemija covid-19 vplivala na kulturo uživanja alkohola in tobaka pri študentih zdravstvene nege Fakultete za zdravstvo Angele Boškin.

## 2 TEORETIČNI DEL

### 2.1 PODATKI O UŽIVANJU ALKOHOLA PRI ŠTUDENTIH

Prekomerno uživanje alkohola je velik javnozdravstveni problem, ki lahko negativno vpliva na vedenje med študenti (Guerrero - Agenjo, et al., 2023). Vzrok za intenzivnejše uživanje alkohola pri mladih je po navadi praznovanje rojstnih dni, praznikov in drugih dogodkov. Prav tako na pogostost uživanja alkohola vplivajo tudi številne negativne posledice, kot so: fizični in spolni napadi/zlorabe, nenamerne poškodbe in smrti, socialne in medosebne težave. Ta vzorec pitja povzroča spremembe pri možganih, ki dozorevajo, kar lahko vodi v odvisnost od alkohola. Uživanje alkohola pogosto pripelje do občutka sproščenosti, zamegljenega uma, slabše razsodnosti in nepazljivosti, kar lahko zaradi neustrezne zaščite povzroči bolezni, kot so: HIV, tuberkuloza in nekatera rakava obolenja. Konzumiranje alkohola med mladimi je povezano z različnimi socialnimi in zdravstvenimi posledicami, v kar so vključeni tudi: nasilje, samopoškodovanje, slabše ocene v šoli, tvegano spolno vedenje, smrt. Velik vpliv na mlade pa imajo tudi socialna omrežja in mediji, ki nanje vplivajo s pozitivnega in tudi z negativnega spektra. Skozi daljše časovno obdobje se je izkazalo, da medijski in socialni prostor negativno vpliva na zdravstveno stanje, kar se je pri mladih pokazalo na slabšem duševnem zdravju ter zasvojenosti in sprejemljivih normah glede uživanja alkohola, tobaka pa tudi drugih drog. Ugotovljeno je bilo, da je z alkoholom povezana vsebina na družbenih medijih povezana z uživanjem alkohola, vključno z nevarnim pitjem alkohola med mladimi, s težavami, povezanimi s pitjem alkohola, kot so med drugim tudi hrepenenje po konzumiranju in tveganju za alkoholizem (Helle, et al., 2022). V raziskavi, ki sta jo izvedla Tejedor - Cabrera & Cauli, je bilo ugotovljeno, da večina študentov redno uživa alkohol, prav tako je velik odstotek udeleženih v raziskavi podvržen tveganemu uživanju alkohola. Najpogostejši razlogi za povečano uživanje alkohola so bile pomembne spremembe v življenjskem slogu, in sicer: odhod iz družinskega okolja, selitev v druga mesta, osamosvojitve na finančnem področju, neodvisno sprejemanje življenjskih odločitev, iskanje začasnega stanovanja ali njegovo deljenje z drugimi ljudmi itn. Poleg tega so prisotni tudi stres zaradi želje po uspehu in tekmovalnosti med vrstniki ter študijske obremenitve (Tejedor - Cabrera & Cauli, 2019). Uživanje alkohola lahko vpliva na

trenutni učni uspeh študentov. Tradicionalno je bilo uživanje alkohola povezano z moško populacijo, vendar pa so raziskave pokazale, da se je zaradi družbenih, ekonomskih sprememb in sprememb vloge poraba alkohola med spoloma skoraj izenačila. V zadnjih desetletjih se je uživanje alkohola pri ženskah znatno povečalo, kar pripisujejo osamosvajanju žensk. Tovrsten podatek pa je skrb vzbujajoč, saj povečuje tvegano vedenje in posledično velik javnozdravstveni problem (Tejedor - Cabrera & Cauli, 2019).

Guerrero - Agenjo in drugi so v raziskavi ugotovili, da se približno 10 % študentov zdravstvene nege lahko šteje kot nevarne pivec alkohola, sicer s precejšno odstotkovno razliko med spoloma. Odstotek uživanja alkohola in tobačnih izdelkov je višji pri ženskah. Prav tako menijo, da bi bilo treba poiskati ustrežno rešitev, saj bodo študenti kmalu postali zdravstveni delavci, ti pa bi se morali zavedati škodljivosti prekomernega pitja alkohola in znati ustrezno pomagati ljudem, ki imajo težave s prekomernim uživanjem alkohola (Guerrero - Agenjo, 2023). Z večjimi težavami se spopadajo študentski domovi in naselja, saj je med mladimi prisotna prekomerna uporaba alkohola. Skoraj polovica študentov poroča o pogostem uživanju alkohola; moški so navajali, da so priložnostno konzumirali pet alkoholnih pijač ali več, medtem ko so dekleta v povprečju ob priložnosti zaužila štiri alkoholne pijače ali več, priložnost pa se je odvila vsaj enkrat v mesecu. Študentski domovi konzumiranja alkohola ne podpirajo; s pravili in z zakoni želijo zatreti njegovo uživanje, vendar pa je kultura uživanja alkoholnih pijač izjemno močna. Največjo skušnjavo doživijo študenti v prvem letu študija, saj se njihove dnevne rutine in pripadnost sovrstnikom ob prehodu na drugo raven izobraževalnega programa povsem spremenijo. Vzorce pitja alkohola študenti večinoma obdržijo tudi po koncu izobraževanja, kar predstavlja velik problem, saj navada rednega uživanja alkohola pogosto ostane globoko zakoreninjena v mladih. Zaradi dinamične narave prehoda iz srednje šole na univerzo, skupaj s pomembnimi zdravstvenimi posledicami čezmerne pitja, je to prehodno obdobje ugoden čas za preučevanje povezave med uživanjem alkohola in spanjem. Pri odraslih je bila povezava med motnjami spanja in uživanjem alkohola. Številne študije so pokazale, da akutno in kronično uživanje alkohola spremeni vzorec spanja. Pri študentih, ki so redno uživali alkohol, je bilo zaznati nespečnost, hipersomnijo in večje časovne razlike spanca med tednom ali ob koncu tedna (Van Reen, et al., 2016).

Registrirana poraba alkohola v Sloveniji je v obdobju 2013 – 2018 znašala povprečno 10,43 litra čistega alkohola na prebivalca, ki je star 15 let in več. K tej porabi je treba prišteti tudi neregistrirano porabo alkohola, ki je po podatkih SZO za Slovenijo v letih 2015 – 2017 znašala 1,8 litra čistega alkohola na prebivalca, starega 15 let ali več. Podatki iz leta 2018 kažejo, da je registrirana poraba čistega alkohola na prebivalca znašala 9,9 litra (NIJZ, 2022).

## 2.2 PODATKI O UPORABI TOBAKA PRI ŠTUDENTIH

Zasvojenost s kajenjem je uvrščena med najpogostejše vzroke zdravstvenih težav po svetu. Negativno vpliva na javno zdravje in daljšo življenjsko dobo. V povprečju cigarete skrajšajo življenje za sedem let. Kljub nevarnemu vplivu na zdravje je tobačna industrija precej zaželena, saj na gospodarsko rast vpliva zelo dobro. Zaradi uporabe tobačnih izdelkov so pogosto poleg zasvojenosti prisotni tudi druge zdravstvene težave in smrtni izidi. Kadilci in nekadilci, ki so pogosto izpostavljeni rabi tobaka, so pogosteje izpostavljeni rakavim in drugim boleznim. Večina kompleksnih spojin, ki jih vsebujejo cigarete in drugi tobačni izdelki, so rakotvorna za ljudi. Pogosto se kadilci, ki kadijo zunaj, ne zavedajo, da s svojim početjem ogrožajo tudi ljudi okrog sebe. Ugotovljeno je bilo, da je kajenje povezano s približno štiridesetimi boleznimi, ki pripomorejo k vzroku bolezni. Vpliva na nastanek žilnih bolezni, bolezni ustne votline, kronično obstruktivna pljučna bolezen (KOPB), rakavih bolezni (pljuč, jeter, trebušne slinavke) itn. Zaradi želje po vključitvi v socialno okolico študente pogosto posnemajo drugi sovrstniki, ki konzumirajo tobak in predstavljajo zaželeno skupnost. Družbena oznaka in medvrstniška vez za njihove odnose z drugimi sta vzrok za kajenje, saj mladi iščejo občutek pripadnosti. Prav tako so študenti precej radovedni do stvari, ki jih ne poznajo; pri tem želijo pridobiti novo znanje, izkušnje in dogodivščine. Nezanemarljiv je tudi stres, ki ga povzročajo študijske obveznosti. Pogosto študenti posegajo po cigaretah, saj si želijo omogočiti nadzor ter lajšanje občutkov stresa in napetosti. Čeprav so prisotni tudi pozitivni učinki, ki lahko blažijo stopnjo depresije in anksioznosti, pa je uporaba tobaka še vedno škodljiva za telo. Prekomerni vnos nikotina lahko povzroči nasproten učinek ter še dodatno okrepi že obstoječo depresijo in tesnobo ali celo poveča negativni učinek, povezan z abstinenco (Li, et al., 2022).

Raziskava o kajenju, ki je bila izvedena v letu 2020, je pokazala, da kar 277.000 oseb, starih od 25 do 74 let, konzumira tobak. Navedli so, da uporabljajo cigarete, cigare, cigarilose ali pipe. Prav tako je bilo ugotovljeno, da je odstotek kadilcev višji med moškimi kot ženskami. Najnižji odstotek kadilstva je bil prisoten pri starejši populaciji in visoko izobraženem prebivalstvu. Spodbudni podatki so pokazali, da se je število kadilcev od leta 2016 pa do naslednje raziskave leta 2020 odstotkovno zmanjšalo, in to pri obeh spolih. V večini se je zmanjšalo predvsem pri mlajši starostni skupini prebivalstva s srednjo stopnjo izobrazbe. V letu 2018 so z anketiranjem ugotovili, da skoraj polovica 15-letnikov potrjuje uporabo vsaj enega izmed tobačnih in povezanih izdelkov, kar predstavlja 44 % sodelujočih 15-letnikov. Večina je navedla cigarete. V zadnjih 30 dneh je kar 22 % petnajstletnikov uporabljalo vsaj enega izmed tobačnih in podobnih izdelkov. Najpogosteje so uporabljali klasične cigarete in elektronske cigarete. Prav tako je bilo ugotovljeno, da se je odstotek uporabe enega izmed tobačnih in povezanih izdelkov od leta 2014 zmanjšal s 25 % na 22 %. Ne glede na spol pa se je povečal odstotek uporabnikov elektronskih cigaret, vodnih pip in tobaka za oralno uporabo. V tej starostni skupini je opaziti zmanjšano uporabo klasičnih tobačnih izdelkov ter povečano uporabo novejših in netradicionalnih produktov. Prvo mesto med izdelki še vedno zavzemajo cigarete, medtem ko so se v zadnjih letih na drugo in tretje mesto povzpele elektronske cigarete in vodne pipe. V letu 2019 so zbrali podatke o uporabi tobačnih izdelkov in uporabi izdelkov, v katerih se tobak segreva. Ti so pokazali, da je kar 5 % mladih v starosti od 15 do 17 let kadar koli v življenju konzumiralo tovrstne izdelke (NIJZ, 2021).

