

A dohányzás nem csökkenti a stresszt?

2011 június 30. Flag

Szöveg méret

90
Mentés

- 0

Értékelés kiválasztása Még nincs értékelve

Mérték

A Pew Research kutatási adatai szerint er?sen vitatható az az elképzelés, hogy a dohányzás nyugtató hatású.

Az általuk közzétett elemzés szerint ugyanis a dohányosokra nem jellemz?, hogy nyugodt, kiegyensúlyozott életet élnek, s?t nagyobb arányban panaszkodnak arra, hogy stresszes az életük, mint

nem dohányzó társaik.

A dohányosok közel fele gyakran érzi feszültnek magát

A Pew Research 2250 f? megkérdezésével készített, az amerikai feln?tt lakosság demográfiai adataira nézve reprezentatív kutatása nem támasztotta alá azt, a zömmel dohányosok által vallott nézetet, hogy a cigarettázás nyugtató hatású. A megkérdezett dohányosok közel fele ugyanis arról számolt be, hogy mindennapjai során gyakran tapasztal stresszhelyzetet, amit?l feszültnek érzi magát. Velük szemben a nemdohányzóknak csak 31, a cigarettáról leszokott válaszadók pedig 35 százaléka érez így. Emellett a dohányosok mintegy negyede ismerte el, hogy a gazdasági válság jelentette anyagi bizonytalanság hatására többet dohányzik, mint korábban, további 13 százalék pedig ugyanezen okra hivatkozva halogatja a leszokást.
Bár a dohányzás és bizonyos demográfiai faktorok között kimutatható kapcsolat, de a kutatók ezek kisz?rése után is er?s összefüggést találtak a cigarettázás és a stresszes élettapasztalatok között. A válaszok alapján megállapították, hogy a dohányosok kevésbé érzik magukat boldognak és egészségesnek.
Míg a megkérdezettek körében a nemdohányzók közel 40, a volt dohányosoknak pedig 34 százaléka mondta azt, hogy nagyon boldognak érzi magát, addig a cigarettázóknak csak 25 százaléka érezte igaznak önmagára nézve ezt az állítást. A dohányosok kevésbé hajlanak arra, hogy életkörülményeikkel kapcsolatban elégedettségüknek adjanak hangot. A nemdohányzók és azok, akik leszoktak nagyobb arányban mondták, hogy nagyon elégedettek a családi életükkel, mint dohányzó társaik. Az el?bbiek körében 70, az utóbbiak esetében 60 százalék körüli az egyetért?k aránya. Az életszínvonallal való elégedettség esetén a dohányosok 27, a nemdohányzók és volt dohányosok 38-39 százalékos arányban vallják magukat nagyon elégedettnek. Végül, a dohányosok 36 százaléka érzi magát nagyon elégedettnek a munkájával, míg a nemdohányzók körében ez az arány 43 százalék.
Jelent?s a különbség a cigarettázók és nemdohányzók között abban a tekintetben is, hogy egészségügyi állapotukkal mennyire elégedettek. Míg a dohányosok 45 százaléka mondta, hogy fizikailag nagyon jól érzi magát, addig ezek aránya a leszokottak körében 55, a nemdohányzók körében pedig 63 százalék. Ezzel párhuzamosan a cigarettázók körében többen vannak azok, akik egyszer?en jónak, vagy nem túl jónak min?sítik egészségi állapotukat. A nemdohányzók és a volt dohányosok mintegy negyede, a dohányosok harmada mondta, hogy jó az egészsége. Ugyanakkor a dohányzók 21, a volt dohányosok 18, a nemdohányzóknak pedig 13 százaléka érezte magát nem túl egészségesnek.

gondola.hu



Ajánló