

# Það gera þetta allir!

## Ofmat nemenda í 10. bekk grunnskóla á tíðni daglegra reykinga meðal jafnaldra

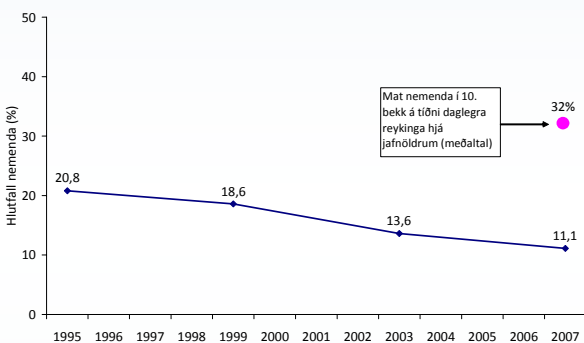
Jón Óskar Guðlaugsson, Margrét Valdimarsdóttir, Stefán Hrafn Jónsson, Sveinbjörn Kristjánsson og Héðinn S. Björnsson

### Inngangur

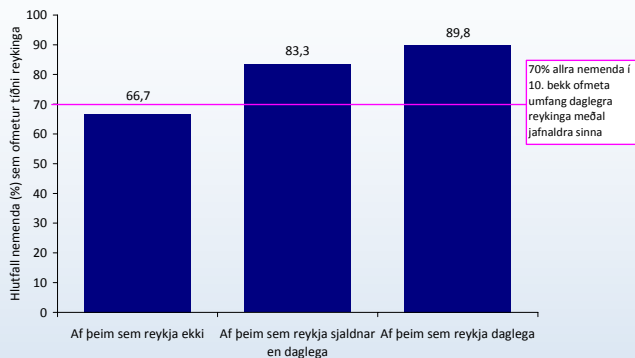
Á undanförunum árum hefur náðst góður árangur við að draga úr reykingum ungs fólks á Íslandi. Tíðni daglegra reykinga meðal nemenda í 10. bekk grunnskóla hefur frá árinu 1995 lækkað úr 21% í 11% árið 2007 (sjá mynd 1).

Fjöldi rannsókna benda til þess að flest reykingafólk byrji að reykja á unglingsárunum [1] og því yngra sem fólk er þegar það byrjar að reykja því erfiðara er að hætta því seinna. Enn fremur hafa komið fram sterkar vísbendingar um að heilsutjón af völdum reykinga á fullorðinsárum aukist eftir því sem einstaklingar byrja fyrr að reykja [1].

Þrátt fyrir að dregið hafi úr reykingum er enn afar mikilvægt að skoða sérstaklega þá þætti sem tengjast því hvort unglingar byrji að reykja eða ekki. Nýlegar erlendar rannsóknir [2] hafa sýnt að einn þessara þátta er ofmat unglinga á reykingum annarra. Hér er skoðað hvort það sama eigi við um íslenska unglinga.



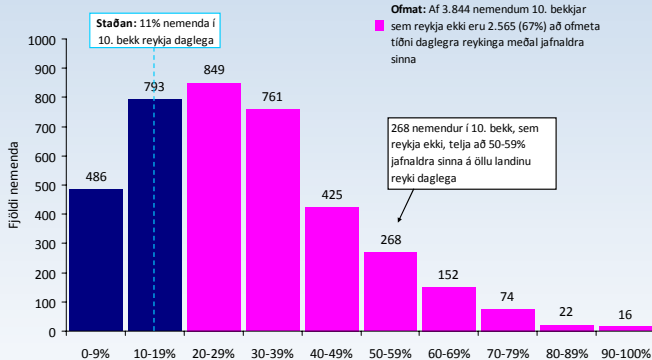
Mynd 1. Hlutfall nemenda í 10. bekk grunnskóla sem reykja daglega



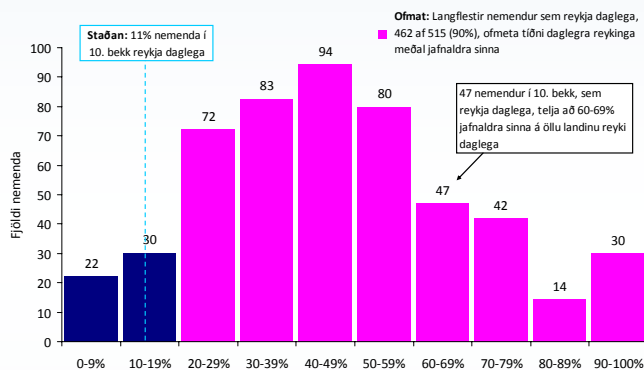
Mynd 2. Hlutfall nemenda í 10. bekk grunnskóla sem ofmeta tíðni daglegra reykinga meðal jafnaldra sinna, út frá reykingavenjum

### Gögn

Rannsóknin byggir á gögnum úr spurningalistakönnun (ESPAD) sem lögð var fyrir nemendum í 10. bekk vorið 2007. Heildarfjöldi þátttakenda var 3.678 (81,8% svarhlutfall). Könnuninni var stýrt frá Háskólanum á Akureyri og unnin í samvinnu við Lýðheilsustöð.



Mynd 3. Mat nemenda í 10. bekk, sem reykja ekki, á tíðni daglegra reykinga meðal jafnaldra



Mynd 4. Mat nemenda í 10. bekk, sem reykja daglega, á tíðni daglegra reykinga meðal jafnaldra

### Niðurstöður

Síðustu ár hafa að jafnaði verið um 4.600 nemendur í 10. bekk grunnskóla á Íslandi. Rannsóknin sýnir að um 3.200 þeirra (70%) ofmeta hlutfall jafnaldra sem reykja daglega (sjá mynd 2).

Af þeim 3.844 nemendum sem ekki reykja ofmeta 2.565 (67%) hlutfall daglegra reykinga meðal jafnaldra sinna (sjá mynd 3). Af þeim 515 nemendum sem reykja daglega ofmeta 462 (90%) hlutfallið.

Nemendur í 10. bekk grunnskóla telja að meðaltali að 32% jafnaldra sinna reyki daglega (sjá mynd 1). Að meðaltali telja þeir sem reykja ekki að um 30% jafnaldra sinna reyki daglega. Þeir sem reykja daglega telja hlutfallið hinsvegar vera að meðaltali 47%.

### Umræða

Rannsóknir hafa sýnt að því meira sem unglingar ofmeta tíðni reykinga þeim mun líklegri eru þeir til að reykja sjálfir. Því er mikilvægt að ungt fólk sé upplýst um raunverulega útbreiðslu reykinga, að reykingar séu ekki eitthvað sem „allir gera“. Hér ber þó að hafa í huga að það er ekki víst að ofmat á reykingum jafnaldra ýti undir reykingar unglinga. Ef til vill eru unglingar sem þegar reykja líklegri til að yfirfæra sína eigin reynslu á aðra unglinga. Þar af leiðandi telja þeir frekar að aðrir unglingar reyki.

### Heimildir

[1] Sjá í Stefán Hrafn Jónsson, Þóroddur Bjarnason, Inga Dóra Sigfúsdóttir, Bryndis Björk Ásgeirsdóttir, Jón Sigfússon. (2003). *Vimufnaneysla íslenskra unglinga 2003*. Reykjavík. Rannsóknir og greining.  
[2] BA Primack, GE Switzer og MA Dalton. (2007) Improving Measurement of Normative Beliefs Involving Smoking Among Adolescents. *Arch Pediatr Adolesc Med.*, 161(5): 434-439.