### **2.3 SPREMEMBE PRI UŽIVANJU ALKOHOLA MED PANDEMIJO COVIDA-19**

Omejitve, ki jih je prineslo obdobje covid-19, je prineslo veliko sprememb. Predvsem so vplivale na socialne stike s prijatelji, šolanje je potekalo prek spleta, prisoten je bil stalen strah pred nalezljivo boleznijo, ki se je širila po svetu (Thorisdottir, et al., 2021). Covid-19 je pri mladih povzročal strah in stalen stres, zaradi navodil so se bili primorani izolirati iz družabnega okolja, nekateri pa so zaradi paranoje to storili sami. Samoizolacija je bila vzrok za številne duševne težave. Prisoten je bil strah, prevladovali so slabo



razpoloženje, osamljenost in anksioznost. Številni študenti so se preživljali s študentskim delom; s tem so si lahko omogočili šolanje, pokrili stroške prebivanja, zagotovili osnovne življenjske potrebščine. Ob začetku pandemije covid-19 so začeli veljati novi ukrepi, ki so večini študentov onemogočali pridobivanje rednih dohodkov. S tem je bilo povzročena veliko stresa, študenti so se spopadali s socialnimi problemi, ki so mlade vodili na rob preživetja (Blake, et al., 2021). Prav tako je bilo treba stalno spremljati informacije o tem, kako se bolezen razvija, kakšni so novi zaščitni ukrepi pred nalezljivo boleznijo. Vsi ti dejavniki so lahko vplivali na duševno zdravje mladostnikov. V študijah je bilo dokazano, da je stopnja depresije, anksioznosti in stresa zaradi pandemije narastla (Thorisdottir, et al., 2021).

Clare in drugi so v raziskavi, izvedeni med dijaki, izvedeli, da se je količina uživanja alkohola med pandemijo zmanjšala (Clare, et al., 2021), prav tako so o zmanjšani količini uživanja alkohola poročali redni študenti (Wilson, et al., 2022), čeprav druge raziskave prikazujejo povečano uživanje alkohola po svetu. Večina jih je kot razlog navedla manj stikov s prijatelji in z vrstniki (Clare, et al., 2021). Pijačo so zaužili le ob priložnostih, kot so druženje in športni dogodki. Pogostost težkega epizodnega pitja je med skupinami ostala podobna, vendar pa se je ne glede na pogostost pitja zmanjšalo število zaužitih pijač. Prav tako se je zmanjšalo zaznavanje kršitev v študentski skupnosti (Wilson, et al., 2022). Osebe, ki so poročale o povečanem uživanju alkohola, so navedle, da so razlogi dolgčas in zmanjšanje obsega aktivnosti ter več časa za pijačo. Mladi uživajo več alkohola zunaj doma, vendar pa se je prav tako povečalo uživanje alkohola doma, v družinskem krogu. Ob omejitvah druženja med pandemijo so pričakovali, da se bo poraba alkohola med mladimi zmanjšala, vendar pa so mladi začeli popivati »virtualno«. Navajajo, da uživanje alkohola v tej demografski skupini ostaja družbena dejavnost, v kateri se spreminja le medij (Clare, et al., 2021).

## **2.4 SPREMEMBE PRI UPORABI TOBAKA MED PANDEMIJO COVIDA-19**

Izkazalo se je, da določena skupina ljudi ob povečanih stresnih dejavnostih pogosteje poseže po tobačnih izdelkih. V raziskavi so ugotovili, da se je zgodil največji porast

kadilcev po enem letu pandemije, saj se je odstotek kadilcev podvojil v primerjavi z obdobjem pred pandemijo covid-19. Pogostejše konzumiranje je lahko posledica naraščanja simptomov stresa kot posledica dolgotrajne izolacije od trajajoče pandemije. Pandemijo lahko štejemo kot stresen dogodek, ki je nepričakovano spremenil način življenja ljudi in povzročil zvišanje stresa zaradi negotovosti, privajanje na dolgotrajno gibanje v domačem okolju. Stalno povečevanje stresa pa je posledično vodilo v duševne motnje, zato je bilo v tistem obdobju mogoče opaziti povišano uporabo tobačnih izdelkov. Povečal se je odstotek slabše kakovosti življenja, zmanjšane kakovosti spanja, povečane anksioznosti in simptomov depresije (Kosendiak, et al., 2021). V raziskavi, izvedeni na Japonskem, je sodelovalo 8.117 študentov, od tega je bilo 356 študentov kadilcev, kar je predstavljalo 4,4 %. 182 (51,1 %) študentov je izjavilo, da ne nameravajo opustiti kajenja. Prav tako se je 68,1 % študentov, ki ne nameravajo opustiti kajenja, zavedalo, da je konzumiranje tobaka dejavnik visokega tveganja za covid-19, preostali del študentov (31,9 %) pa se ni zavedal dejavnika tveganja za covid-19. Prav tako so ugotovili, da je bila družbena odvisnost od nikotina višja pri tistih, ki se niso zavedali kajenja kot dejavnik tveganja za covid-19 in resnost bolezni (Aoike, et al., 2023).

### 3 EMPIRIČNI DEL

V empiričnem delu smo s pomočjo kvantitativne metode raziskali učinek pandemije covid-19 na uporabo tobačnih izdelkov in alkohola pri študentih zdravstvene nege Fakultete za zdravstvo Angele Boškin.

#### 3.1 NAMEN IN CILJI DIPLOMSKEGA DELA

Namen diplomskega dela je bil ugotoviti učinek pandemije covid-19 na razvade študentov zdravstvene nege Fakultete za zdravstvo Angele Boškin. Z raziskavo želimo izvedeti, v kolikšni meri so študenti zdravstvene nege Fakultete za zdravstvo Angele Boškin pred pandemijo uporabljali tobačne izdelke, uživali alkoholne pijače in kako so nefarmaceutski ukrepi, to je zaprtje delovanja družbe, vključno s študijem na daljavo, ter stres, ki ga je povzročila novonastala situacija, učinkovali na uporabo alkoholnih pijač in tobačnih izdelkov, ter prepoznati dejavnike tveganja, ki so vodili k povečani uporabi.

Cilji diplomskega dela so:

1. Ugotoviti pogostost poseganja študentov zdravstvene nege po alkoholnih pijačah in uporabi tobačnih izdelkov pred pandemijo.
2. Ugotoviti spremembo v pogostosti uporabe alkoholnih in tobačnih izdelkov v prvem letu pandemije s poudarkom na obdobju zaprtja družbe ter prepoznati dejavnike tveganja, ki so vplivali na povečano uporabo.

#### 3.2 RAZISKOVALNA VPRAŠANJA

Na podlagi ciljev smo si postavili naslednji raziskovalni vprašanja:

RV 1: Kakšna je bila uporaba alkoholnih in tobačnih izdelkov pred pandemijo covid-19 pri študentih zdravstvene nege?

RV 2: Katere spremembe so bile prisotne pri uživanju alkoholnih in tobačnih izdelkov v prvem letu pandemije covid-19 pri študentih zdravstvene nege?

### 3.3 RAZISKOVALNA METODOLOGIJA

V empiričnem delu smo uporabili kvantitativno raziskovalno metodo. Podatke za raziskavo smo zbirali s pomočjo strukturiranega anketnega vprašalnika, ki smo ga povzeli po že obstoječih vprašalnikih, ki se nanašajo na raziskave o uživanju alkohola in tobaka med pandemijo covid-19.

#### 3.3.1 Metode in tehnike zbiranja podatkov

Za pripravo diplomskega dela smo zbirali podatke s pomočjo vprašalnika, ki smo ga pridobili s pregledom slovenske in tuje literature, ki je dostopna v podatkovnih bazah: CINAHL, PubMed in ProQuest. Uporabili smo tudi Google učenjak in kooperativni online bibliografski sistem COBISS. Uporabili smo ključne besede v slovenščini: alkohol, študenti zdravstvene nege, uživanje alkohola, kajenje pri študentih, pandemija covid-19 in v angleščini: alcohol, tobacco, consumption, students, COVID-19 pandemic. Postavili smo omejitvena merila: obdobje 2013 - 2023, celotno besedilo članka ter jezik besedila v slovenskem in angleškem jeziku. V različnih besednih zvezah smo uporabili Boolov operator AND/IN.

#### 3.3.2 Opis merskega instrumenta

Raziskava je temeljila na kvantitativni metodi empiričnega raziskovanja. Uporabili smo že strukturiran vprašalnik. Reference, ki smo jih uporabili v 1. - 3. sklopu vprašalnika, se nanašajo na strukturiran vprašalnik »Changes in alcohol use during the COVID-19 pandemic in Europe: A meta-analysis of observational studies« (Kilian, et al., 2022). Pri 4. sklopu vprašalnika pa smo vprašanja prevzemali iz že strukturiranega vprašalnika »Did social isolation during the SARS-CoV-2 epidemic have an impact on the lifestyles of citizens« (Ferrante, et al., 2020).

V prvem delu vprašalnika smo anketirance spraševali po demografskih podatkih, kot so: spol, starost, vrsta študija, leta delovnih izkušenj, velikost kraja stalnega prebivališča in vrsta prebivališča.

V drugem sklopu, ki se navezuje na predpandemično obdobje, in tretjem sklopu, ki se navezuje na pandemično obdobje, so vprašanja zastavljena glede razvad uživanja alkoholnih pijač pred pandemijo covid-19 in glede razvad med pandemijo covid-19. V drugem in tretjem sklopu smo uporabili petstopenjsko Likertovo mersko lestvico, s katero smo ocenjevali pogostost uživanja alkoholnih pijač pred pandemijo in med pandemijo glede na pogostost uživanja, pri čemer so pomenile ocene 1 – zelo redko (1-krat mesečno), 2 – nekoliko redkeje (2-krat mesečno), 3 – običajno (1-krat tedensko), 4 – nekoliko pogosteje (2-krat tedensko), 5 – zelo pogosto ( $\geq$  3-krat tedensko). V obeh sklopih smo postavili tudi vprašanje nominalne merske lestvice, pri čemer so pri vprašanju »Zakaj ste v obdobju pred pandemijo in med njo uživali alkohol?« lahko izbrali več odgovorov. Prav tako smo v obeh sklopih postavili vprašanja o preživetem času v domačem okolju pred pandemijo in med njo; tu je bilo mogoče izbrati le en ustrezen odgovor.

V četrtem sklopu, ki se je navezoval na predpandemično obdobje, in petem sklopu, ki se je navezoval na pandemično obdobje, je bilo treba odgovoriti na tri obvezna vprašanja. Pri prvem vprašanju o pogostosti uporabe tobačnih izdelkov pred pandemijo/med pandemijo so morali sodelujoči izbrati en ustrezen odgovor. Pri drugem vprašanju smo poizvedovali, katere tobačne izdelke so uporabljali pred pandemijo/med pandemijo; mogoče je bilo izbrati več odgovorov, prav tako je bila dana možnost druge izbire. Pri tretjem vprašanju smo želeli izvedeti, ali se je uporaba tobačnih izdelkov spremenila; mogoči so bili štirje odgovori; anketiranec je lahko izbral samo en odgovor. Sledili sta tudi dve podvprašanji za sodelujoče, ki so navedli povečano ali zmanjšano uporabo izdelkov. Pri prvem podvprašanju smo poizvedovali o razlogu za povečano uporabo tobačnih izdelkov, pri čemer je bilo mogoče izbrati več odgovorov, z možnostjo dodatne izbire. Pri drugem dodatnem vprašanju smo poizvedovali o razlogu za zmanjšano uporabo tobačnih izdelkov; sodelujoči so lahko odgovorili na več mogočih vprašanj z možnostjo dodatne izbire.

Zanesljivost podatkov smo preverjali s Cronbachovim koeficientom alfa. Zanesljivost vprašalnika je slaba, če vrednost ne preseže 0,60, vprašalnik je zmerno zanesljiv, če je vrednost med 0,60 in 0,80, in zelo zanesljiv, če je vrednost koeficienta 0,80 ali več

(Bujang, et al., 2018). Na podlagi vrednosti Cronbachovega alfakoeфициenta sklepamo, da je naš vprašalnik zmerno zanesljiv, saj pri obeh sklopih presega vrednost 0,7 (tabela 1).

**Tabela 1: Zanesljivost vprašalnika**

Posamezni sklop	Število trditev	Cronbachova alfa
Uživanje alkohola pred pandemijo covid-19	3	0,724
Uživanje alkohola med pandemijo covid-19	3	0,734

### 3.3.3 Opis vzorca

Uporabljen je bil neslučajnostni namenski vzorec, pri čemer so bili naša ciljna populacija študenti zdravstvene nege Fakultete za zdravstvo Angele Boškin. Vprašani so se med seboj razlikovali po spolu, starosti, letniku, delovnih izkušnjah in po prebivališču. Anketiranje je potekalo novembra in decembra 2023. Vključili smo celotno populacijo študentov ( $n = 286$ ), ki so vpisani v program zdravstvene nege v študijskem letu 2023/24. Zbrali smo skupno 125 izpolnjenih anket, ki smo jih vključili v nadaljnjo analizo. Realizacija vzorca je bila 43,7 %.

V raziskavi je skupno sodelovalo 125 študentov omenjene fakultete. V raziskavo smo vključili vse ankete, vendar pa vsi anketiranci niso odgovorili na vsa vprašanja. V tabeli 2 so prikazani demografski podatki anketiranih. V raziskovanje je bilo vključenih 85,6 % žensk ( $n = 107$ ) in 14,4 % moških ( $n = 18$ ). Največ je sodelovalo študentov rednega študijskega programa ( $n = 62$ ; 49,6 %), nekoliko manj izrednega študijskega programa ( $n = 45$ ; 36 %). Najmanj je sodelovalo pavzerjev ( $n = 5$ ; 4%).

Glede velikosti kraja stalnega prebivališča je sodelovalo največ anketiranih, ki živijo v kraju z manj kot 5.000 prebivalcev ( $n = 52$ ; 41,6 %), nekoliko manj sodelujočih anketirancev je iz mesta s številom prebivalcev med 5.000 in 20.000 ( $n = 40$ ; 32 %) in najmanj iz mesta z več kot 20.000 prebivalcev ( $n = 33$ ; 26,4 %). Največ anketiranih živi v hiši ( $n = 82$ ; 65,6 %). V lastnem stanovanju živi 25 (20 %) anketiranih, v podnajemniškem stanovanju pa 14 (11,2 %) anketiranih. Štirje anketirani (3,2 %) so navedli kot prebivališče drugo (študentski dom) (tabela 2).

**Tabela 2: Demografski podatki anketiranih**

	n = 125	%
<b>Spol</b>		
Ženski	107	85,6
Moški	18	14,4
<b>Vrsta študija</b>		
Redni	62	49,6
Izredni	45	36
Absolvent	13	10,4
Pavzer	5	4
<b>Velikost kraja stalnega prebivališča</b>		
Mesto z več kot 20.000 prebivalci	33	26,4
Mesto z manj kot 20.000 prebivalci in več kot 5.000 prebivalci	40	32
Kraj z manj kot 5.000 prebivalci	52	41,6
<b>Prebivališče</b>		
Hiša	82	65,6
Podnajemniško stanovanje	14	11,2
Lastno stanovanje	25	20
Drugo	4	3,2

Legenda: n = število odgovorov; % = odstotni delež

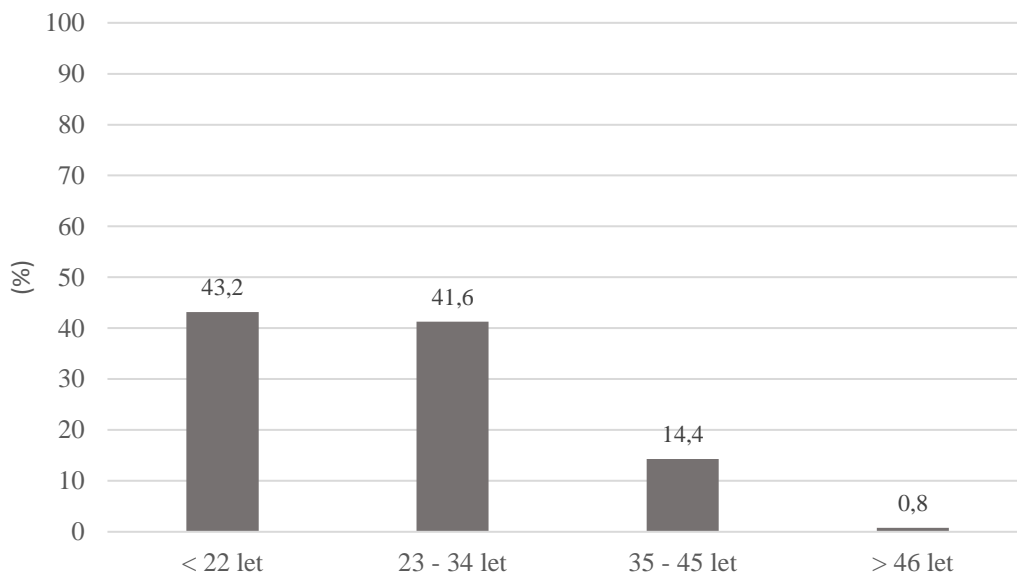
V tabeli 3 je prikazana starost in delovna doba anketiranih. Starost anketiranih je bila v razponu 18 let do najstarejšega starega 49 let (PV = 25,4; SO = 7 leta). Povprečna delovna doba anketiranih je bila v razponu od manj kot eno leto do največ 27 let (PV = 4,67; SO = 5,8) (tabela 3).

**Tabela 3: Starost in delovna doba anketiranih v zdravstveni negi**

	n	Min.	Maks.	PV	SO
Starost (leta)	125	18	49	25,4	7
Število let delovnih izkušenj (leta)	124	0	27	4,67	5,8

Legenda: n = število odgovorov, min. = minimum, maks. = maksimum, PV = povprečna vrednost, SO = standardni odklon

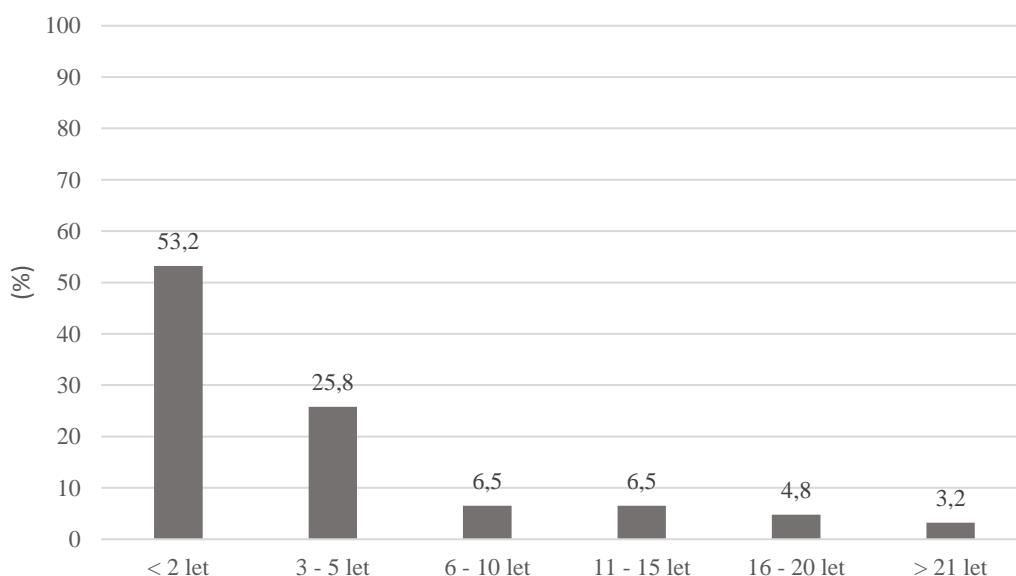
Starost anketirancev smo prikazali tudi po kategorijah v sliki 1.



**Slika 1: Starost anketiranih**

Iz slike 1 je razvidno, da je bilo največ anketirancev (43,2 %) mlajših od 22 let in nekoliko manjši delež (41,6 %) starih med 23 in 34 let. 14,4 % anketiranih je bilo starih med 35 in 45 let. Najmanj anketirancev, vključenih v raziskavo, je bilo starejših od 46 let (0,8 %).

V sliki 2 smo prikazali tudi število let delovnih izkušenj anketirancev.



**Slika 2: Delovna doba anketiranih**



Največji delež anketiranih je imel do 2 leti delovnih izkušenj (53,2 %), manj (25,8 %) jih je bilo zaposlenih med 3 in 5 let. V enakem deležu so bili anketirani zaposleni 6 let do 10 let in 11 let do 15 let (po 6,5 %). Najmanj (3,2 %) jih je imelo več kot 21 let delovnih izkušenj (slika 2).

### 3.3.4 Opis poteka raziskave in obdelave podatkov

Pred začetkom anketiranja smo pridobili soglasje Komisije za znanstvenoraziskovalno in razvojno dejavnost. Izvedli smo spletno anketo, ki smo jo objavili na družbenih omrežjih, spletnem portalu 1KA, prav tako pa je bila anketa razposlana s pomočjo referata fakultete za Zdravstvo Angele Boškin vsem njihovim študentom zdravstvene nege, ki so se aktivno izobraževali v obdobju izvajanja ankete. Anketirancem smo predstavili namen naše raziskave ter jim zagotovili anonimnost in prostovoljnost. Prav tako so bili seznanjeni z uporabo pridobljenih podatkov v našem diplomskem delu.

Pridobljene podatke smo obdelali s pomočjo programa Microsoft Excel 2013 in računalniškega programskega paketa Statistical Package for Social Sciences (IBM SPSS), različica 28.0 (IBM Corp. Armonk, New York (NY), združene države Amerike (ZDA)). Rezultate smo predstavili z univariatno statistično analizo (frekvenčne distribucije in opisne statistike). Rezultati pridobljenih demografskih podatkov so podani s frekvenčno (n) in z odstotno (%) porazdelitveno vrednostjo. Pripadajoči odstotki, povprečne vrednosti (PV), minimalno (Min.), maksimalno (Maks.) vrednost in standardni odklon (SO) odgovorov so bili izračunani za analizo predhodno zastavljenih raziskovalnih vprašanj, z uporabljenimi metodami deskriptivne ali opisne statistike. Za ugotavljanje porazdelitve podatkov smo s pomočjo Shapiro-Wilkovega testa zaznali normalno porazdelitev podatkov ( $p < 0,05$ ) in smo zato uporabili parametrične statistične teste. Za iskanje razlik v uživanju alkohola in uporabi tobačnih izdelkov pred pandemijo covid-19 in med njo smo uporabili t-test za dva odvisna vzorca. Če je bila p-vrednost manjša od 0,05, smo sklepali, da prihaja do statistično značilnih razlik. Če je p-vrednost višja od 0,05, pomeni, da med danimi podatki ni statistično pomembnih razlik. V diplomskem delu smo rezultate prikazali tabelarično, grafično in opisno.

### 3.4 REZULTATI

V sklopu vprašanj uporabe alkohola pred pandemijo smo študente vprašali »Kako pogosto ste v času pred pandemijo uživali alkohol ob koncih tedna in v prostih dneh?« in »Kako pogosto ste v času pred pandemijo uživali alkohol med tednom?«. Pri obeh vprašanjih so anketirani na petstopenjski Likertovi lestvici podali svoje mnenje glede obeh vprašanj, ki sta se nanašali na pogostost uživanja alkohola ob koncu tedna, med prostimi dnevi in med tednom, pri čemer so pomenile ocene 1 – zelo redko (1-krat mesečno), 2 – nekoliko redkeje (2-krat mesečno), 3 – običajno (1-krat tedensko), 4 – nekoliko pogosteje (2-krat tedensko), 5 – zelo pogosto ( $\geq 3$ -krat tedensko).

**Tabela 4: Uporaba alkohola anketirancev pred pandemijo covid-19**

Vprašanje	Uporaba alkohola med anketiranci pred pandemijo covid-19							
	Odgovori (n/%)							
	Ocena 1	Ocena 2	Ocena 3	Ocena 4	Ocena 5	Skupaj	PV	SO
Kako pogosto ste v času pred pandemijo uživali alkohol ob koncih tedna in v prostih dneh?	57	27	15	4	2	105	1,68	0,97
	54,3	25,7	14,3	3,8	1,9	100		
Kako pogosto ste v času pred pandemijo uživali alkohol med tednom?	72	19	7	3	2	103	1,45	0,89
	69,9	18,4	6,8	2,9	1,9	100		

Legenda: n = število odgovorov, PV = povprečna vrednost, SO = standardni odklon. Lestvica: 1 – zelo redko (1-krat mesečno), 2 – nekoliko redkeje (2-krat mesečno), 3 – običajno (1-krat tedensko), 4 – nekoliko pogosteje (2-krat tedensko), 5 – zelo pogosto ( $\geq 3$ -krat tedensko)

Najprej smo preverili, kakšna je bila uporaba alkoholnih izdelkov pred pandemijo covid-19. Povprečna ocena pogostosti uživanja alkohola ob koncih tedna in v prostih dneh pred pandemijo covid-19 je bila PV = 1,68; SO = 0,97, medtem ko je bila povprečna ocena pogostosti uživanja alkohola med tednom pred pandemijo PV = 1,45; SO = 0,89. Večina študentov (n = 57; 54,3 %) se je strinjala s trditvijo, da uživajo alkohol ob koncih tedna in v prostih dneh pred pandemijo zelo redko (1-krat mesečno), medtem ko je v istem obdobju zelo pogosto ( $\geq 3$ -krat tedensko) alkohol užival (n = 2; 1,9 %) le majhen odstotek študentov. Največ študentov (n = 72; 69,9 %) se je strinjalo s trditvijo, da uživajo alkohol med tednom pred pandemijo zelo redko (1-krat mesečno), medtem ko je v istem obdobju

zelo pogosto ( $\geq 3$ -krat tedensko) alkohol užival ( $n = 2$ ; 1,9 %) manjši odstotek študentov (tabela 4).

**Tabela 5: Uporaba alkohola anketirancev med pandemijo covid-19**

Vprašanje	Uporaba alkohola anketirancev med pandemijo covid-19							
	Odgovori (n/%)							
	Ocena 1	Ocena 2	Ocena 3	Ocena 4	Ocena 5	Skupaj	PV	SO
Kako pogosto ste v času med pandemijo uživali alkohol ob koncih tedna in v prostih dneh?	62	16	13	5	3	99	1,69	1,07
	62,6	16,2	13,1	5,1	3	100		
Kako pogosto ste v času med pandemijo uživali alkohol med tednom?	70	15	6	5	2	98	1,51	0,96
	71,4	15,3	6,1	5,1	2,0	100		

Legenda: n = število odgovorov, PV = povprečna vrednost, SO = standardni odklon. Lestvica: 1 – zelo redko (1-krat mesečno), 2 – nekoliko redkeje (2-krat mesečno), 3 – običajno (1-krat tedensko), 4 – nekoliko pogosteje (2-krat tedensko), 5 – zelo pogosto ( $\geq 3$ -krat tedensko)

V nadaljevanju smo preverili, kakšna je bila uporaba alkoholnih izdelkov med pandemijo covid-19. Povprečna ocena pogostosti uživanja alkohola ob koncih tedna in v prostih dneh med pandemijo covid-19 je bila PV = 1,69; SO = 1,07, medtem ko je bila povprečna ocena pogostosti uživanja alkohola med tednom med pandemijo PV = 1,51; SO = 0,96. Večina študentov ( $n = 62$ ; 62,6 %) se je strinjala s trditvijo, da uživajo alkohol ob koncih tedna in v prostih dneh med pandemijo zelo redko (1-krat mesečno), medtem ko je v istem obdobju zelo pogosto ( $\geq 3$ -krat tedensko) alkohol užival ( $n = 3$ ; 3 %) le majhen odstotek študentov. Največ študentov ( $n = 70$ ; 71,4 %) se je strinjalo s trditvijo, da uživajo alkohol med tednom med pandemijo zelo redko (1-krat mesečno), medtem ko je v istem obdobju zelo pogosto ( $\geq 3$ -krat tedensko) alkohol užival ( $n = 2$ ; 2%) manjši odstotek študentov (tabela 5).

**Tabela 6: Razlogi, zaradi katerih so anketirani pred pandemijo covid-19 uživali alkohol**

	n = 125	%
Za zabavo	64	61,5
V družbi ljudi	82	78,8
Zaradi stresnih dogodkov med študijem	6	5,8
Zaradi finančne nestabilnosti	1	1
Zaradi iskanja začasne rešitve	1	1

Legenda: n = število odgovorov, % = odstotni delež

Iz tabele 6 je razvidno, da je največ anketirancev uživalo alkohol pred pandemijo v družbi ljudi (n = 82; 78,8 %), za zabavo (n = 64; 61,5 %). Manj anketirancev je uživalo alkohol zaradi stresnih dogodkov med študijem (n = 6; 5,8 %). Najmanj anketirancev pa je uživalo alkohol zaradi finančne nestabilnosti (n = 1; 1%) ali iskanja začasne rešitve (n = 1; 1%).

**Tabela 7: Razlogi, zaradi katerih so anketirani med pandemijo covid-19 uživali alkohol**

	n = 125	%
Za zabavo	58	58
V družbi ljudi	76	76
Zaradi stresnih dogodkov med študijem	5	5
Zaradi finančne nestabilnosti	–	–
Zaradi iskanja začasne rešitve	6	6

Legenda: n = število odgovorov, % = odstotni delež

Iz tabele 7 je razvidno, da je največ anketirancev uživalo alkohol med pandemijo v družbi ljudi (n = 76; 76 %), za zabavo (n = 58; 58 %). Manj anketirancev je uživalo alkohol zaradi stresnih dogodkov med študijem (n = 5; 5 %). Najmanj anketirancev pa je uživalo alkohol zaradi iskanja začasne rešitve (n = 6; 6 %).

**Tabela 8: Preživljanje časa v obdobju pred pandemijo covid-19 in med njo**

	n = 125	%
<b>Koliko časa ste bili v obdobju pred pandemijo covid-19 povprečno v domačem okolju</b>		
Do 12 ur dnevno	80	76,2
Več kot 12 ur dnevno	25	23,8
<b>Ali ste med pandemijo preživeli večino časa v domačem okolju?</b>		
Da, ocenjujem, da sem bil/-a večino časa v domačem okolju	48	48
Doma sem preživel/-a precejšen del dneva, vendar v povprečju ne več kot 20 ur	14	14
V povprečju sem bil/-a zdoma 6–8 ur dnevno	10	10
Skoraj vsak dan sem bil/-a zdoma povprečno več kot 8 ur	7	7
Čas zadrževanja v domačem okolju se je precej spreminjal, zato se ne morem opredeliti	11	11

Legenda: n = število odgovorov, % = odstotni delež

Preverili smo, kje so anketiranci preživljali svoj čas v obdobju pred pandemijo covid-19 in med pandemijo covid-19. Iz tabele 8 je razvidno, da je največ anketirancev v domačem okolju pred pandemijo covid-19 preživel do 12 ur dnevno (n = 80; 76,2 %). Med pandemijo covid-19 pa je največ anketirancev navedlo, da so večino časa

preživeli v domačem okolju (n = 48; 48 %); najmanj anketirancev je navedlo, da so bili v povprečju več kot 8 ur doma (n = 7; 7 %) (tabela 8).

**Tabela 9: Uporaba alkohola pred pandemijo covid-19 in med njo**

Vprašanje	Uporaba alkohola med anketiranci pred pandemijo covid-19							
	Odgovori (n/%)							
	Ocena 1	Ocena 2	Ocena 3	Ocena 4	Ocena 5	Skupaj	PV	SO
Kako pogosto ste v obdobju pred pandemijo doživeli stisko zaradi negotovosti, neznanja in nepredvidljivih dogodkov?	48	27	18	2	5	100	1,89	1,09
	48	27	18	2	5	100		
Uporaba alkohola med anketiranci med pandemijo covid-19								
Kako pogosto ste v obdobju med pandemijo doživeli stisko zaradi negotovosti, neznanja in nepredvidljivih dogodkov?	44	19	12	13	9	97	2,24	1,38
	45,4	19,6	12,4	13,4	9,3	100		

Legenda: n = število odgovorov, PV = povprečna vrednost, SO = standardni odklon. Lestvica: 1 – zelo redko (1-krat mesečno), 2 – nekoliko redkeje (2-krat mesečno), 3 – običajno (1-krat tedensko), 4 – nekoliko pogosteje (2-krat tedensko), 5 – zelo pogosto (≥ 3-krat tedensko)

Anketiranci so navedli, da so pred pandemijo covid-19 redko občutili stisko zaradi negotovosti, neznanja in nepredvidljivih dogodkov, saj je bila povprečna ocena PV = 1,89; S = 1,09. Po drugi strani pa se je ta stiska pogosteje pojavljala v času med pandemijo covid-19, saj je bila povprečna ocena PV = 2,24; SO = 1,38 (tabela 9).

**Tabela 10: Uporaba tobačnih izdelkov pred pandemijo covid-19 in med njo**

	Pred pandemijo covid-19		Med pandemijo covid-19	
	n = 125	%	n = 125	%
<b>Pogostost uporabe tobačnih izdelkov</b>				
Nikoli nisem uporabljal/-a tobačnih izdelkov	59	59	54	54
Tobačne izdelke sem uporabljal/-a občasno (od 1- do 2-krat mesečno)	9	9	9	9
Tobačne izdelke sem uporabljal/-a redno (vsak teden)	8	8	12	12
Tobačne izdelke sem uporabljal/-a zelo pogosto (vsak dan)	24	24	25	25
<b>Katere tobačne izdelke ste uporabljali?</b>				
Gorljive cigarete	26	63,4	24	42,2
E-cigarete »veip«	7	17,1	13	28,9
Iqos	6	14,6	8	17,8

	Pred pandemijo covid-19		Med pandemijo covid-19	
	n = 125	%	n = 125	%
Zeliščne cigarete	2	1,6	2	4,4
Šiša, pipa	3	7,3	1	0,8
<b>Ali se je uporaba tobačnih izdelkov približno pol leta pred pandemijo covid-19/med njo spremenila?</b>				
Povečala	10	10	15	15
Zmanjšana	4	4	6	6
Ostala približno enako	33	33	28	28
Še naprej ostajam nekadilec/-ka	53	53	51	51
<b>Razlog za povečano uporabo tobačnih izdelkov?</b>				
Občutek sproščanja	9	90	13	86,7
Občutek socialne izoliranosti	2	20	6	40
Občutek zadovoljstva	5	50	6	40
<b>Razlog za zmanjšano uporabo tobačnih izdelkov?</b>				
Odločitev za bolj zdrav življenjski slog	3	2,4	3	2,4
Zdravstvene težave	0	0	0	0
Zmanjšana dostopnost tobačnih izdelkov	0	0	0	0

Legenda: n = število odgovorov, % = odstotni delež

V tabeli 10 smo predstavili uporabo tobačnih izdelkov pred pandemijo covid-19 in med njo. Ugotovili smo, da je delež študentov, ki so uporabljali tobačne izdelke, zelo pogosto (vsak dan) med pandemijo covid-19 večji (pred pandemijo 24 %; med pandemijo 25 %). Pol leta pred pandemijo covid-19 so 4 (4 %) anketiranci zmanjšali uporabo tobačnih izdelkov, medtem ko jih je 10 (10 %) povečalo uporabo. Za zmanjšanje uporabe tobačnih izdelkov so se odločili pred pandemijo 3 (2,4 %) anketiranci zaradi odločitve o bolj zdravem življenjskem slogu. V enakem deležu so se zaradi bolj zdravega življenjskega sloga odločili za zmanjšanje uporabe tobačnih izdelkov tudi med pandemijo covid-19. Pred pandemijo covid-19 prevladuje uporaba gorljivih cigaret (n = 26; 63,4 %), enako velja tudi za obdobje med pandemijo covid-19 (n = 24; 42,2 %). Med pandemijo covid-19 pa se je povečala uporaba e-cigaret s 17,1 % pred pandemijo na 28,9 % med pandemijo.

**Tabela 11: Primerjava uživanja alkohola med anketiranci pred pandemijo covid-19 in med njo**

Trditve	Uživanje alkohola			
	Pred pandemijo (PV ± SO)	Med pandemijo (PV ± SO)	t-test	p
Pogostost uživanja alkohola ob koncih tedna in v prostih dneh	1,68 ± 0,97	1,69 ± 1,07	0,139	0,889
Pogostost uživanja alkohola med tednom	1,45 ± 0,89	1,51 ± 0,96	0,445	0,657
Stiska zaradi negotovosti, neznanja in nepredvidljivih dogodkov	1,89 ± 1,09	2,21 ± 1,38	3,106	<b>0,003</b>

Legenda: PV = povprečna vrednost, SO = standardni odklon. Lestvica: 1 – zelo redko (1-krat mesečno), 2 – nekoliko redkeje (2-krat mesečno), 3 – običajno (1-krat tedensko), 4 – nekoliko pogosteje (2-krat tedensko), 5 – zelo pogosto (≥ 3-krat tedensko); t-test – t-test za dva odvisna vzorca, p – statistična značilnost

V tabeli 11 je razvidno, da ni statistično značilnih razlik v pogostosti uživanja alkohola ob koncih tedna in v prostih dneh pred pandemijo covid-19 (PV = 1,68; SO = 0,97) in med njo (PV = 1,69; SO = 1,07) ( $t = 0,139$ ;  $p = 0,889$ ). Prav tako ni prišlo do statistično značilnih razlik v pogostosti uživanja alkohola med tednom pri anketirancih pred pandemijo covid-19 (PV = 1,45; SO = 0,89) in med njo (PV = 1,51; SO = 0,96) in se ni statistično značilno spremenila ( $t = 0,445$ ;  $p = 0,657$ ). V času pred pandemijo covid-19 (PV = 1,89; SO = 1,09) so anketiranci doživljali statistično značilno manj stisk kot med pandemijo covid-19 (PV = 2,21; SO = 1,38) zaradi negotovosti, neznanja in nepredvidljivih dogodkov ( $t = 3,106$ ;  $p = 0,003$ ).

**Tabela 12: Primerjava uporabe tobačnih izdelkov med anketiranci pred pandemijo covid-19 in med njo**

Trditve	Uživanje alkohola			
	Pred pandemijo (PV ± SO)	Med pandemijo (PV ± SO)	t-test	p
Pogostost uporabe tobačnih izdelkov	1,97 ± 1,28	2,08 ± 1,29	2,005	<b>0,048</b>

Legenda: PV = povprečna vrednost, SO = standardni odklon. Lestvica: 1 – nikoli nisem uporabljal/-a tobačnih izdelkov, 2 – tobačne izdelke sem uporabljal/-a občasno (od 1- do 2-krat mesečno), 3 – redno (vsak teden), 4 – zelo pogosto (vsak dan); t-test – t test za pame vzorce, p – statistična značilnost

Iz tabele 12 je razvidno, da se je pogostost uporabe tobačnih izdelkov statistično značilno povečala med pandemijo covid-19 ( $t = 2,005$ ;  $p = 0,048$ ).

## 4 RAZPRAVA

Uživanje alkohola in tobaka predstavlja velik javnozdravstveni problem po svetu. Ta dejavnika posredno in neposredno vplivata na zdravje in kakovost življenja prebivalstva. Sta velika krivca za slabše življenjske pogoje, nastanek raznih bolezni, nezgod in smrti. Prav tako sta globoko zakoreninjena v kulturo različnih narodov (WHO, 2022; WHO, 2018). Ne glede na družbeno in osebno vrednotenje uporabe alkoholnih pijač (pozitivno, negativno ali mešano) pitje alkoholnih pijač je potencialno škodljivo za tistega, ki konzumira alkohol, in tudi za druge. Nekatere negativne posledice so takojšnje, predvsem poškodbe in zastupitev zaradi zvišane koncentracije alkohola v krvi. Druge so dolgoročnejshe posledice, kot so na primer: kronična škoda za zdravje, kumulativna škoda, povzročena družini, službi, družbenemu položaju itn. (NIJZ, 2022).

Uživanje alkohola in tobaka predstavlja problem med mladimi. Ne glede na prizadevanja zdravstvene vzgoje in promocije zdravega življenjskega sloga mladi še naprej vzdržujejo za zdravje škodljivo vedenje, ki vpliva na kognitivno funkcioniranje in vedenje (npr. odsotnosti s predavanj, slab spomin in pozornost) (Mostardinha & Pereira, 2019). Uporaba tobaka je povezana z zvišanimi stopnjami težav z duševnim zdravjem, kot so: anksioznost, težave s telesnim zdravjem, vključno s številnimi subjektivnimi somatskimi stanji, kot so: težave z dihanjem, glavoboli, bolečine v trebuhu, mišično-skeletne bolečine, težave s spanjem itn. Uživanje alkohola pa je povezano z višjimi stopnjami depresije, hiperaktivnosti in umrljivosti (Chai, et al., 2020). Opuščanje kajenja in uporabe alkohola lahko izboljša zdravstveno stanje in zmanjša tveganje za nastanek dolgoročnih zdravstvenih težav (Mostardinha & Pereira, 2019).

Namen diplomskega dela je bil raziskati učinek pandemije covid-19 na uporabo tobačnih izdelkov in alkohola pri študentih zdravstvene nege na FZAB, saj je pandemija covid-19 močno vplivala na ljudi po vsem svetu. Negotovost je vsem ljudem povzročala veliko posledic na fizičnem in psihičnem zdravju. Karantena in izoliranost v domačem okolju sta sicer pripomogli k ustrezni omejitvi okužbe, vendar pa so ukrepi omejili tudi način življenja, ki je prej omogočal aktivno telesno dejavnost, lažje spoprijemanje z duševnim zdravjem ter ugodno socialno in ekonomsko življenje. Povečalo se je število duševnih



stisk zaradi odtegnitvenega sindroma, strahu pred okužbo z virusom covid-19, družbene stigme, osamljenosti in drugih težav, povezanih z duševnim zdravjem, kar je pogosteje vodilo k težnjam po samomoru (Ganesan, et al., 2021).

V diplomskem delu smo si zastavili dve raziskovalni vprašanji. Prvo se je glasilo: »Kakšna je bila uporaba alkoholnih in tobačnih izdelkov pred pandemijo covid-19 pri študentih zdravstvene nege?«. Študenti zdravstvene nege doživljajo višje stopnje stresa kot drugi študenti. Klinični del izobraževanja zdravstvene nege je bolj stresen od teoretičnega. Pogosti vzroki za stres pri študentih zdravstvene nege so v kliničnem okolju: strah pred neznanimi dogodki, delo z opremo, nevljudnost osebja, prehod iz teorije v prakso, strah pred napako ter komunikacija z osebjem, s kolegi in pacienti. Stres lahko pripelje do sprememb v zdravstvenem stanju, slabega akademskega uspeha, umika študentov iz programa in na koncu lahko vpliva na kakovost oskrbe pacientov. Ker se študenti zdravstvene nege ne morejo izogniti tem stresorjem, se morajo z njimi spoprijeti. Obvladovanje je dinamično, vedenjsko in kognitivno prizadevanje za obvladovanje notranjega in zunanega stresa. Raziskave so pokazale, da študenti zdravstvene nege uporabljajo različne strategije obvladovanja, kot so: pogovori s prijatelji, šport, ignoriranje stresa, občutki žalosti ter uživanje alkohola in kajenje (Jan & Popescu, 2014; Rafati, et al., 2017). Pozornost pri spodbujanju zdravja in dobrega počutja med populacijo študentov je bistvenega pomena, saj dokazi kažejo, da je njihov življenjski slog problematičen, vpliva pa na vseživljenjsko zdravje (Deasy, et al., 2015).

V naši raziskavi so študenti zdravstvene nege konzumirali alkohol redko. Večina študentov se je strinjala, da so uživali alkohol ob koncih tedna in v prostih dneh pred pandemijo zelo redko (1-krat mesečno), medtem ko je v istem obdobju zelo pogosto ( $\geq$  3-krat tedensko) alkohol uživalo le majhen odstotek študentov. Tudi med tednom je bilo podobno, saj sta se dve tretjini študentov strinjali, da so pred pandemijo covid-19 uživali alkohol zelo redko med tednom. Največ študentov je v naši raziskavi uživalo alkohol pred pandemijo v družbi ljudi in za zabavo. Zadnje je skladno z ugotovitvami Mostardinha in Pereira (2019), ki sta ugotovila, da je bilo pitje alkohola povezano s prijatelji in z družbo, v kateri se konzumira alkohol. V naši raziskavi je manj študentov uživalo alkohol zaradi stresnih dogodkov med študijem, najmanj pa jih je uživalo alkohol zaradi finančne

nestabilnosti ali iskanja začasne rešitve. Naši rezultati so pokazali, da pred pandemijo covid-19 nekoliko manj kot polovica študentov ni nikoli uporabljala tobačnih izdelkov, medtem ko je približno petina uporabljala tobačne izdelke zelo pogosto (vsak dan). Največ so uporabljali gorljive cigarete, manj e-cigarete in drugo. Večina študentov je uporabljala tobačne izdelke zaradi sproščanja in zadovoljstva. Naši rezultati so veliko spodbudnejši od rezultatov presečne raziskave Deasy, et al. (2015), v kateri so ugotovili, da dve tretjini študentov, vključenih v raziskavo, tvegano konzumirata alkohol, tvegano tudi uporabljata tobačne izdelke in imata slabo kakovost prehrane. V omenjeni raziskavi je tudi visoka prevalenca kajenja, saj je tretjina študentov zdravstvene nege navedla, da kadi redno, kar je višje kot v našem vzorcu.

Drugo raziskovalno vprašanje se je glasilo: »Katere spremembe so bile prisotne pri uživanju alkoholnih in tobačnih izdelkov v prvem letu pandemije covid-19 pri študentih zdravstvene nege?«. Eden izmed načinov za spopadanje s stresom in čustvi je zloraba kakršnih koli stimulansov, vključno z alkoholom in s tobačnimi izdelki. V naši raziskavi so anketiranci navedli, da so pred pandemijo covid-19 le redko občutili stisko zaradi negotovosti, neznanja in nepredvidljivih dogodkov. Po drugi strani pa se je ta stiska statistično pogosteje pojavljala v času med pandemijo covid-19 ( $t = 3,106$ ;  $p = 0,003$ ). Pitje alkohola je lahko eden izmed načinov obvladovanja stresa, uravnavanja napetosti in tudi izogibanja spoprijemanju s težavami. Skladno s tem so številne raziskave ugotovile povečano pitje alkohola, tvegano oz. škodljivo pitje alkohola in verjetnostjo odvisnosti od alkohola med pandemijo covid-19 med študenti zdravstvene nege v številnih državah (Kupcewicz, et al., 2020; Gavurova, et al., 2020; Kosendiak, et al., 2021). Rezultati naše raziskave niso skladni s temi ugotovitvami. Pitje alkohola med študenti zdravstvene nege se v naši raziskavi ni statistično značilno spremenilo med pandemijo glede na stanje pred pandemijo covid-19 ( $p > 0,05$ ). Razlogi za pitje alkohola so prav tako med pandemijo ostali enaki kot pred pandemijo, saj je največ anketirancev uživalo alkohol med pandemijo v družbi drugih in za zabavo. Manj anketirancev je uživalo alkohol zaradi stresnih dogodkov med študijem, najmanj pa jih je uživalo alkohol zaradi iskanja začasne rešitve. Kot razlog za povečano pitje alkohola so Grossman, et al. (2020) poročali tudi o večji razpoložljivosti alkoholnih pijač in dolgčasu. Tvegano pitje alkohola v omenjeni

raziskavi so povezali s psihološkim učinkom pandemije covid-19 in socialnimi omejitvami.

Nekateri ljudje kot odgovor na stres tudi pogosteje kadijo cigarete. V raziskavi Kosendiak, et al. (2022) so ugotovili, da se je največji porast kadilcev zgodil po enem letu pandemije, ko se je odstotek študentov, ki kadijo, podvojil v primerjavi z obdobjem pred pandemijo, kar je lahko posledica naraščanja simptomov stresa zaradi dolgotrajne socialne izolacije. Tudi v drugih raziskavah so opazili večjo razširjenost kajenja med študenti, kar so povezali z večjo duševno stisko (Tavolacci, et al., 2021; Busse, et al., 2021). Izsledki naše raziskave so skladni z ugotovitvami teh raziskav, saj smo ugotovili, da se je pogostost uporabe tobačnih izdelkov statistično značilno povečala med pandemijo covid-19 ( $t = 2,005$ ;  $p = 0,048$ ).

#### **4.1 OMEJITVE RAZISKAVE**

V opravljeni raziskavi smo prišli do zanimivih rezultatov glede uporabe alkoholnih in tobačnih izdelkov pred pandemijo covid-19 in med njo med študenti zdravstvene nege na FZAB. Pojavilo se je tudi nekaj omejitev, ki jih moramo izpostaviti. Prvo omejitev je predstavljala velikost vzorca, ki je bila omejena samo na študente zdravstvene nege FZAB, kar pomeni, da rezultatov ne moremo posploševati na vse študente zdravstvene nege v Sloveniji. Prav tako je težavo predstavljal majhen interes po izpolnjevanju ankete, kar predstavlja pogost problem v raziskovanju. Velikost vzorca zadošča le za približno oceno stanja. Za tehtnejše zaključke bi bilo treba vzorec povečati in tako pridobiti reprezentativnejši vzorec populacije študentov zdravstvene nege. Omejitvi raziskave sta tudi njena zemljepisna omejenost in dejstvo, da so bili v raziskavo vključeni le študenti FZAB. Tretja omejitev pa je uporabljeni vprašalnik, ki smo ga razvili za namen raziskave in nam je omogočil, da smo raziskali, kakšen je bil učinek pandemije covid-19 na uporabo tobačnih izdelkov in alkohola pri študentih zdravstvene nege. Tako smo lahko z drugimi raziskavami primerjali le odgovore na posamezna vprašanja, saj nismo uporabili validiranega, mednarodno primerljivega vprašalnika.

## **4.2 DOPRINOS ZA STROKO IN PRILOŽNOSTI ZA NADALJNJE RAZISKOVANJE**

V prihodnje bi bilo smiselno povečati vzorec, tudi na študente zdravstvene nege preostalih fakultet po Sloveniji. Tako bi dobili širši vpogled v spremembe navad uživanja alkohola in tobaka med študenti zdravstvene nege. Prav tako bi bilo smiselno poglobiti vprašalnik in poizvedeti, katere težave študentom zdravstvene nege povzročajo tovrstne razvade ne glede na pandemijo covid-19.

## 5 ZAKLJUČEK

Konzumiranje alkohola med mladimi je povezano z različnimi socialnimi in zdravstvenimi posledicami, v kar so vključeni tudi: nasilje, samopoškodovanje, slabše ocene v šoli, tvegano spolno vedenje, smrt. Velik vpliv na mlade pa imajo tudi socialna omrežja in mediji, ki nanje vplivajo s pozitivnega in tudi z negativnega spektra. Zasvojenost s kajenjem je uvrščena med najpogostejše vzroke zdravstvenih težav po svetu. Vpliva na nastanek žilnih bolezni, bolezni ustne votline, kronično obstruktivno pljučno bolezen, rakave bolezni (pljuč, jeter, trebušne slinavke) itn. V mladostništvu se razvijajo vedenja, ki vplivajo na posameznikovo zdravje, zadovoljstvo in na uspešnost v odrasli dobi; med njih sodi tudi uporaba psihoaktivnih snovi. Uporaba tobaka in pitje alkohola sta razširjena med mladostniki. Pandemija covid-19 je med študenti povečala stres in strah, dolgotrajna izolacija pa je povzročila slabše spopadanje s stresom. To pa je vplivalo na povečanje pogostosti nezdravih vedenj, kot sta pitje alkohola in kajenje. Namen diplomskega dela je bil ugotoviti učinek pandemije covid-19 na razvade študentov zdravstvene nege Fakultete za zdravstvo Angele Boškin.

Naši rezultati so pokazali, da so študenti zdravstvene nege konzumirali alkohol redko. Večina jih je konzumirala alkohol ob koncih tedna in v prostih dneh, v družbi ljudi in za zabavo. Manj študentov je uživalo alkohol zaradi stresnih dogodkov med študijem, najmanj pa jih je uživalo alkohol zaradi finančne nestabilnosti ali iskanja začasne rešitve. Pred pandemijo covid-19 je približno petina študentov uporabljala tobačne izdelke zelo pogosto (vsak dan). Največ so uporabljali gorljive cigarete, manj e-cigarete in drugo. Večina študentov je uporabljala tobačne izdelke zaradi sproščanja in zadovoljstva. V naši raziskavi so anketiranci navedli, da so pred pandemijo covid-19 le redko občutili stisko zaradi negotovosti, neznanja in nepredvidljivih dogodkov. Stiska se je statistično pogosteje pojavljala med pandemijo covid-19. Pitje alkohola med študenti zdravstvene nege se v naši raziskavi ni statistično značilno spremenilo med pandemijo glede na stanje pred pandemijo covid-19. Razlogi za pitje alkohola so prav tako med pandemijo ostali enaki kot pred pandemijo, saj je največ anketirancev uživalo alkohol med pandemijo v družbi drugih in za zabavo. Manj anketirancev je uživalo alkohol zaradi stresnih dogodkov med študijem, najmanj pa jih je uživalo alkohol zaradi iskanja začasne rešitve.

Po drugi strani pa smo ugotovili, da se je pogostost uporabe tobačnih izdelkov statistično značilno povečala med pandemijo covid-19. Naše ugotovitve bi lahko služile kot spodbuda za zdravstvene programe, da ustrezno ukrepajo in aktivno delajo na tem, da se zmanjša razširjenost pitja alkohola in kajenja med študenti.

## 6 LITERATURA

Alonso - Martínez, A.M., Ramírez - Vélez, R., García - Alonso, Y., Izquierdo, M. & García - Hermoso, A., 2021. Physical Activity, Sedentary Behavior, Sleep and Self-Regulation in Spanish Preschoolers during the COVID-19 Lockdown. *International journal of environmental research and public health*, 18(2), p. 693. 10.3390/ijerph18020693.

Aoike, M., Mori, Y., Aoyama, Y., Tanaka, M., Kozai, H., Shigeno, Y., Kawamura, H., Tsurudome, M. & Ito, M., 2023. Nicotine Dependence among College Students Uninterested in Smoking Cessation during the COVID-19 Pandemic: A Cross-Sectional Survey. *International journal of environmental research and public health*, 20(6), p. 5135. 10.3390/ijerph20065135.

Blake, H., Knight, H., Jia, R., Corner, J., Morling, J.R., Denning, C., Ball, J.K., Bolton, K., Figueredo, G., Morris, D.E., Tighe, P., Villalon, A.M., Ayling, K. & Vedhara, K., 2021. Students' Views towards Sars-Cov-2 Mass Asymptomatic Testing, Social Distancing and Self-Isolation in a University Setting during the COVID-19 Pandemic: A Qualitative Study. *International journal of environmental research and public health*, 18(8), p. 4182. 10.3390/ijerph18084182.

Brezavšček, A., Jerebič, J., Rus, G. & Žnidaršič, A., 2022. Zaznavanje stresa med študenti v času pandemije covid-19. In: P. Šprajc, eds. *41. mednarodna konferenca o razvoju organizacijskih znanosti; Izzivi družbe za priložnosti organizacij. Portorož, 23.-25. marec 2022*. Maribor: University press, pp. 135-141.

Bujang, M.A., Omar, E.D. & Baharum, N.A., 2018. A Review on Sample Size Determination for Cronbach's Alpha Test: A Simple Guide for Researchers. *Malaysian Journal of Medical Sciences*, 25(6), pp. 85-99. 10.21315/mjms2018.25.6.9.

Busse, H., Buck, C., Stock, C., Zeeb, H., Pischke, C.R., Fialho, P.M.M., Wendt, C. & Helmer, S.M., 2021. Engagement in Health Risk Behaviours before and during the

COVID-19 Pandemic in German University Students: Results of a Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), p. 1410. 10.3390/ijerph18041410.

Chai, L., Xue, J. & Han, Z., 2020. The effects of alcohol and tobacco use on academic performance among Chinese children and adolescents: Assessing the mediating effect of skipping class. *Children and Youth Services Review*, 119, p. 105646. 10.1016/j.chilyouth.2020.105646.

Chakraborty, I. & Maity, P., 2020. COVID-19 outbreak: Migration, effects on society, global environment and prevention. *The Science of the total environment*, 728, p. 138882. 10.1016/j.scitotenv.2020.138882.

Clare, P.J., Aiken, A., Yuen, W.S., Upton, E., Kypri, K., Degenhardt, L., Bruno, R., McCambridge, J., McBride, N., Hutchinson, D., Slade, T., Mattick, R. & Peacock, A., 2021. Alcohol use among young Australian adults in May-June 2020 during the COVID-19 pandemic: a prospective cohort study. *Addiction*, 116(12), pp. 3398-3407. 10.1111/add.15599.

Deasy, C., Coughlan, B., Pironom, J., Jourdan, D. & Mannix Mcnamara, P., 2015. Psychological distress and lifestyle of students: implications for health promotion. *Health Promotion International*, 30(1), pp. 77-87. 10.1093/heapro/dau086.

Ferrante, G., Camussi, E., Piccinelli, C., Senore, C., Armaroli, P., Ortale, A., Garena, F. & Giordano, L., 2020. Did social isolation during the SARS-CoV-2 epidemic have an impact on the lifestyles of citizens? *Epidemiologia e prevenzione*, 44(5-6), pp. 353-362. 10.19191/EP20.5-6.S2.137.

Ganesan, B., Al Jumaily, A., Fong, K.N.K., Prasad, P., Meena, S.K. & Tong, R.K., 2021. Impact of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Outbreak Quarantine, Isolation, and Lockdown Policies on Mental Health and Suicide. *Frontiers in psychiatry*, 12, pp. 1-9. 10.3389/fpsy.2021.565190.



Gavurova, B., Ivankova, V. & Rigelsky, M., 2020. Relationships between Perceived Stress, Depression and Alcohol Use Disorders in University Students during the COVID-19 Pandemic: A Socio-Economic Dimension. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, p. 8853. 10.3390/ijerph17238853.

General Secretariat of the Council, 2021. *Council Recommendation on a common framework for the use and validation of rapid antigen tests and the mutual recognition of COVID-19 test results in the EU*. [pdf] Council of the European Union. Available at: <https://data.consilium.europa.eu/doc/document/ST-5451-2021-INIT/en/pdf> [Accessed 10 March 2023].

Grossman, E.R., Benjamin - Neelon, S.E. & Sonnenschein, S., 2020. Alcohol Consumption during the COVID-19 Pandemic: A Cross-Sectional Survey of US Adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(24), p. 9189. 10.3390/ijerph17249189.

Guerrero - Agenjo, C.M., López - Tendero, J., López - González, Á., Guisado - Requena, I.M., Laredo - Aguilera, J.A., Carmona - Torres, J.M., López -Torres - Hidalgo, J. & Rabanales - Sotos, J., 2023. Uživanje alkohola pri študentih zdravstvene nege po zaprtju zaradi COVID-19. *Zdravstveno varstvo*, 11(8), p. 1185.

Helle, A.C., Boness, C.L. & Sher, K.J., 2022. College students' receptiveness to intervention approaches for alcohol and cannabis use. *Psychology of addictive behaviors: journal of the Society of Psychologists in Addictive Behaviors*, 36(2), pp. 157-176. 10.1037/adb0000699.

Ilhan, M.N. & Yapar, D., 2020. Alcohol consumption and alcohol policy. *Turkish journal of medical sciences*, 50, p. 1197. 10.3906/sag-2002-237.

Jan, L.K. & Popescu, L., 2014. Israel's Nursing Students' Stress Sources and Coping Strategies During Their First Clinical Experience in Hospital Wards - A Qualitative Research. *Revista de Asistentă Socială*, 4, p. 163.

Khan, Z.H., Samadi, S., Makarem, J. & Mireskandari, S.M., 2020. Tests with proven value in diagnosis of COVID-19. *Iranian journal of microbiology*, 12(3), pp. 261-262.

Kilian, C., Manthey, J., Braddick, F., Matrai, S., Gual, A., Rehm, J. & the European Study Group on Alcohol use and Covid-19 (EASC), 2022. Changes in alcohol use during the COVID-19 pandemic in Europe: A meta-analysis of observational studies. *Drug and alcohol review*, 41(4), pp. 918-931. 10.1111/dar.13446.

Kim, M.S., Han, M.A., Park, J. & Ryu, S.Y., 2023. Association Between Changes in Family Life Due to COVID-19 and Depressive Mood and Stress Perception. *Asia-Pacific journal of public health*, 35(1), pp. 14-20. 10.1177/10105395221139346.

Koprivnikar, H., Zupanič, T., Pucelj, V. & Blenkuš, M.G., 2013. Prevalence of Smoking Among Nurses, Midwives And Nursing Technicians In Slovenia. *Slovenian Journal of Public Health*, 52(1), pp. 39-46.

Kosendiak, A., Król, M., Ściskalska, M. & Kepinska, M., 2021. The Changes in Stress Coping, Alcohol Use, Cigarette Smoking and Physical Activity during COVID-19 Related Lockdown in Medical Students in Poland. *International journal of environmental research and public health*, 19(1), p. 302. 10.3390/ijerph19010302.

Kupcewicz, E., Grochans, E., Kaducáková, H., Mikla, M. & Józwick, M., 2020. Analysis of the Relationship between Stress Intensity and Coping Strategy and the Quality of Life of Nursing Students in Poland, Spain and Slovakia. *Internation Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, p. 4536. 10.3390/ijerph17124536.

Li, X., Tan, Y., Li, S. & Wang, X., 2022. Psychological distress and smoking behaviors of Chinese college students: mediating effects of the dimensions of learning burnout. *BMC psychology*, 10(1), p. 125. 10.21203/rs.3.rs-1194303/v1.

Liu, Y.C., Kuo, R.L. & Shih, S.R., 2020. COVID-19: The first documented coronavirus pandemic in history. *Biomedical journal*, 43(4), pp. 328-333. 10.1016/j.bj.2020.04.007.

Marano, G., Traversi, G., Gaetani, E., Pola, R., Claro, A.E. & Mazza, M., 2022. Alcohol use disorder and liver injury related to the COVID-19 pandemic. *World journal of hepatology*, 14(10), p. 1875. 10.4254/wjh.v14.i10.1875.

Matone, A., Ghirini, S., Gandin, C., Scafato, E. & European Study Group on Alcohol Use and COVID-19, 2022. Alcohol consumption and COVID-19 in Europe: how the pandemic hit the weak. *Annali dell'Istituto superiore di sanita*, 58(1), pp. 6-15.

Mendez - Brito, A., El Bcheraoui, C. & Pozo - Martin, F., 2021. Systematic review of empirical studies comparing the effectiveness of non-pharmaceutical interventions against COVID-19. *The Journal of infection*, 83(3), pp. 281-293. 10.1016/j.jinf.2021.06.018.

Mostardinha, A.R. & Pereira, A., 2019. Alcohol and Tobacco Consumption Associated Factors Among College Students: A Review. *Psychology, Community & Health*, 8(1), pp. 85-98. 10.5964/pch.v8i1.254.

Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ), 2021. Pregled najnovejših podatkov o uporabi tobačnih in povezanih izdelkov v Sloveniji. Ljubljana: NIJZ. Available at: [https://nijz.si/wp-content/uploads/2022/07/pregled\\_najnovejsih\\_podatkov\\_o\\_uporabi\\_tobacnih\\_in\\_povezanih\\_izdelkov.pdf](https://nijz.si/wp-content/uploads/2022/07/pregled_najnovejsih_podatkov_o_uporabi_tobacnih_in_povezanih_izdelkov.pdf). [Accessed 10 March 2023].

Nacionalni inštitut za javno zdravje, 2022. Poraba alkohola in zdravstvene posledice rabe alkohola v Sloveniji v obdobju 2013-2018, trendi. Ljubljana: NIJZ. Available at: neeksperimentalne raziskave. Ljubljana: Zavod RS za šolstvo. [Accessed 10 March 2023].

NIJZ, 2021. Determinante zdravja - dejavniki tveganja. Zdravstveni statistični letopis Slovenije. NIJZ. Available at: [https://nijz.si/wp-content/uploads/2022/03/3.4\\_Raba-alkohola\\_2021.pdf](https://nijz.si/wp-content/uploads/2022/03/3.4_Raba-alkohola_2021.pdf). [Accessed 10 March 2023].

Rafati, F., Nouhi, E., Sabzevari, S. & Dehghan - Nayeri, N., 2017. Coping strategies of nursing students for dealing with stress in clinical setting: A qualitative study. *Electron Physician*, 9(12), pp. 6120-6128. 10.19082/6120.

Rodríguez - Muñoz, P.M., Carmona - Torres, J.M. & Rodríguez - Borrego, M.A., 2020. Influence of tobacco, alcohol consumption, eating habits and physical activity in nursing students. *Revista latino-americana de enfermagem*, 28, p. 6. 10.1590/1518-8345.3198.3230.

Rungratanawanich, W., Qu, Y., Wang, X., Essa, M.M. & Song, B.J., 2021. Advanced glycation end products (AGEs) and other adducts in aging-related diseases and alcohol-mediated tissue injury. *Experimental & molecular medicine*, 53(2), pp. 168. 10.1038/s12276-021-00561-7.

Tavolacci, M.P., Wouters, E., van de Velde, S., Buffel, V., Dechelotte, P., van Hal, G. & Lader, J., 2021. The Impact of COVID-19 Lockdown on Health Behaviors among Students of a French University. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(8), p. 4346. 10.3390/ijerph18084346.

Tejedor - Cabrera, C. & Cauli, O., 2019. Alcohol and Cannabis Intake in Nursing Students. *Medicina (Kaunas, Lithuania)*, 55(10), p. 628. 10.3390/medicina55100628.

Thorisdottir, I.E., Asgeirsdottir, B.B., Kristjansson, A.L., Valdimarsdottir, H.B., Jonsdottir Tolgyes, E.M., Sigfusson, J., Allegrante, J.P., Sigfusdottir, I.D. & Halldorsdottir, T., 2021. Depressive symptoms, mental wellbeing, and substance use among adolescents before and during the COVID-19 pandemic in Iceland: a longitudinal, population-based study. *The Lancet. Psychiatry*, 8(8), pp. 663-672. 10.1016/S2215-0366(21)00156-5.

Van Reen, E., Roane, B.M., Barker, D.H., McGeary, J.E., Borsari, B. & Carskadon, M.A., 2016. Current Alcohol Use is Associated with Sleep Patterns in First-Year College Students. *Sleep*, 39(6), pp. 1321-1326. 10.5665/sleep.5862.

Wang, X., Hegde, S., Son, C., Keller, B., Smith, A. & Sasangohar, F., 2020. Investigating Mental Health of US College Students During the COVID-19 Pandemic: Cross-Sectional Survey Study. *Journal of medical Internet research*, 22(9), pp. 8-9. 10.2196/22817.

World Health Organization, 2018. *SZO launches safer alcohol control initiative to prevent and reduce alcohol-related death and disability*. [online] Available at: <https://www.SZO.int/news/item/28-09-2018-SZO-launches-safer-alcohol-control-initiative-to-prevent-and-reduce-alcohol-related-death-and-disability> [Accessed 17 January 2023].

Wilson, S.E., Feltus, S.R., Brenman, A.M., Carey, K.B., DiBello, A.M. & Mastroleo, N.R. (2022). Comparing Alcohol Use of Pre-COVID-Era and COVID-Era Cohorts of Mandated College Student Drinkers. *Journal of studies on alcohol and drugs*, 83(4), pp. 480-485. 10.15288/jsad.2022.83.480.

World Health Organization, 2022. *Tobacco*. [online] Available at: <https://www.SZO.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco> [Accessed 17 January 202].

Yach, D., 2020. Tobacco Use Patterns in Five Countries During the COVID-19 Lockdown. *Nicotine & tobacco research: official journal of the Society for Research on Nicotine and Tobacco*, 22(9), pp. 1671-1672. 10.1093/ntr/ntaa097.

## **7 PRILOGE**

### **7.1 INSTRUMENT**

#### **VPRAŠALNIK O UŽIVANJU ALKOHOLNIH IN TOBAČNIH IZDELKOV MED ŠTUDENTI ZDRAVSTVENE NEGE**

Spoštovani!

Sem Manca Peterka, študentka Fakultete za zdravstvo Angele Boškin. Pripravljam diplomsko delo pod mentorstvom doc. dr. Maje Sočan, v katerem želimo z raziskavo ugotoviti, kakšen je učinek pandemije covid-19 na življenjski slog in razvade študentov zdravstvene nege glede alkohola in tobačnih izdelkov. Vljudno vas vabim k anonimnemu sodelovanju pri izvedbi raziskave. Prosim, da si vzamete 10 minut časa in izpolnite vprašalnik. Vaše sodelovanje v raziskavi bo pripomoglo k zbiranju podatkov o učinku pandemije covid-19 na življenjski slog in razvade študentov zdravstvene nege glede alkohola in tobačnih izdelkov.

Reševanje vprašalnika je povsem anonimno; k sodelovanju se vključite prostovoljno, prav tako lahko anketo kadar koli prekinete. Zbrani rezultati bodo uporabljeni samo za namen priprave diplomskega dela. Ob nejasnosti lahko stopite v stik z menoj prek elektronskega naslova [manca.peterka@gmail.com](mailto:manca.peterka@gmail.com).

Že vnaprej se vam zahvaljujem za sodelovanje.

**V 1 – Spodaj v vprašalniku vpišite svojo starost in število let delovnih izkušenj, nato pa izberite odgovor, ki predstavlja vaš status.**

---

**V 2 – Spol**

- M
- Ž

**V 3 – Vaša starost v letih: (napišite s številom) \_\_\_\_\_**

**V 4 – Vrsta študija**

- Redni
- Izredni
- Absolvent
- Pavzer

**V 5 – Delovne izkušnje v letih: (napišite s številom) \_\_\_\_\_**

**V 6 – Velikost kraja stalnega prebivališča**

- Mesto z več kot 20.000 prebivalci
- Mesto z manj kot 20.000 prebivalci in več kot 5.000 prebivalci
- Kraj z manj kot 5.000 prebivalci

**V 7 – Prebivališče**

- Hiša
- Podnajemniško stanovanje
- Lastno stanovanje
- Drugo:

**V 8 – Naslednja vprašanja se nanašajo na to, kako pogosto ste v obdobju pred covidom-19 uživali alkoholne pijače. Odgovore na zastavljena vprašanja izberite glede na stopnjo pogostosti uživanja alkohola, in sicer: zelo redko (1-krat mesečno), nekoliko redkeje (2-krat mesečno), običajno (1-krat tedensko), nekoliko pogosteje (2-krat tedensko), zelo pogosto ( $\geq 3$ -krat tedensko).**

---

## V 9 – UŽIVANJE ALKOHOLA PRED PANDEMIJO COVIDA-19

	Zelo redko (1-krat mesečno)	Nekoliko redkeje (2-krat mesečno)	Običajno 1-krat tedensko	Nekoliko pogosteje (2-krat tedensko)	Zelo pogosto (≥ 3-krat tedensko)
Kako pogosto ste v času pred pandemijo uživali alkohol ob koncih tedna in v prostih dneh?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kako pogosto ste v času pred pandemijo uživali alkohol med tednom?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kako pogosto ste v obdobju pred pandemijo doživeli stisko zaradi negotovosti, neznanja in nepredvidljivih dogodkov?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## V 10 – Zakaj ste v obdobju pred pandemijo uživali alkohol?

Mogočih je več odgovorov.

- Za zabavo
- V družbi ljudi
- Zaradi stresnih dogodkov med študijem
- Zaradi finančne nestabilnosti
- Zaradi iskanja začasne rešitve

## V 11 – Koliko časa ste bili v obdobju pred pandemijo povprečno v domačem okolju?

- Do 12 ur dnevno
- Več kot 12 ur dnevno



**V 12 – Naslednja vprašanja se nanašajo na to, kako pogosto ste v obdobju pandemije covid-19 uživali alkoholne pijače. Odgovore na zastavljena vprašanja izberete glede na stopnjo pogostosti uživanja alkohola med pandemijo covid-19, in sicer: zelo redko (1-krat mesečno), nekoliko redkeje (2-krat mesečno), običajno (1-krat tedensko), nekoliko pogosteje (2-krat tedensko), zelo pogosto (≥ 3-krat tedensko).**

**V 12 – UŽIVANJE ALKOHOLA MED PANDEMIJO COVIDA-19**

	Zelo redko (1-krat mesečno)	Nekoliko redkeje (2-krat mesečno)	Običajno 1-krat tedensko	Nekoliko pogosteje (2-krat tedensko)	Zelo pogosto (≥ 3-krat tedensko)
Kako pogosto ste med pandemijo uživali alkohol ob koncih tedna in v prostih dneh?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kako pogosto ste med pandemijo uživali alkohol med tednom?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kako pogosto ste v obdobju med pandemijo doživeli stisko zaradi negotovosti, neznanja in nepredvidljivih dogodkov?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**V 13 – Zakaj ste v obdobju med pandemijo uživali alkohol?**

Mogočih je več odgovorov.

- Za zabavo
- V družbi ljudi
- Zaradi stresnih dogodkov med študijem
- Zaradi iskanja začasne rešitve

**V 14 – Ali ste med pandemijo preživeli večino časa v domačem okolju?**

- Da, ocenjujem, da sem bil/-a večino časa v domačem okolju
- Doma sem preživel/a precejšen del dneva, vendar v povprečju ne več kot 20 ur
- V povprečju sem bil/a zdoma od 6-8 ur dnevno
- Skoraj vsak dan sem bil/a zdoma povprečno več kot 8 ur
- Čas zadrževanja v domačem okolju se je precej spreminjal, zato se ne morem opredeliti

#### **V 15 – UŽIVANJE TOBAČNIH PRED PANDEMIJO**

**Naslednja vprašanja se nanašajo na uporabo tobačnih izdelkov pred pandemijo covid-19.**

#### **V 16 – Kako pogosto ste uporabljali tobačne izdelke pred pandemijo covid-19?**

- Nikoli nisem uporabljal/-a tobačnih izdelkov
- Tobačne izdelke sem uporabljal/-a občasno (od 1- do 2-krat mesečno)
- Tobačne izdelke sem uporabljal/-a redno (vsak teden)
- Tobačne izdelke sem uporabljal/-a zelo pogosto (vsak dan)

#### **V 17 – Katere tobačne izdelke ste uporabljali pred pandemijo covid-19?**

**Uporabljal/-a sem:**

Mogočih je več odgovorov.

- gorljive cigarete
- e-cigarete »veip«
- iqos
- zeliščne cigarete
- šiša, pipa
- drugo:

#### **V 18 – Ali se je uporaba tobačnih izdelkov približno pol leta pred pandemijo covid-19 spremenila?**

- Povečala

- Zmanjšana
- Ostala približno enako
- Še naprej ostajam nekadilec/-ka

**V 19 – kateri je bil razlog za povečano uporabo tobačnih izdelkov pred pandemijo covid-19?**

Mogočih je več odgovorov.

- Občutek sproščanja
- Občutek socialne izoliranosti
- Občutek zadovoljstva
- Drugo:

**V 20 – kateri je bil razlog za zmanjšano uporabo tobačnih izdelkov pred pandemijo covid-19?**

Mogočih je več odgovorov.

- Odločitev za bolj zdrav življenjski slog
- Zdravstvene težave
- Zmanjšana dostopnost tobačnih izdelkov
- Drugo:

<b>V 21 – UŽIVANJE TOBAČNIH IZDELKOV MED PANDEMIJO</b>
--

**Naslednja vprašanja se nanašajo na uporabo tobačnih izdelkov med pandemijo covid-19.**

---

**V 22 – Kako pogosto ste uporabljali tobačne izdelke med pandemijo covid-19?**

- Nikoli nisem uporabljal/-a tobačnih izdelkov
- Tobačne izdelke sem uporabljal/-a občasno (od 1- do 2-krat mesečno)
- Tobačne izdelke sem uporabljal/-a redno (vsak teden)
- Tobačne izdelke sem uporabljal/-a zelo pogosto (vsak dan)

**V 23 – Katere tobačne izdelke ste uporabljali med pandemijo covid-19?**

Mogočih je več odgovorov.

- Gorljive cigarete
- E-cigarete »veip«
- iqos
- Zeliščne cigarete
- Šiša, pipa
- Drugo:

**V 24 – Ali se je uporaba tobačnih izdelkov med pandemijo covid-19 spremenila?**

**Uporaba se je:**

- povečala
- zmanjšala
- ostala približno enaka
- še naprej ostajam nekadilec/-ka

**V 25 – Kateri je bil razlog za povečano uporabo tobačnih izdelkov v obdobju med pandemijo covid-19?**

Mogočih je več odgovorov.

- Občutek sproščanja
- Občutek socialne izoliranosti
- Občutek zadovoljstva
- Drugo:

**V 26 – Kateri je bil razlog za zmanjšano uporabo tobačnih izdelkov v obdobju med pandemijo covid-19?**

Mogočih je več odgovorov.

- Odločitev za bolj zdrav življenjski slog
- Zdravstvene težave
- Zmanjšana dostopnost tobačnih izdelkov
- Drugo: