

2021

# Studijos, darbas ir psichoaktyviųjų medžiagų vartojimas



Psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo paplitimas tarp dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. amžiaus aukštųjų mokyklų studentų:

2020 m. vykdyto tyrimo papildoma duomenų analizė

# Turinys

1. Įžanga.....	2
2. Tyrimo dalyviai.....	4
3. Rūkymas, kitų nikotino turinčių gaminių vartojimas.....	5
4. Alkoholio vartojimas.....	11
5. Narkotikų, naujų psichoaktyviųjų medžiagų ir inhaliantų vartojimas.....	17
6. Kofeino, receptinių vaistų vartojimas dėl su studijomis susijusių motyvų.....	26
6.1 Kofeino vartojimas, siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis.....	26
6.2 Receptinių vaistų vartojimas dėl su studijomis susijusių motyvų.....	29
7. Lošimas iš pinigų.....	33
8. Studentų psichikos sveikata ir gerovė.....	34
9. Išvados.....	41
10. Rekomendacijos.....	43

# 1. Įžanga

Paauglių tapimais suaugusiais yra laikomas reikšmingu raidos etapu. Šis pereinamasis laikotarpis skirtingų mokslininkų įvardijamas tokiais terminais kaip „jaunas suaugusysis“ ar „besiformuojantis suaugusysis“, kurie atspindi savo tapatybės tyrinėjimo ir eksperimentavimo laikotarpį. Jauni suaugusieji paprastai apibrėžiami kaip asmenys, kurie neseniai baigė mokyklą, visgi, daugeliui šiame raidos etape yra per dvidešimt. Jauni suaugusieji skiriasi nuo paauglių ir vyresnių suaugusiųjų įvairiais aspektais, įskaitant demografinius rodiklius ir polinkį elgtis rizikingai, pavyzdžiui, vartoti psichoaktyvias medžiagas<sup>1</sup>. Jauniems suaugusiesiems gresia didesnė rizika vartoti psichoaktyvias medžiagas, nes jie susiduria su daugybe stresorių, tokių kaip mažas atlyginimas, darbo pakeitimas ir nedarbas; pasirinkimas kur ir su kuo gyventi; kokią studijų programą pasirinkti; kada, kaip ir su kuo užmegzti ilgalaikius santykius; kada turėti vaikų<sup>1</sup>.

Studijuojantis jaunimas yra laikomas viena iš didžiausių riziką patiriančių grupių sparčiai besikeičiančiame psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo kontekste<sup>2</sup>. Užsienio šalių tyrimai patvirtina, kad studijavimas aukštojoje mokykloje yra probleminio alkoholio vartojimo ir kanapių vartojimo rizikos veiksnys, o vedybos ir tapimas tėvais yra susijęs su alkoholio ir narkotikų vartojimo sumažėjimu, ypač tarp moterų. Be to, nemaža dalis studentų ne tik studijuoja, bet ir dirba. Darbo ir studijų derinimas gali kelti papildomą stresą ir krūvį, be to, prasiplečia socialinė aplinka, pagerėja finansinė padėtis ir nepriklausomumas nuo tėvų, kas gali papildomai skatinti išbandyti ir vartoti psichoaktyvias medžiagas. Tyrimai rodo, kad palyginti su bendraamžiais, jauniems suaugusiesiems, kurie dirba daugiau nei 20 valandų per savaitę, gresia didesnė tikimybė vartoti alkoholį ar narkotikus, praleisti paskaitas, konfliktuoti su šeimos nariais ir turėti sveikatos problemų. Darbuotojų psichoaktyviųjų medžiagų vartojimas savo ruožtu neigiamai atsiliepia darbo vietos rezultatams, įskaitant pravaikštas, sumažėjusią apyvartą, veiklos efektyvumą, padidėjusias sveikatos priežiūros išlaidas<sup>1</sup>.

Studijų metais pasireiškiantis gausėnis psichoaktyviųjų medžiagų vartojimas ir jo keliamos problemos atskleidžia efektyvių intervencijų jauniems suaugusiesiems poreikį ir svarbą<sup>2</sup>. Deja, nepaisant to, kad studijų aukštojoje mokykloje pradžia yra laikoma palankiu laikotarpiu ugdyti sveikos gyvensenos įpročius, Lietuvos aukštojo mokslo sistema juo beveik nesinaudoja<sup>3</sup> ir jaunimui užbaigus mokyklą prevencinės priemonės dažnu atveju jų nebepasiekia arba jiems nėra prieinamos. Kita vertus, dirbantį jaunimą galima bandyti pasiekti ne tik vykdant prevencijos

---

<sup>1</sup> Bray J. W., Galvin D. M., Cluff L. A., 2011. Young adults in the workplace: a multisite initiative of substance use prevention programs. Research Triangle Park, NC, RTI Press. Prieiga per internetą: <https://www.rti.org/rti-press-publication/YIW-substance-abuse/fulltext.pdf>

<sup>2</sup> Baltrušaitytė R., Bulotaitė L. (2011) Studentų alkoholio vartojimo lūkesčių, saviveiksmingumo, motyvų ir alkoholio vartojimo sąsajos. *Psichologija*, 44, 88-103. Prieiga per internetą: <https://etalpykla.lituanistikadb.lt/object/LT-LDB-0001:J.04~2011~1367178767574/J.04~2011~1367178767574.pdf>

<sup>3</sup> Norkus, A. (2012). Sveika gyvensena Lietuvos studentų populiacijoje: edukacinis diagnostinis aspektas : daktaro disertacija. Šiauliai: Šiaulių universitetas. cit. pg. Indrašienė V. ir kt. (2017). Alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų paplitimas tarp Lietuvos aukštųjų mokyklų studentų. *Socialinis darbas*. 2017, 15(2): 86–100.

priemonės aukštosiose mokyklose, bet ir darbo vietose. Darbovietės yra svarbi tikslinė vieta suaugusiųjų psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijai ir ankstyvajai intervencijai vykdyti.

Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas (toliau – Departamentas), siekdamas įvertinti psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo paplitimą tarp studijuojančio jaunimo, jiems skirtų prevencijos priemonių poreikį bei požiūrį į šiai tikslinei grupei skirtų prevencijos priemonių taikymo galimybes aukštosiose mokyklose, 2020 m. rugsėjo – spalio mėn. vykdė anoniminę elektroninę aukštųjų mokyklų studentų apklausą. Tyrimo ataskaita paskelbta:



<https://ntakd.lrv.lt/uploads/ntakd/documents/files/PREVENCIJA/studentai.pdf>

2021 m. buvo atlikta papildoma tyrimo duomenų analizė, kuri leido įvertinti bei palyginti dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo paplitimą, su juo susijusį rizikingą elgesį, psichikos sveikatą ir gerovę.

Tyrimo duomenų analizė atlikta naudojant SPSS programinį paketą. Statistiškai reikšmingiems skirtumams nustatyti buvo taikytas Pearsono  $\chi^2$  kriterijus.

Šioje ataskaitoje vartojami šie tarptautiniai sutrumpinimai, susiję su psichoaktyviųjų medžiagų vartojimu skirtingais laiko periodais:

**LTP** (*angl. lifetime prevalence*) – **bent kartą gyvenime,**

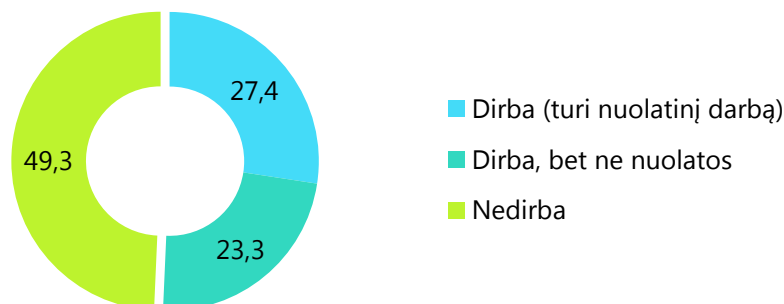
**LYP** (*angl. last year prevalence*) – **bent kartą per paskutinius metus (12 mėn.),**

**LMP** (*angl. last month prevalence*) – **bent kartą per paskutinį mėnesį (30 d.).**

## 2. Tyrimo dalyviai

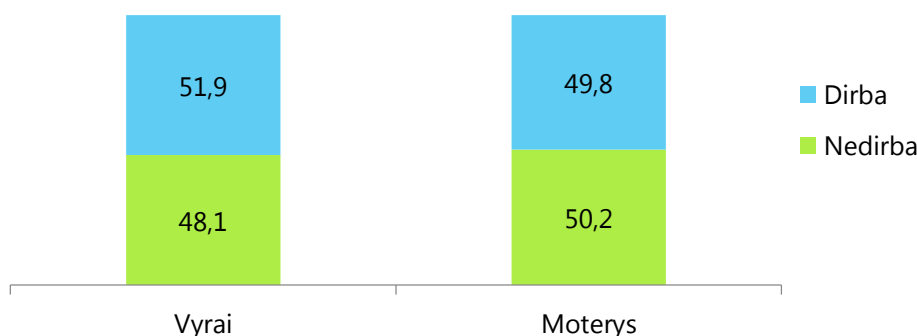
Iš viso analizuoti 1912 aukštųjų mokyklų studentų (18-24 m.), kurie atsakė į klausimą ar dirba, atsakymai. 50,7 proc. šių studentų nurodė, kad dirba (27,4 proc. turi nuolatinį darbą, 23,3 proc. dirba ne nuolatos), o 49,3 proc. – nedirba (žr. 1 pav.).

**1 pav.** Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal užimtumą (2020 m., N=1912, proc.)



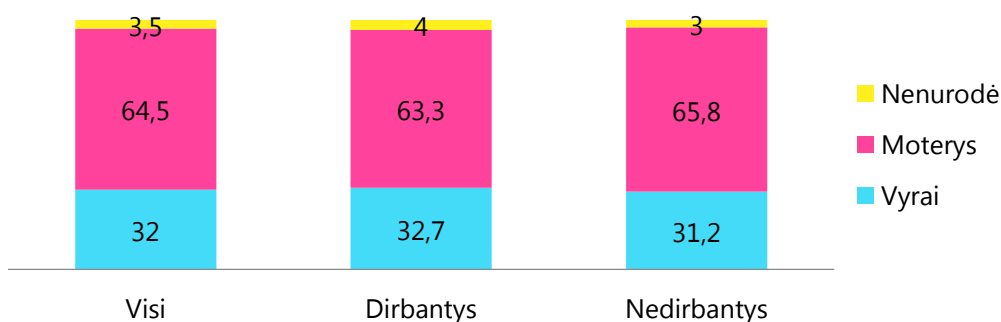
Kad dirba nurodė 49,8 proc. moterų ir 51,9 proc. vyrų (žr. 2 pav.). Dirbančių ir nedirbančių moterų ir vyrų dalis statistiškai reikšmingai nesiskyrė.

**2 pav.** Tyrime dalyvavusių vyrų ir moterų pasiskirstymas pagal užimtumą (2020 m., N=1912, proc.)



Palyginus moterų ir vyrų dalį tarp dirbančių ir nedirbančių studentų (žr. 3 pav.) taip pat nebuvo rasta statistiškai reikšmingų skirtumų, todėl lyginant dirbančių ir nedirbančių studentų psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo paplitimą, respondentų lytis neturėtų įtakoti skirtumų tarp šių tikslinių grupių.

**3 pav.** Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal lytį (2020 m., N=1912, proc.)



Dirbančių studentų amžius vidurkis – 21,1 metai, o nedirbančių studentų – 20,2 metų.

### 3. Rūkymas, kitų nikotino turinčių gaminių vartojimas

Net 38,3 proc. 18-24 m. studentų kasdien vartojo kuriuos nors nikotino turinčius gaminius (žr. 1 lentelę). **Kasdien rūkė arba vartojo kitus gaminius su nikotinu statistiškai reikšmingai didesnė dalis dirbančių studentų: 45,2 proc. dirbančių studentų ir 31,3 proc. nedirbančių studentų.**

Vertinant skirtingų nikotino turinčių gaminių vartojimą pastebėta, kad statistiškai reikšmingai **didėsnė dalis dirbančių nei nedirbančių studentų vartojo / rūkė:**

- **cigaretės** (visais vertintais laiko periodais);
- **kaitinamuosius tabako gaminius** (visais vertintais laiko periodais);
- **elektroninesigaretės su nikotino turinčiu skysčiu** (bent kartą gyvenime);
- **elektroninesigaretės be nikotino** (bent kartą gyvenime);
- **uostomąjį, kramtomąjį ar kitą, oraliniam vartojimui skirtą tabaką** („snusą“, „snufą“ ir pan.) (bent kartą gyvenime ir per paskutinius metus);
- **kitus nikotino turinčius gaminius, nepriskiriamus tabako gaminiams** (bent kartą gyvenime ir per paskutinius metus).

Kita vertus, nerasta reikšmingų skirtumų tarp dirbančių ir nedirbančių studentų kasdienio elektroninių cigarečių vartojimo.

**1 lentelė.** Nikotino turinčių gaminių vartojimas / rūkymas tarp 18-24 m. studentų (2020 m., N=1912, proc.)

		LTP*	LYP**	LMP***	Kasdien	Niekada	Neatsakė
<b>Cigaretės</b>	<b>Visi</b>	<b>74,6</b>	<b>54,2</b>	<b>33,8</b>	<b>14,3</b>	<b>21,2</b>	<b>4,1</b>
	Dirbantys	82,9	62,2	40,7	18,0	13,7	3,4
	Nedirbantys	66,1	46,1	26,6	10,4	29,0	4,9
<b>Elektroninesigaretės su nikotino turinčiu skysčiu</b>	<b>Visi</b>	<b>65,5</b>	<b>43,0</b>	<b>28,7</b>	<b>14,0</b>	<b>29,4</b>	<b>5,0</b>
	Dirbantys	72,4	44,9	30,0	14,4	23,6	4,0
	Nedirbantys	58,5	41,1	27,3	13,5	35,5	6,1
<b>Elektroninesigaretės be nikotino</b>	<b>Visi</b>	<b>46,9</b>	<b>18,6</b>	<b>6,6</b>	<b>1,6</b>	<b>45,7</b>	<b>7,4</b>
	Dirbantys	51,5	19,2	6,3	1,2	41,9	6,6
	Nedirbantys	42,1	17,9	7,0	1,9	49,7	8,2
<b>Kaitinamuosius tabako gaminius</b>	<b>Visi</b>	<b>53,3</b>	<b>40,0</b>	<b>28,5</b>	<b>16,2</b>	<b>40,8</b>	<b>5,9</b>
	Dirbantys	64,3	49,5	35,8	20,6	31,2	4,4
	Nedirbantys	41,9	30,1	20,9	11,6	50,6	7,4
<b>Uostomąjį, kramtomąjį ar kitą, oraliniam vartojimui skirtą tabaką („snusą“, „snufą“ ir pan.)</b>	<b>Visi</b>	<b>17,3</b>	<b>4,0</b>	<b>1,2</b>	<b>0,5</b>	<b>74,9</b>	<b>7,7</b>
	Dirbantys	22,3	5,3	1,1	0,5	71,0	6,7
	Nedirbantys	12,2	2,8	1,2	0,4	79,0	8,8
<b>Kitus nikotino turinčius</b>	<b>Visi</b>	<b>15,0</b>	<b>5,9</b>	<b>2,7</b>	<b>0,7</b>	<b>77,4</b>	<b>7,7</b>
	Dirbantys	18,9	7,6	3,3	1,1	75,1	6,1

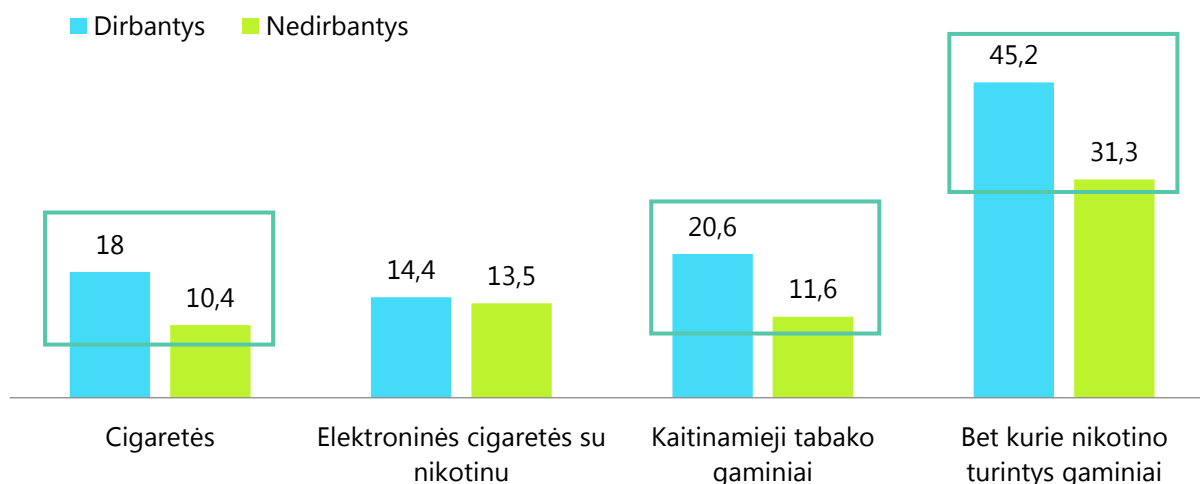
<b>gaminiai</b> (nepriskiriamus tabako gaminiams)	Nedirbantys	10,9	4,0	2,0	0,3	79,7	9,3
<b>Bet kuriuos nikotino turinčius gaminius</b> (neįtrauktos el. cigaretės be nikotino)	<b>Visi</b>	<b>80,0</b>	<b>66,5</b>	<b>55,1</b>	<b>38,3</b>	<b>17,4</b>	<b>2,6-5,4</b>
	Dirbantys	87,6	74,3	64,3	45,2	10,9	1,4-4,3
	Nedirbantys	72,1	58,4	45,6	31,3	24,1	3,8-6,5

\* LTP – bent kartą gyvenime, \*\* LYP – bent kartą per paskutinius metus, \*\*\* LMP – bent kartą per paskutinį mėnesį.

Statistiškai reikšmingi skirtumai ( $p < 0,05$ ) tarp dirbančių ir nedirbančių studentų pažymėti mėsvos spalvos fonu.

**Tarp dirbančių studentų populiariausia buvo vartoti kaitinamuosius tabako gaminius – juos kasdien vartojo 20,6 proc. dirbančiųjų (žr. 4 pav.). Kiek mažesnė dalis dirbančių studentų kasdien rūkė (18 proc.). O tarp nedirbančių studentų populiariausia buvo kasdien vartoti elektronines cigaretes su nikotinu – jas kasdien vartojo 13,5 proc. nedirbančių studentų.** Vis dėlto, reikėtų atkreipti dėmesį, kad nedirbančių studentų amžiaus vidurkis buvo beveik metais jaunesnis, o bendri studentų tyrimo duomenys (pateikti 2020 m. ataskaitoje: <https://ntakd.lrv.lt/uploads/ntakd/documents/files/PREVENCIJA/studentai.pdf>) parodė, kad elektroninės cigaretės populiariausios tarp jauniausių tyrimo dalyvių.

**4 pav.** Dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų nikotino turinčių gaminių vartojimas / rūkymas kasdien (2020 m.,  $N=1912$ , proc.)



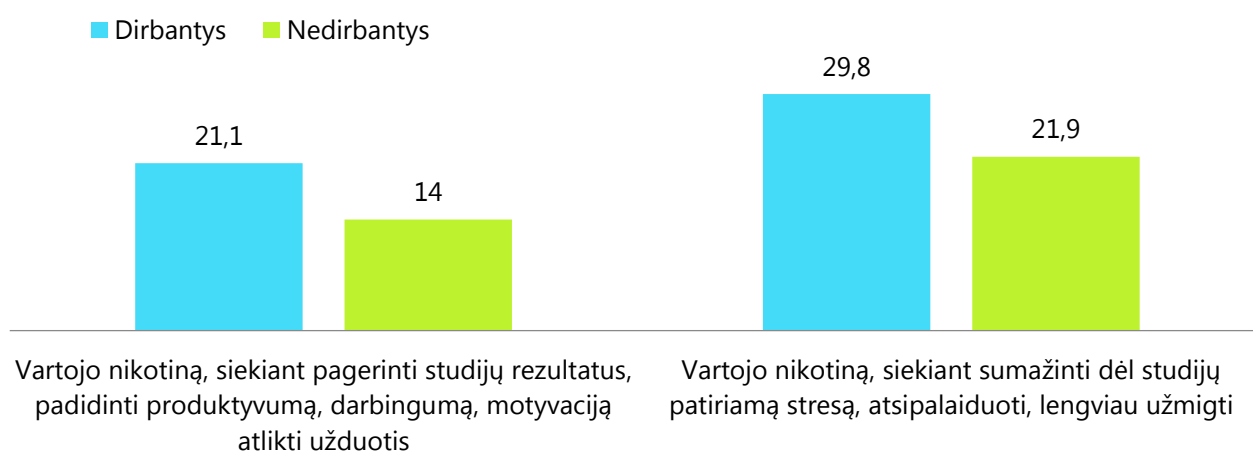
Studentų taip pat klausta, ar yra vartoję nikotino turinčius gaminius / rūkė dėl su studijomis susijusių motyvų. Rezultatai atskleidė, kad:

- **25,9 proc. studentų** (29,8 proc. dirbančių ir 21,9 proc. nedirbančių studentų) bent kartą per paskutinį mėnesį **vartojo nikotiną / rūkė, siekiant sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti** (žr. 5 pav., 2 lentelę).

- **17,6 proc. studentų** (21,1 proc. dirbančių ir 14 proc. nedirbančių studentų) bent kartą per paskutinį mėnesį **vartojo nikotiną / rūkė, siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis** (žr. 5 pav., 2 lentelę).

Statistiškai reikšmingai **didesnė dalis dirbančių nei nedirbančių studentų vartojo nikotiną / rūkė dėl abiejų motyvų** (siekiant sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti; pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis) visais vertintais laiko periodais.

**5 pav.** Dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų nikotino turinčių gaminių vartojimas / rūkymas dėl su studijomis susijusių motyvų *bent kartą per paskutinį mėnesį* (2020 m., N=1912, proc.)



**2 lentelė.** Nikotino turinčių produktų vartojimas / rūkymas dėl su studijomis susijusių motyvų tarp dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų (2020 m., N=1912, proc.)

		LTP*	LYP**	LMP***	Niekada	Neatsakė
<b>Vartojo nikotiną, siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis</b>	<b>Visi</b>	<b>31,2</b>	<b>25,3</b>	<b>17,6</b>	<b>62,9</b>	<b>5,9</b>
	Dirbantys	35,3	29,6	21,1	60,1	4,6
	Nedirbantys	27,1	20,8	14,0	65,8	7,1
<b>Vartojo nikotiną, siekiant sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti</b>	<b>Visi</b>	<b>45,0</b>	<b>37,6</b>	<b>25,9</b>	<b>50,1</b>	<b>5,0</b>
	Dirbantys	52,7	43,8	29,8	43,7	3,6
	Nedirbantys	37,0	31,2	21,9	56,6	6,4

\* LTP – bent kartą gyvenime, \*\* LYP – bent kartą per paskutinius metus, \*\*\* LMP – bent kartą per paskutinį mėnesį.

Statistiškai reikšmingi skirtumai ( $p < 0,05$ ) tarp dirbančių ir nedirbančių studentų pažymėti mėlynos spalvos fonu.

Įvertinus 18-24 m. studentų bandymus mesti rūkyti, paaiškėjo, kad:

- **16,3 proc. studentų sėkmingai metė rūkyti** (17,5 proc. dirbančių ir 15 proc. nedirbančių studentų) (žr. 3 lentelę);
- **23,4 proc. yra mėginę mesti, bet vėl pradėjo rūkyti** (27,4 proc. dirbančių ir 19,2 proc. nedirbančių studentų);



- **8,2 proc.** nėra mėginę mesti rūkyti, bet **norėtų** (9,4 proc. dirbančių ir 7 proc. nedirbančių studentų);
- **11,6 proc. nesiruošia mesti rūkyti** (13,9 proc. dirbančių ir 9,2 proc. nedirbančių studentų).

**3 lentelė.** Bandymai mesti rūkyti (2020 m., N=1912, proc.)

	Visi	Dirbantys	Nedirbantys
<b>Metė visiškai</b>	<b>16,3</b>	17,5	15,0
<b>Mėgino mesti, bet vėl pradėjo rūkyti</b>	<b>23,4</b>	27,4	19,2
<b>Nemėgino mesti, bet norėtų</b>	<b>8,2</b>	9,4	7,0
<b>Nemėgino mesti ir nesiruošia to daryti</b>	<b>11,6</b>	13,9	9,2
<b>Niekada nerūkė / neatsakė</b>	<b>40,5</b>	31,8	49,6

**Tarp studentų, kurie rūko kasdien, 56,4 proc. yra nesėkmingai bandę mesti rūkyti** (56 proc. dirbančių ir 57,1 proc. nedirbančių studentų), o 16,5 proc. nemėgino, bet norėtų (16,6 proc. dirbančių ir 16,3 proc. nedirbančių studentų). **Tik kas penktas kasdien rūkantis studentas** (20,9 proc.) nurodė, kad **niekada nemėgino mesti rūkyti ir nesiruošia to daryti** (20,6 proc. dirbančių ir 21,4 proc. nedirbančių studentų).

Studentų taip pat klausta, ar **2020 m. pavasarį įvesto karantino dėl COVID-19 metu pasikeitė jų rūkymo / nikotino turinčių gaminių vartojimo įpročiai**. 28,5 proc. 18-24 m. studentų, nurodė, kad jų įpročiai pasikeitė (žr. 4 lentelę):

- 12,8 proc. rūkė / vartojo dažniau, daugiau (14,4 proc. dirbančių ir 11 proc. nedirbančių studentų);
- 12,7 proc. rūkė / vartojo rečiau, mažiau (14,6 proc. dirbančių ir 10,7 proc. nedirbančių studentų);
- 3 proc. metė rūkyti / vartoti (3,4 proc. dirbančių ir 2,5 proc. nedirbančių studentų).

**4 lentelė.** 18-24 m. studentų rūkymo / nikotino turinčių gaminių vartojimo įpročių pokyčiai karantino dėl COVID-19 metu (2020 m., N=1912, proc.)

	Visi	Dirbantys	Nedirbantys
<b>Nepasikeitė</b>	<b>43,6</b>	47,6	39,5
<b>Rūkė / vartojo dažniau, daugiau</b>	<b>12,8</b>	14,4	11,0
<b>Rūkė / vartojo rečiau, mažiau</b>	<b>12,7</b>	14,6	10,7
<b>Metė rūkyti / vartoti</b>	<b>3,0</b>	3,4	2,5
<b>Kita</b>	<b>9,5</b>	8,9	10,2
<b>Nerūko / nevartoja / neatsakė</b>	<b>18,4</b>	11,0	26,0

Įvertinus dirbančių studentų, kurie kasdien rūko ar vartoja kitus gaminius su nikotinu, gerovę (kuri plačiau analizuojama 8 skyriuje), paaiškėjo, kad statistiškai reikšmingai **didesnė dalis dirbančių ir**

**kasdien rūkančių ar kitus gaminius su nikotinu vartojančių, nei jų nevartojančių dirbančių studentų sutiko, kad:**

- dažnai sunku užmigti arba prastai miega;
- dažnai sunku susikaupti;
- dažnai jaučiasi liūdni, prislėgti;
- dažnai būnu irzlūs, blogos nuotaikos;
- dažnai patiria panikos atakas;
- yra galvoję apie savižudybę;
- karantino dėl COVID-19 metu jų savijauta suprastėjo;
- yra aštrių pojūčių mėgėjai;
- žino, kaip reikėtų elgtis, jei draugas perdozuotų psichoaktyviųjų medžiagų (žr. 5 lentelę).

Be to, statistiškai reikšmingai **mažesnė** dalis dirbančių ir kasdien rūkančių ar kitus gaminius su nikotinu vartojančių, nei jų nevartojančių dirbančių studentų sutiko, kad:

- propaguoja sveiką gyvenseną;
- yra patenkinti savo fizine sveikata;
- yra patenkinti gyvenimu;
- šeima juos supranta, palaiko (žr. 5 lentelę).

O įvertinus nedirbančių studentų, kurie kasdien rūko ar vartoja kitus gaminius su nikotinu, gerovę, pastebėtos panašios tendencijos (žr. 5 lentelę). Statistiškai reikšmingai **didesnė** dalis nedirbančių ir kasdien rūkančių ar kitus gaminius su nikotinu vartojančių, nei jų nevartojančių nedirbančių studentų sutiko, kad:

- dažnai sunku užmigti arba prastai miega;
- dažnai sunku susikaupti;
- dažnai nenori nieko veikti, jaučia apatiją
- dažnai patiria panikos atakas;
- yra galvoję apie savižudybę;
- yra aštrių pojūčių mėgėjai;
- žino, kaip reikėtų elgtis, jei draugas perdozuotų psichoaktyviųjų medžiagų.

Taip pat, statistiškai reikšmingai **mažesnė** dalis nedirbančių ir kasdien rūkančių ar kitus gaminius su nikotinu vartojančių, nei jų nevartojančių nedirbančių studentų sutiko, kad:

- propaguoja sveiką gyvenseną;
- yra patenkinti gyvenimu;
- šeima juos supranta, palaiko.

**5 lentelė.** Dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų, kurie sutiko (visiškai sutiko ar labiau sutiko) su teiginiais, pasiskirstymas pagal rūkymą ar kitų gaminių su nikotinu vartojimą kasdien (2020 m., proc.)

Teiginiai	Dirbantys		Nedirbantys	
	Vartoto / rūkė N=438	Nevartoto / nerūkė N=490	Vartoto / rūkė N=295	Nevartoto / nerūkė N=586
Propaguoju sveiką gyvenimą	43,6	67,3	42,7	63,1
Esu patenkintas (-a) savo fizine sveikata	42,9	57,1	38,6	45,1
Esu patenkintas (-a) gyvenimu	61,4	69,4	52,9	60,1
Mano šeima mane supranta, palaiko	71,0	78,6	66,4	74,7
Draugai mane supranta, palaiko	79,7	81,2	81,4	75,6
Esu aštrių pojūčių mėgėjas (-a)	40,4	30,4	29,8	18,9
Man dažnai sunku užmigti arba prastai miegu	39,5	24,3	38,3	30,4
Man dažnai sunku susikaupti	40,2	30,8	45,1	35,0
Dažnai nenoriu nieko veikti, jaučiu apatiją	32,9	27,3	49,2	35,2
Dažnai jaučiuosi liūdnas (-a), prislėgtas (-a)	30,6	23,7	36,6	32,8
Dažnai būnu irzlus (-i), blogos nuotaikos	25,8	17,8	27,1	24,2
Dažnai jaučiu nervinę įtampą, susirūpinimą	42,7	41,2	48,8	45,4
Dažnai patiriu panikos atakas	16,2	11,2	18,0	12,3
Dažnai jaučiuosi vienišas (-a)	26,0	21,8	33,6	31,9
Esu galvojęs (-usi) apie savižudybę	33,8	22,7	38,0	28,3
Karantino dėl COVID-19 metu mano savijauta suprastėjo	24,9	19,2	26,1	26,5
Žinau, kur kreiptis pagalbos iškilus sunkumams	66,7	70,8	73,9	70,1
Žinau, kaip reiktų elgtis, jei draugas perdozuotų psichoaktyviųjų medžiagų	52,3	42,9	47,5	35,7

Statistiškai reikšmingi skirtumai ( $p < 0,05$ ) tarp vartojusių ir nevartojusių dirbančių studentų pažymėti mėlynos spalvos fonu, o tarp nedirbančių studentų – žalsvos spalvos fonu.

## 4. Alkoholio vartojimas

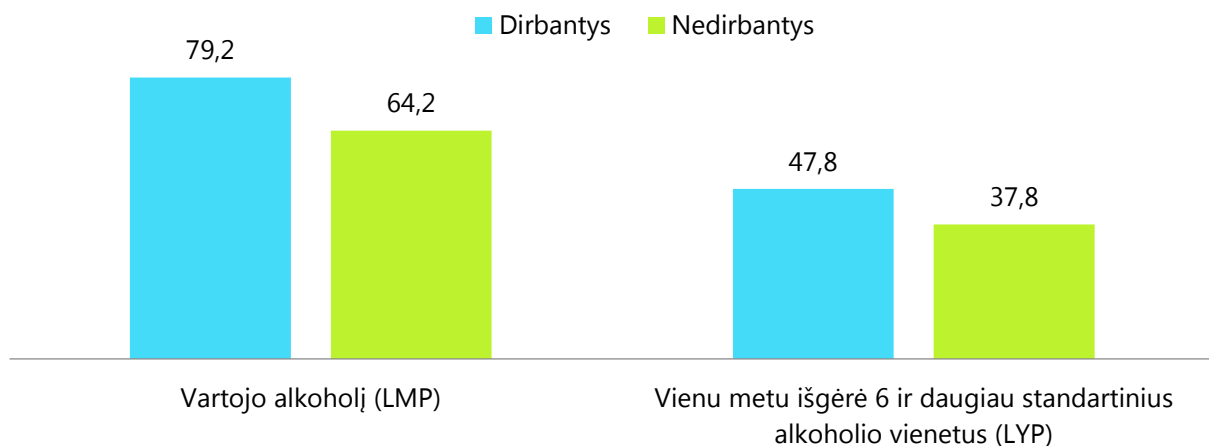
**71,8 proc. 18-24 m. studentų bent kartą per paskutinį mėnesį vartojo kuriuos nors alkoholinius gaminus (79,2 proc. dirbančių studentų ir 64,2 proc. nedirbančių studentų)** (žr. 6 pav., 6 lentelę). 67,1 proc. studentų yra bent kartą gyvenime vienu metu (pvz., per vieną vakarą) išgėrę 6 ir daugiau standartinius alkoholio vienetų<sup>4</sup> (bent kartą per paskutinius metus – 42,9 proc., bent kartą per paskutinį mėnesį – 15,3 proc.).

Statistiškai reikšmingai **didesnė dalis dirbančių nei nedirbančių studentų:**

- **vartojo bet kuriuos alkoholinius gėrimus** (bent kartą per gyvenime, per paskutinius metus, per paskutinį mėnesį);
- **vartojo alų, sidrą** (bent kartą per gyvenime, per paskutinius metus, per paskutinį mėnesį);
- **vartojo vyną** (bent kartą per gyvenime, per paskutinius metus, per paskutinį mėnesį);
- **vartojo likerį, įvairius alkoholinius kokteilius** (bent kartą per gyvenime, per paskutinius metus, per paskutinį mėnesį);
- **vartojo stipriuosius alkoholinius gėrimus** (degtinę, konjaką, viskį ir pan.) (bent kartą per gyvenime, per paskutinius metus, per paskutinį mėnesį);
- **vienu metu** (pvz., per vieną vakarą) **išgėrė 6 ir daugiau standartinius alkoholio vienetų** (bent kartą per gyvenime, per paskutinius metus).

Nerasta statistiškai reikšmingų skirtumų tarp dirbančių ir nedirbančių studentų kasdienio alkoholio vartojimo.

**6 pav.** Dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų alkoholio vartojimo įpročiai (2020 m., N=1912, proc.)



<sup>4</sup> 6 standartiniai alkoholio vienetai (SAV) = 60 g gryno alkoholio, pvz.: alaus, sidro (5%) – 1,5 l (3 buteliai), vyno (11%) – 0,7 l (4 didelės taurės arba 6 mažos taurės), stiprių alkoholinių gėrimų (40%) – 190 ml (5 stikliukai).

**6 lentelė.** Alkoholio vartojimas tarp 18-24 m. studentų (2020 m., N=1912, proc.)

		LTP*	LYP**	LMP***	Kasdien	Niekada	Neatsakė
<b>Alų, sidrą</b>	<b>Visi</b>	<b>92,1</b>	<b>81,2</b>	<b>59,9</b>	<b>2,1</b>	<b>4,6</b>	<b>3,3</b>
	Dirbantys	95,7	87,8	66,6	2,2	2,4	2,0
	Nedirbantys	88,3	74,3	53,1	2,0	6,9	4,8
<b>Vyną</b>	<b>Visi</b>	<b>89,7</b>	<b>76,9</b>	<b>44,6</b>	<b>0,8</b>	<b>6,2</b>	<b>4,1</b>
	Dirbantys	93,7	84,6	52,6	0,8	3,5	2,8
	Nedirbantys	85,6	68,9	36,4	0,8	9,0	5,4
<b>Likerį, įvairius alkoholinius kokteilius</b>	<b>Visi</b>	<b>85,2</b>	<b>71,2</b>	<b>36,0</b>	<b>0,3</b>	<b>10,3</b>	<b>4,6</b>
	Dirbantys	90,8	77,5	39,6	0,2	5,8	3,4
	Nedirbantys	79,4	64,8	32,3	0,3	14,9	5,7
<b>Stipriuosius alkoholinius gėrimus</b> (degtinę, konjaką, viskį ir pan.)	<b>Visi</b>	<b>86,4</b>	<b>71,4</b>	<b>37,0</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>3,8</b>
	Dirbantys	91,4	77,0	40,5	0,4	6,2	2,4
	Nedirbantys	81,2	65,6	33,3	0,4	13,6	5,2
<b>Bet kuriuos alkoholinius gėrimus</b>	<b>Visi</b>	<b>94,2</b>	<b>88,3</b>	<b>71,8</b>	<b>2,6</b>	<b>2,9</b>	<b>2,9-5,3</b>
	Dirbantys	96,8	93,4	79,2	2,7	1,5	1,6-3,8
	Nedirbantys	91,6	83,1	64,2	2,4	4,2	4,1-6,9
<b>Vienu metu</b> (pvz., per vieną vakarą) <b>išgėrė 6 ir daugiau SAV</b> ****	<b>Visi</b>	<b>67,1</b>	<b>42,9</b>	<b>15,3</b>	Nėra duomenų	<b>29,9</b>	<b>3,1</b>
	Dirbantys	73,4	47,8	16,6		24,6	2,0
	Nedirbantys	60,5	37,8	14,0		35,2	4,2

\* LTP – bent kartą gyvenime, \*\* LYP – bent kartą per paskutinius metus, \*\*\* LMP – bent kartą per paskutinį mėnesį.

\*\*\*\* 6 SAV (standartiniai alkoholio vienetai) = 60 g gryno alkoholio, pvz.: alaus, sidro (5%) – 1,5 l (3 buteliai), vyno (11%) – 0,7 l (4 didelės taurės arba 6 mažos taurės), stiprių alkoholinių gėrimų (40%) – 190 ml (5 stikliukai).

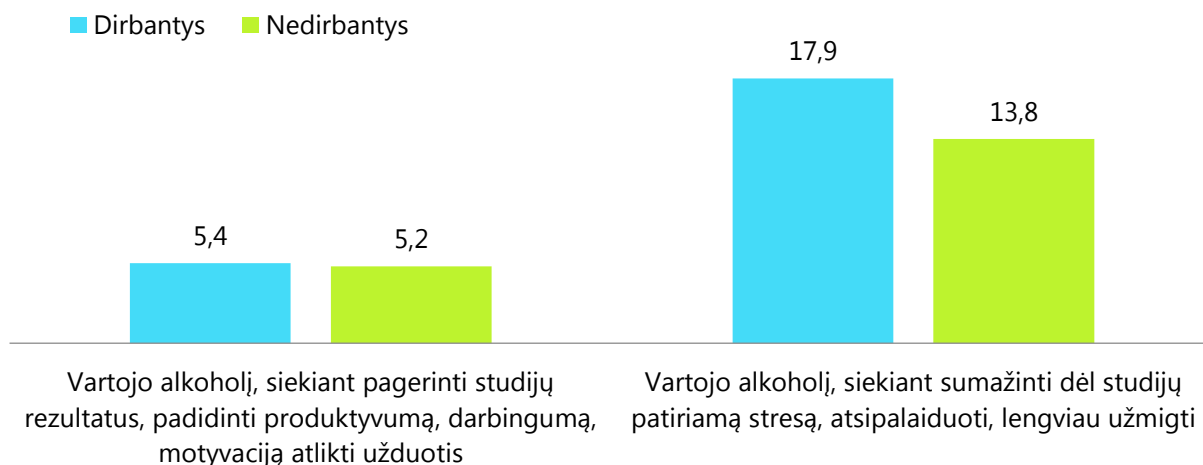
Statistiškai reikšmingi skirtumai ( $p < 0,05$ ) tarp dirbančių ir nedirbančių studentų pažymėti mėsvos spalvos fonu.

Studentų klausta, ar yra vartoję alkoholį dėl su studijomis susijusių motyvų:

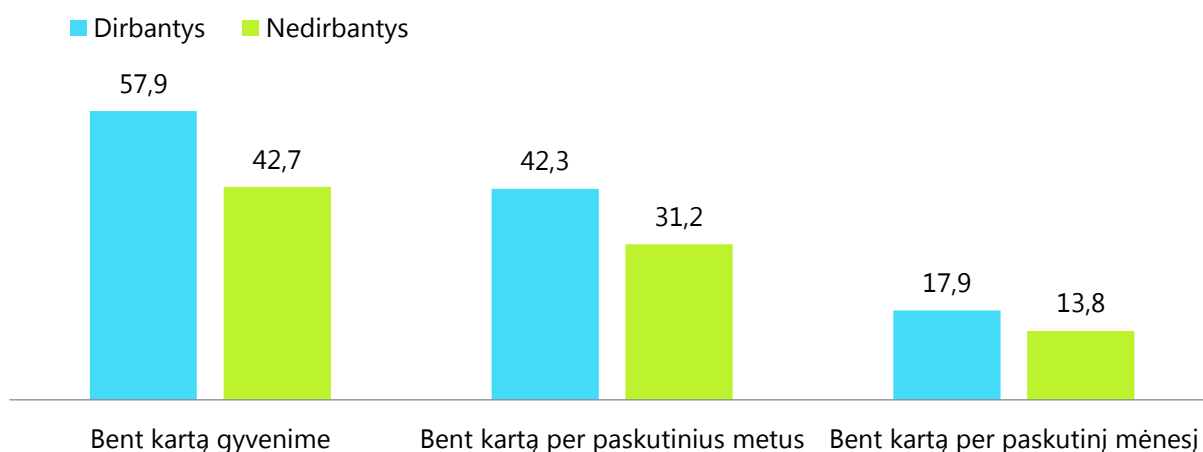
- **Pusė studentų yra vartoję alkoholį, siekiant sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti** (57,9 proc. dirbančių ir 42,7 proc. nedirbančių studentų). 17,9 proc. dirbančių studentų ir 13,8 proc. nedirbančių studentų bent kartą per paskutinį mėnesį vartojo alkoholį šiuo tikslu (žr. 7 ir 8 pav., 7 lentelę).
- **Kas penktas studentas yra vartojęs alkoholį siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis** (22,2 proc. dirbančių ir 18,3 proc. nedirbančių studentų). 5,4 proc. dirbančių studentų ir 5,2 proc. nedirbančių studentų bent kartą per paskutinį mėnesį vartojo alkoholį šiuo tikslu (žr. 7 pav., 7 lentelę).

**Statistiškai reikšmingai didesnė dalis dirbančių nei nedirbančių studentų vartojo alkoholį siekiant sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti** visais vertintais laiko periodais. O dirbančių ir nedirbančių studentų alkoholio vartojimas siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis nesiskyrė.

**7 pav.** Dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų alkoholio vartojimas dėl su studijomis susijusių motyvų *bent kartą per paskutinį mėnesį* (2020 m., N=1912, proc.)



**8 pav.** Dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų alkoholio vartojimas siekiant sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti (2020 m., N=1912, proc.)



**7 lentelė.** Alkoholio vartojimas dėl su studijomis susijusių motyvų tarp dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų (2020 m., N=1912, proc.)

		LTP*	LYP**	LMP***	Niekada	Neatsakė
<b>Vartojo alkoholi, siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis</b>	<b>Visi</b>	<b>20,2</b>	<b>12,1</b>	<b>5,3</b>	<b>73,9</b>	<b>5,9</b>
	Dirbantys	22,2	12,8	5,4	73,1	4,7
	Nedirbantys	18,3	11,4	5,2	74,7	7,0
<b>Vartojo alkoholi, siekiant sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti</b>	<b>Visi</b>	<b>50,4</b>	<b>36,8</b>	<b>15,9</b>	<b>44,8</b>	<b>4,8</b>
	Dirbantys	57,9	42,3	17,9	38,9	3,2
	Nedirbantys	42,7	31,2	13,8	51,0	6,4

\* LTP – bent kartą gyvenime, \*\* LYP – bent kartą per paskutinius metus, \*\*\* LMP – bent kartą per paskutinį mėnesį.

Statistiškai reikšmingi skirtumai ( $p < 0,05$ ) tarp dirbančių ir nedirbančių studentų pažymėti melsvos spalvos fonu.

**9,7 proc. studentų yra vairavę, būdami apsvaigę nuo alkoholio, 11,3 proc. yra dalyvavę paskaitose apsvaigę nuo alkoholio, o 23,3 proc. yra praleidę paskaitas dėl alkoholio vartojimo ar jo sukeltų pagirių** (žr. 9 pav., 8 lentelę).

Statistiškai reikšmingai **didesnė dalis dirbančių nei nedirbančių studentų:**

- **vairavo apsvaigę nuo alkoholio** (*bent kartą per gyvenime, per paskutinius metus*);
- **dalyvavo paskaitose apsvaigę nuo alkoholio** (*bent kartą per gyvenime*);
- **praleido paskaitas dėl alkoholio vartojimo, jo sukeltų pagirių** (*bent kartą per gyvenime, per paskutinius metus*).

Net **dvigubai didesnė dalis dirbančių nei nedirbančių studentų yra vairavę apsvaigę nuo alkoholio bei praleidę paskaitas dėl alkoholio vartojimo.**

**9 pav.** Su alkoholio vartojimu susijusio elgesio paplitimas (*bent kartą gyvenime*) tarp dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų (2020 m., N=1912, proc.)



**8 lentelė.** Su alkoholio vartojimu susijusio elgesio paplitimas tarp 18-24 m. studentų (2020 m., N=1912, proc.)

		LTP*	LYP*	LMP*	Niekada	Neatsakė
<b>Vairavo apsvaigę nuo alkoholio</b>	<b>Visi</b>	<b>9,7</b>	<b>3,0</b>	<b>1,2</b>	<b>87,3</b>	<b>3,0</b>
	Dirbantys	13,2	4,0	1,6	85,2	1,6
	Nedirbantys	6,1	2,0	0,7	89,6	4,4
<b>Dalyvavo paskaitose apsvaigę nuo alkoholio</b>	<b>Visi</b>	<b>11,3</b>	<b>2,7</b>	<b>0,8</b>	<b>85,7</b>	<b>3,0</b>
	Dirbantys	14,4	3,1	0,8	83,9	1,6
	Nedirbantys	8,1	2,3	0,7	87,6	4,4
<b>Praleido paskaitas dėl alkoholio vartojimo, jo sukeltų pagirių</b>	<b>Visi</b>	<b>23,3</b>	<b>6,8</b>	<b>1,7</b>	<b>73,6</b>	<b>3,1</b>
	Dirbantys	31,1	8,8	1,9	66,9	2,0
	Nedirbantys	15,2	4,8	1,5	80,6	4,2

\* LTP – bent kartą gyvenime, \*\* LYP – bent kartą per paskutinius metus, \*\*\* LMP – bent kartą per paskutinį mėnesį.

Statistiškai reikšmingi skirtumai ( $p < 0,05$ ) tarp dirbančių ir nedirbančių studentų pažymėti mėlsvos spalvos fonu.

Studentų taip pat klausta, ar **2020 m. pavasarį įvesto karantino dėl COVID-19 metu pasikeitė jų alkoholio vartojimo įpročiai. 35,6 proc. 18-24 m. studentų, nurodė, kad jų įpročiai pasikeitė** (žr. 9 lentelę):

- 11,7 proc. vartojo dažniau, daugiau (13,4 proc. dirbančių ir 10 proc. nedirbančių studentų);
- 21,5 proc. vartojo rečiau, mažiau (24,6 proc. dirbančių ir 18,3 proc. nedirbančių studentų);
- 2,4 proc. metė vartoti (2,7 proc. dirbančių ir 2 proc. nedirbančių studentų).

Verta pastebėti, kad **studentų, kurių alkoholio vartojimas karantino metu sumažėjo (arba kurie metė vartoti), buvo dvigubai daugiau nei alkoholi vartojusių dažniau, daugiau.**

**9 lentelė.** 18-24 m. studentų alkoholio vartojimo įpročių pokyčiai karantino dėl COVID-19 metu (2020 m., N=1912, proc.)

	Visi	Dirbantys	Nedirbantys
<b>Nepasikeitė</b>	<b>54,3</b>	53,4	55,3
<b>Vartojo dažniau, daugiau</b>	<b>11,7</b>	13,4	10,0
<b>Vartojo rečiau, mažiau</b>	<b>21,5</b>	24,6	18,3
<b>Metė vartoti</b>	<b>2,4</b>	2,7	2,0
<b>Kita</b>	<b>4,4</b>	2,7	6,2
<b>Neatsakė / nevartoja</b>	<b>5,7</b>	3,2	8,3

Įvertinus dirbančių studentų, kurie bent kartą per paskutinį mėnesį vartojo alkoholi, gerovę (kuri plačiau analizuojama 8 skyriuje), paaiškėjo, kad statistiškai reikšmingai **didesnė dalis dirbančių ir vartojusių alkoholi, nei jo nevartojusių dirbančių studentų sutiko, kad:**

- **dažnai sunku susikaupti;**
- **yra galvoję apie savižudybę;**
- **karantino dėl COVID-19 metu jų savijauta suprastėjo;**
- **yra aštrių pojūčių mėgėjai;**
- **žino, kaip reikėtų elgtis, jei draugas perdozuotų psichoaktyviųjų medžiagų** (žr. 10 lentelę).

Be to, statistiškai reikšmingai **mažesnė dalis dirbančių ir bent kartą per paskutinį mėnesį vartojusių alkoholi, nei jo nevartojusių dirbančių studentų sutiko, kad:**

- **propaguoja sveiką gyvenimą;**
- **yra patenkinti savo fizine sveikata.**

O įvertinus nedirbančių studentų, kurie bent kartą per paskutinį mėnesį vartojo alkoholi, gerovę, paaiškėjo, kad statistiškai reikšmingai **didesnė dalis nedirbančių ir vartojusių alkoholi, nei jo nevartojusių nedirbančių studentų sutiko, kad:**

- dažnai sunku susikaupti;
- draugai juos supranta, palaiko;
- yra aštrių pojūčių mėgėjai;
- žino, kaip reikėtų elgtis, jei draugas perdozuotų psichoaktyviųjų medžiagų (žr. 10 lentelę).

Be to, statistiškai reikšmingai **mažesnė dalis nedirbančių ir bent kartą per paskutinį mėnesį vartojusių alkoholi, nei jo nevartojusių nedirbančių studentų sutiko, kad propaguoja sveiką gyvenimą.**



**10 lentelė.** Dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų, kurie sutiko (visiškai sutiko ar labiau sutiko) su teiginiais, pasiskirstymas pagal alkoholio vartojimą bent kartą per paskutinį mėnesį (2020 m., proc.)

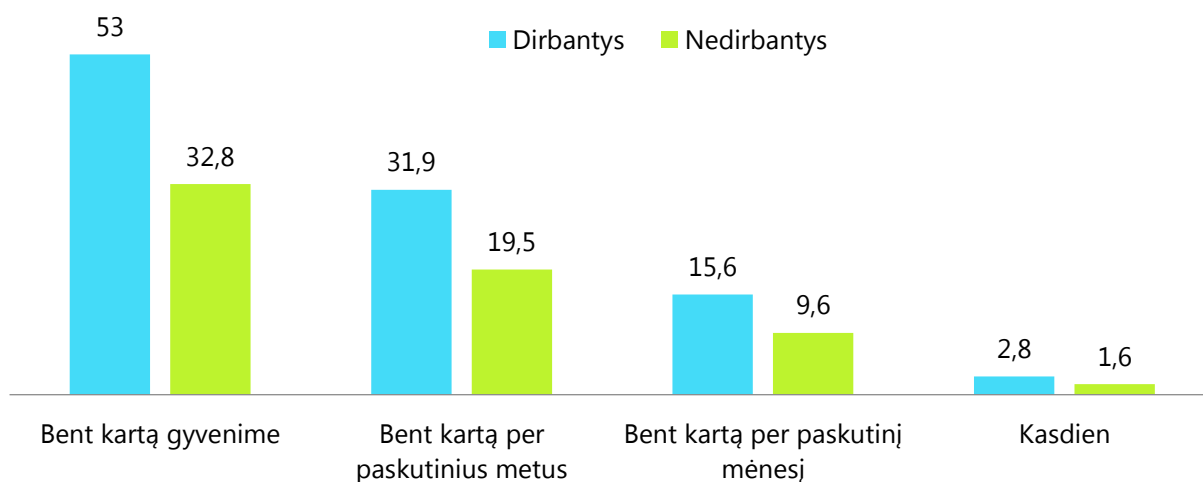
<b>Teiginiai</b>	<b>Dirbantys</b>		<b>Nedirbantys</b>	
	<b>Vartojo N=768</b>	<b>Nevartojo N=180</b>	<b>Vartojo N=605</b>	<b>Nevartojo N=284</b>
<b>Propaguoju sveiką gyvenimą</b>	52,2	72,2	51,1	67,3
<b>Esu patenkintas (-a) savo fizine sveikata</b>	47,8	63,9	41,3	47,5
<b>Esu patenkintas (-a) gyvenimu</b>	65,1	68,9	58,2	57,7
<b>Mano šeima mane supranta, palaiko</b>	74,6	76,1	70,9	74,6
<b>Draugai mane supranta, palaiko</b>	81,3	78,3	80,7	71,8
<b>Esu aštrių pojūčių mėgėjas (-a)</b>	37,4	25,6	25,6	17,6
<b>Man dažnai sunku užmigti arba prastai miegu</b>	32,6	25,6	33,7	30,6
<b>Man dažnai sunku susikaupti</b>	37,4	26,1	42,1	30,6
<b>Dažnai nenoriu nieko veikti, jaučiu apatiją</b>	30,6	26,1	40,3	37,7
<b>Dažnai jaučiuosi liūdnas (-a), prislėgtas (-a)</b>	28,1	22,2	33,1	34,5
<b>Dažnai būnu irzlus (-i), blogos nuotaikos</b>	21,9	21,7	25,8	22,2
<b>Dažnai jaučiu nervinę įtampą, susirūpinimą</b>	43,8	36,1	46,4	45,1
<b>Dažnai patiriu panikos atakas</b>	13,3	15,0	15,2	12,0
<b>Dažnai jaučiuosi vienišas (-a)</b>	23,7	23,9	32,1	32,0
<b>Esu galvojęs (-usi) apie savižudybę</b>	29,3	21,1	32,6	28,5
<b>Karantino dėl COVID-19 metu mano savijauta suprastėjo</b>	23,8	15,6	27,9	21,8
<b>Žinau, kur kreiptis pagalbos iškilus sunkumams</b>	70,2	66,7	73,2	68,3
<b>Žinau, kaip reikėtų elgtis, jei draugas perdozuotų psichoaktyviųjų medžiagų</b>	49,5	38,3	43,0	32,4

Statistiškai reikšmingi skirtumai ( $p < 0,05$ ) tarp vartojusių ir nevartojusių dirbančių studentų pažymėti mėlynos spalvos fonu, o tarp nedirbančių studentų – žalsvos spalvos fonu.

## 5. Narkotikų, naujų psichoaktyviųjų medžiagų ir inhaliantų vartojimas

**43 proc. studentų yra bent kartą gyvenime vartoję kokius nors narkotikus.** Šiek tiek daugiau nei **pusė dirbančių studentų ir trečdalis nedirbančių studentų yra bent kartą gyvenime vartoję narkotikus.** Bent kartą per paskutinius metus narkotikus vartojo beveik trečdalis dirbančių studentų ir kas penktas nedirbantis studentas, bent kartą per paskutinį mėnesį – 15,6 proc. dirbančių ir 9,6 proc. nedirbančių studentų (žr. 10 pav., 11 lentelę).

**10 pav.** Bet kurių narkotikų vartojimas tarp dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų (2020 m., N=1912, proc.)

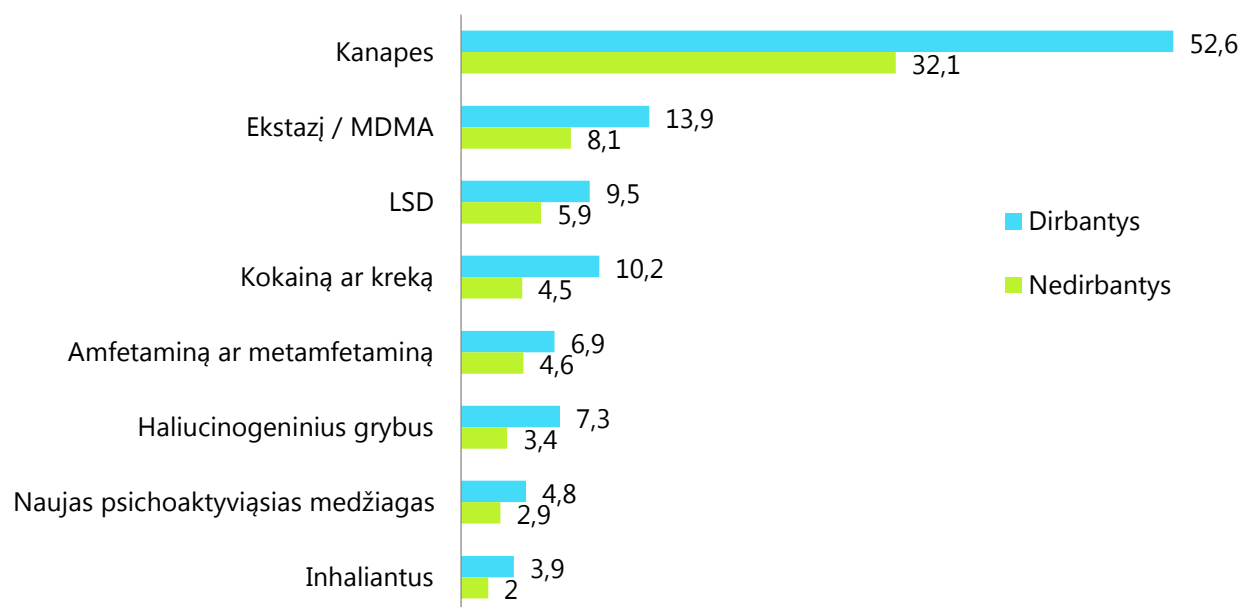


Statistiškai reikšmingai **didesnė dalis dirbančių studentų nei nedirbančių vartojo:**

- **kanapes** (bent kartą per gyvenime, per paskutinius metus, per paskutinį mėnesį);
- **ekstazį / MDMA** (bent kartą per gyvenime, per paskutinius metus);
- **amfetaminą ar metamfetaminą** (bent kartą per gyvenime);
- **kokainą ar kreką** (bent kartą per gyvenime, per paskutinius metus);
- **LSD** (bent kartą per gyvenime, per paskutinius metus);
- **haliucinogeninius grybus** (bent kartą per gyvenime, per paskutinius metus);
- **naujas psichoaktyviausias medžiagas** (bent kartą per gyvenime);
- **inhaliantus** (bent kartą per gyvenime);
- **bet kuriuos narkotikus** (bent kartą per gyvenime, per paskutinius metus, per paskutinį mėnesį);
- **bet kuriuos narkotikus, NPS arba inhaliantus** (bent kartą per gyvenime, per paskutinius metus, per paskutinį mėnesį);

Tiek tarp dirbančių, tiek tarp nedirbančių studentų **populiariausias narkotikas buvo kanapės.** Jas yra vartoję 52,6 proc. dirbančių ir 32,1 proc. nedirbančių studentų (žr. 11 pav., 11 lentelę). Gerokai mažesnė dalis (11 proc.) studentų yra bandę vartoti ekstazį / MDMA (13,9 proc. dirbančių ir 8,1 proc. nedirbančių studentų). Nors kitus narkotikus bandę vartoti mažiau nei 10 proc. visų studentų, bet LSD ir kokainą, kreką bandė vartoti kas dešimtas dirbantis studentas.

**11 pav.** Narkotikų vartojimas bent kartą gyvenime tarp dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų (2020 m., N=1912, proc.)



**Naujas psichoaktyviausias medžiagas** („spice“, „chymkę“, vonios druskas, GBL / GHB ir kt.) **ir inhaliantus** („buzus“, „propsus“, „linksmutes“ arba „juoko dujas“, klijus, skiediklius ir kt.) **yra vartoję tik nedidelė dalis studentų.** Naujas psichoaktyviausias medžiagas yra išbandę 4,8 proc. dirbančių ir 2,9 proc. nedirbančių studentų, o inhaliantus – 3,9 proc. dirbančių ir 2,0 proc. nedirbančių studentų (žr. 11 lentelę).

**11 lentelė.** Narkotikų, naujų psichoaktyviųjų medžiagų ir inhaliantų vartojimas tarp 18-24 m. studentų (2020 m., N=1912, proc.)

		LTP*	LYP**	LMP***	Kasdien	Niekada	Neatsakė
<b>Kanapes</b> („žolę“, marihuaną, hašišą)	<b>Visi</b>	<b>42,5</b>	<b>25,1</b>	<b>11,4</b>	<b>2,0</b>	<b>54,8</b>	<b>2,8</b>
	Dirbantys	52,6	31,0	14,3	2,7	45,9	1,5
	Nedirbantys	32,1	18,9	8,4	1,4	63,9	4,0
<b>Elektronines cigaretetes su skysčiais, turinčiais THC</b>	<b>Visi</b>	<b>12,0</b>	<b>4,4</b>	<b>1,0</b>	<i>Nėra duomenų</i>	<b>85,1</b>	<b>2,9</b>
	Dirbantys	11,6	4,3	0,8		86,6	1,8
	Nedirbantys	12,3	4,6	1,2		83,7	4,0
<b>Ekstazį / MDMA</b>	<b>Visi</b>	<b>11,0</b>	<b>7,0</b>	<b>2,2</b>	<b>0,1</b>	<b>85,3</b>	<b>3,7</b>
	Dirbantys	13,9	8,8	2,9	0,1	83,7	2,4
	Nedirbantys	8,1	5,1	1,5	0,1	86,8	5,1
<b>Amfetaminą ar metamfetaminą</b>	<b>Visi</b>	<b>5,8</b>	<b>3,2</b>	<b>1,2</b>	<b>0,2</b>	<b>90,4</b>	<b>3,9</b>
	Dirbantys	6,9	3,6	1,4	0,1	90,6	2,5
	Nedirbantys	4,6	2,8	0,8	0,2	90,1	5,3
<b>Kokainą ar kreką</b>	<b>Visi</b>	<b>7,4</b>	<b>3,9</b>	<b>1,3</b>	<b>0,2</b>	<b>88,8</b>	<b>3,9</b>
	Dirbantys	10,2	5,2	1,6	0,1	87,3	2,5
	Nedirbantys	4,5	2,5	1,0	0,2	90,2	5,3

<b>LSD</b>	<b>Visi</b>	<b>7,7</b>	<b>4,6</b>	<b>1,2</b>	<b>0,2</b>	<b>88,5</b>	<b>3,8</b>
	Dirbantys	9,5	5,7	1,3	0,1	88,1	2,4
	Nedirbantys	5,9	3,4	1,0	0,2	88,9	5,2
<b>Haliucinogeninius grybus</b>	<b>Visi</b>	<b>5,4</b>	<b>2,9</b>	<b>0,8</b>	<b>0,1</b>	<b>90,9</b>	<b>3,7</b>
	Dirbantys	7,3	3,8	1,0	0,1	90,1	2,6
	Nedirbantys	3,4	2,0	0,5	0,1	91,7	4,9
<b>Heroiną</b>	<b>Visi</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>95,9</b>	<b>4,1</b>
	Dirbantys	0,4	0,2	0,1	0,1	96,7	2,9
	Nedirbantys	0,2	0,2	0,1	0,1	94,5	5,3
<b>Kitus narkotikus</b>	<b>Visi</b>	<b>4,4</b>	<b>2,0</b>	<b>0,7</b>	<b>0,1</b>	<b>91,5</b>	<b>4,1</b>
	Dirbantys	4,8	2,1	0,6	0,1	92,3	2,9
	Nedirbantys	3,9	2,0	0,7	0,1	90,7	5,4
<b>Narkotikus, bet nežino kokius</b>	<b>Visi</b>	<b>2,6</b>	<b>0,8</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>93,3</b>	<b>4,2</b>
	Dirbantys	2,9	1,0	0,4	0,2	94,1	3,0
	Nedirbantys	2,2	0,6	0,1	0,1	92,4	5,4
<b>Bet kuriuos narkotikus</b>	<b>Visi</b>	<b>43,0</b>	<b>25,8</b>	<b>12,6</b>	<b>2,2</b>	<b>54,2</b>	<b>2,7-4,4</b>
	Dirbantys	53,0	31,9	15,6	2,8	45,5	1,5-3,3
	Nedirbantys	32,8	19,5	9,6	1,6	63,3	3,9-5,6
<b>Naujas psichoaktyviausias medžiagas</b>	<b>Visi</b>	<b>3,9</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>92,1</b>	<b>4,0</b>
	Dirbantys	4,8	1,0	0,3	0,1	92,5	2,7
	Nedirbantys	2,9	0,8	0,1	0,1	91,7	5,4
<b>Inhaliantus</b>	<b>Visi</b>	<b>3,0</b>	<b>1,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,1</b>	<b>92,9</b>	<b>4,1</b>
	Dirbantys	3,9	1,2	0,6	0,1	93,4	2,7
	Nedirbantys	2,0	0,7	0,1	0,1	92,4	5,6
<b>Bet kuriuos narkotikus, NPS arba inhaliantus</b>	<b>Visi</b>	<b>43,2</b>	<b>26,0</b>	<b>12,7</b>	<b>2,2</b>	<b>54,1</b>	<b>2,7-4,7</b>
	Dirbantys	53,1	32,3	15,8	2,8	45,4	1,5-3,5
	Nedirbantys	33,0	19,6	9,6	1,6	63,1	3,9-5,9

\* LTP – bent kartą gyvenime, \*\* LYP – bent kartą per paskutinius metus, \*\*\* LMP – bent kartą per paskutinį mėnesį.

Statistiškai reikšmingi skirtumai ( $p < 0,05$ ) tarp dirbančių ir nedirbančių studentų pažymėti mėsvos spalvos fonu.

Studentų klausta, ar yra vartoję narkotikus dėl su studijomis susijusių motyvų. Rezultatai atskleidė, kad:

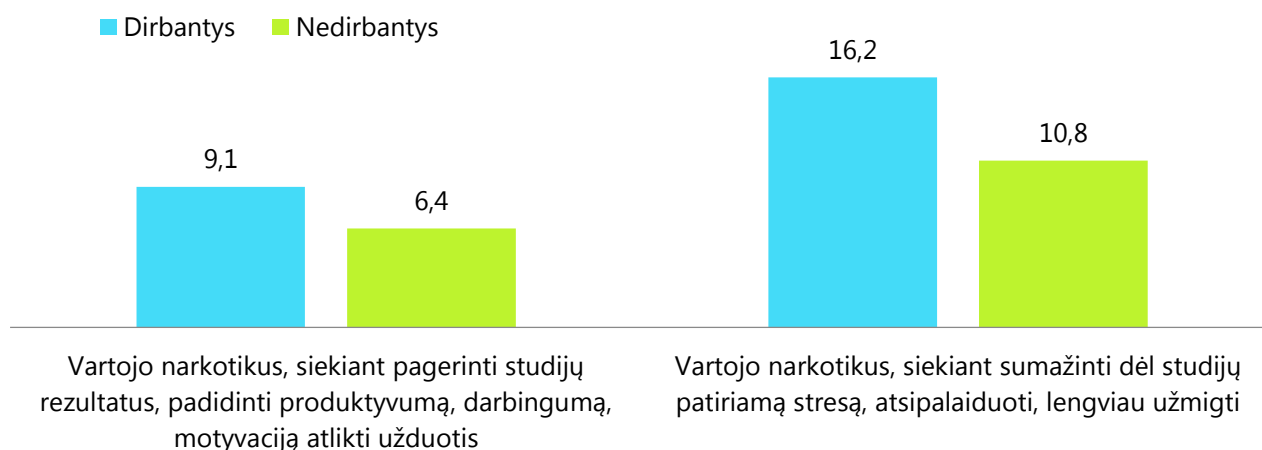
- **13,5 proc. studentų** (16,2 proc. dirbančių ir 10,8 proc. nedirbančių studentų) yra **vartoję narkotikus, siekiant sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti** (žr. 12 pav., 12 lentelę).
- **7,7 proc. studentų** (9,1 proc. dirbančių ir 6,4 proc. nedirbančių studentų) yra **vartoję narkotikus, siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis** (žr. 12 pav., 12 lentelę).

**Statistiškai reikšmingai didesnė dalis dirbančių nei nedirbančių studentų vartojo narkotikus:**

- **siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis** (bent kartą gyvenime);

- **siekiant sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti** (*bent kartą per gyvenime, per paskutinius metus, per paskutinį mėnesį*).

**12 pav.** Dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų narkotikų vartojimas dėl su studijomis susijusių motyvų *bent kartą gyvenime* (2020 m., N=1912, proc.)



**12 lentelė.** Narkotikų vartojimas dėl su studijomis susijusių motyvų tarp dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų (2020 m., N=1912, proc.)

		LTP*	LYP**	LMP***	Niekada	Neatsakė
<b>Vartojo narkotikus, siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis</b>	<b>Visi</b>	<b>7,7</b>	<b>4,2</b>	<b>1,9</b>	<b>86,0</b>	<b>6,2</b>
	Dirbantys	9,1	5,1	2,1	85,9	5,1
	Nedirbantys	6,4	3,4	1,7	86,2	7,4
<b>Vartojo narkotikus, siekiant sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti</b>	<b>Visi</b>	<b>13,5</b>	<b>9,2</b>	<b>4,1</b>	<b>80,6</b>	<b>5,8</b>
	Dirbantys	16,2	10,7	5,3	79,6	4,2
	Nedirbantys	10,8	7,5	3,0	81,7	7,4

\* LTP – bent kartą gyvenime, \*\* LYP – bent kartą per paskutinius metus, \*\*\* LMP – bent kartą per paskutinį mėnesį.

Statistiškai reikšmingi skirtumai ( $p < 0,05$ ) tarp dirbančių ir nedirbančių studentų pažymėti melsvos spalvos fonu.

Įvertinus dirbančių ir nedirbančių studentų naujų psichoaktyviųjų medžiagų ir inhaliantų vartojimą dėl su studijomis susijusių motyvų nebuvo rasta statistiškai reikšmingų skirtumų. Tik labai maža dalis studentų yra vartoję naujas psichoaktyvias medžiagas ar inhaliantus šiais tikslais. Siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis, 1,5 proc. studentų yra vartoję naujas psichoaktyvias medžiagas (1,4 proc. dirbančių ir 1,5 proc. nedirbančių studentų) ir 0,8 proc. – inhaliantus (0,7 proc. dirbančių ir 1 proc. nedirbančių studentų). O siekiant sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti, 1,6 proc. studentų yra vartoję naujas psichoaktyvias medžiagas (1,6 proc. dirbančių ir 1,6 proc. nedirbančių studentų) ir 1 proc. – inhaliantus (1,1 proc. dirbančių ir 1 proc. nedirbančių studentų).

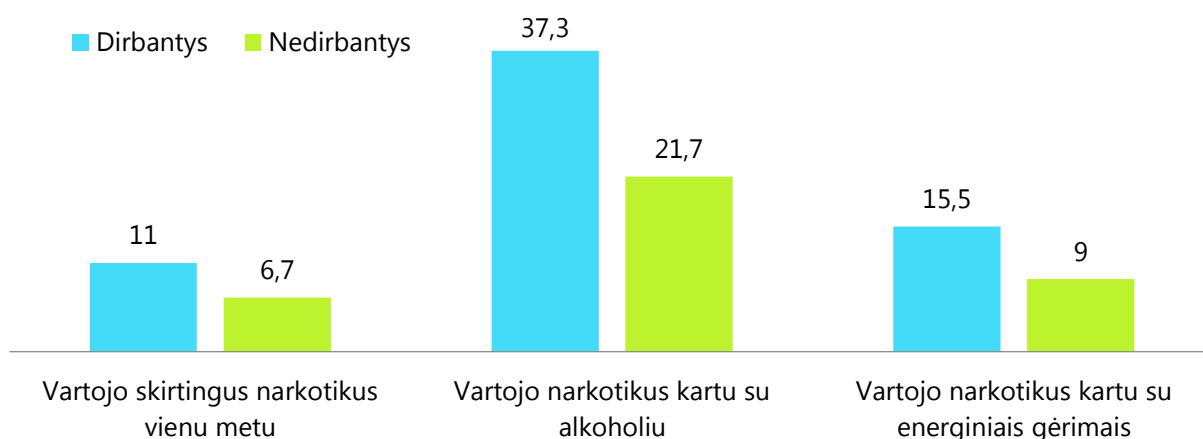
Taip pat buvo vertintas **narkotikų ir kitų psichoaktyviųjų medžiagų maišymas** (vartojimas vienu metu, pvz., vieno vakarėlio metu):

- **11 proc. dirbančių studentų** ir 6,7 proc. nedirbančių studentų **yra bent kartą gyvenime vartoję skirtingus narkotikus vienu metu**;
- **37,3 proc. dirbančių studentų** ir 21,7 proc. nedirbančių studentų **yra vartoję narkotikus kartu su alkoholiu**;
- **15,5 proc. dirbančių studentų** ir 9 proc. nedirbančių studentų **yra vartoję narkotikus kartu su energiniais gėrimais** (žr. 13 lentelę, 13 pav.).

Statistiškai reikšmingai **didesnė dalis dirbančių nei nedirbančių studentų**:

- **vartojo skirtingus narkotikus vienu metu** (*bent kartą per gyvenime, per paskutinius metus*);
- **vartojo narkotikus kartu su alkoholiu** (*bent kartą per gyvenime, per paskutinius metus*);
- **vartojo narkotikus kartu su energiniais gėrimais** (*bent kartą per gyvenime, per paskutinius metus*).

**13 pav.** Psichoaktyviųjų medžiagų maišymas bent kartą gyvenime tarp dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų (2020 m., N=1912, proc.)



**13 lentelė.** Psichoaktyviųjų medžiagų maišymas tarp 18-24 m. studentų (2020 m., N=1912, proc.)

		LTP*	LYP**	LMP***	Niekada	Neatsakė
<b>Vartojo skirtingus narkotikus vienu metu</b> (pvz., kanapes ir metamfetaminą)	<b>Visi</b>	<b>8,9</b>	<b>5,1</b>	<b>1,7</b>	<b>88,1</b>	<b>3,0</b>
	Dirbantys	11,0	6,4	2,0	87,2	1,8
	Nedirbantys	6,7	3,7	1,4	89,0	4,4
<b>Vartojo narkotikus kartu su alkoholiu</b>	<b>Visi</b>	<b>29,6</b>	<b>11,5</b>	<b>4,5</b>	<b>67,5</b>	<b>2,9</b>
	Dirbantys	37,3	13,6	5,2	61,0	1,6
	Nedirbantys	21,7	9,2	3,6	74,2	4,1
<b>Vartojo narkotikus kartu su energiniais gėrimais</b>	<b>Visi</b>	<b>12,3</b>	<b>4,9</b>	<b>1,7</b>	<b>84,8</b>	<b>2,9</b>
	Dirbantys	15,5	6,2	2,0	82,9	1,6
	Nedirbantys	9,0	3,5	1,5	86,7	4,2

\* LTP – bent kartą gyvenime, \*\* LYP – bent kartą per paskutinius metus, \*\*\* LMP – bent kartą per paskutinį mėnesį.

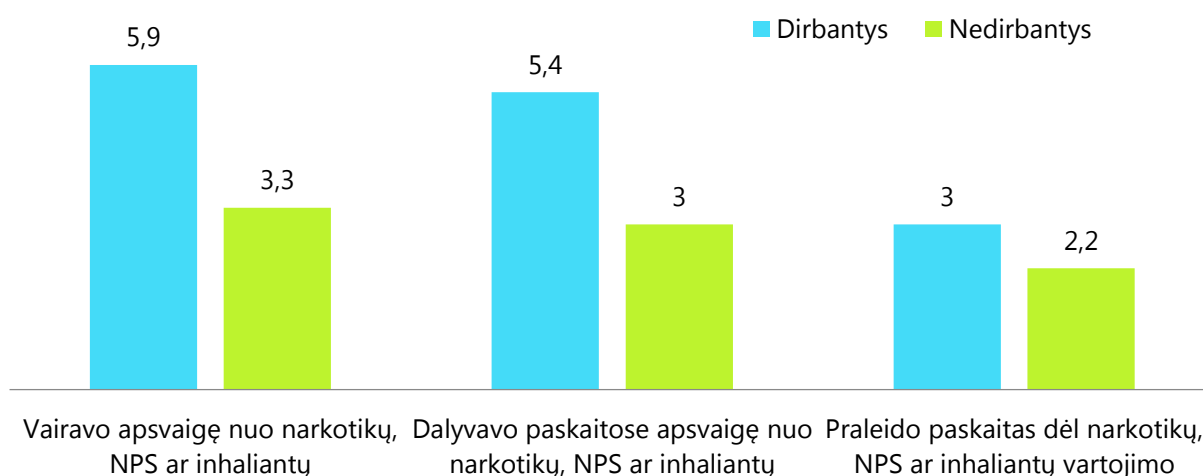
Statistiškai reikšmingi skirtumai ( $p < 0,05$ ) tarp dirbančių ir nedirbančių studentų pažymėti mėsvos spalvos fonu.

Nors **narkotikus, naujas psichoaktyvias medžiagas arba inhaliatus savigydos tikslais yra vartoję 5,5 proc. studentų** (7,3 proc. dirbančių ir 3,6 proc. nedirbančių studentų), tačiau bent kartą per paskutinį mėnesį šias medžiagas savigydos tikslais vartojo mažiau nei 1 proc. studentų, tad šios psichoaktyviosios medžiagos paprastai vartojamos kitais tikslais, o vartojimas savigydos tikslais dažniau yra pavienis, o ne reguliarus ar ilgalaikis (žr. 14 lentelę).

Įvertinus su **narkotikų, naujų psichoaktyviųjų medžiagų ar inhaliatų vartojimu susijusį elgesį** bei galimas problemas, paaiškėjo, kad:

- **4,6 proc. studentų yra vairavę būdami apsvaigę** nuo šių medžiagų (5,9 proc. dirbančių ir 3,3 proc. nedirbančių studentų);
- **4,2 proc. studentų yra dalyvavę paskaitose apsvaigę** nuo minėtų medžiagų (5,4 proc. dirbančių ir 3 proc. nedirbančių studentų);
- **2,6 proc. yra praleidę paskaitas dėl jų vartojimo** (3 proc. dirbančių ir 2,2 proc. nedirbančių studentų) (žr. 14 pav., 14 lentelę).

**14 pav.** Su narkotikų, naujų psichoaktyviųjų medžiagų ar inhaliatų vartojimu susijusio elgesio paplitimas (bent kartą gyvenime) tarp dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų (2020 m., N=1912, proc.)



Statistiškai reikšmingai **didesnė dalis dirbančių nei nedirbančių studentų bent kartą gyvenime:**

- **vartojo narkotikus, naujas psichoaktyvias medžiagas arba inhaliatus savigydos tikslais;**
- **vairavo apsvaigę** nuo narkotikų, naujų psichoaktyviųjų medžiagų ar inhaliatų;
- **dalyvavo paskaitose apsvaigę** nuo narkotikų, naujų psichoaktyviųjų medžiagų ar inhaliatų.

**14 lentelė.** Su narkotikų, naujų psichoaktyviųjų medžiagų ar inhaliantų vartojimu susijusio elgesio paplitimas tarp 18-24 m. studentų (2020 m., N=1912, proc.)

		LTP*	LYP**	LMP***	Niekada	Neatsakė
Vartojo narkotikus, NPS**** arba inhaliantus <b>savigydos tikslais</b>	<b>Visi</b>	<b>5,5</b>	<b>2,5</b>	<b>0,8</b>	<b>91,6</b>	<b>2,9</b>
	Dirbantys	7,3	3,0	1,0	90,8	1,9
	Nedirbantys	3,6	2,0	0,5	92,4	4,0
<b>Vairavo apsvaigę</b> nuo narkotikų, NPS ar inhaliantų	<b>Visi</b>	<b>4,6</b>	<b>1,9</b>	<b>0,6</b>	<b>92,4</b>	<b>3,0</b>
	Dirbantys	5,9	2,1	0,5	92,2	2,0
	Nedirbantys	3,3	1,7	0,7	92,7	4,0
<b>Dalyvavo paskaitose apsvaigę</b> nuo narkotikų, NPS ar inhaliantų	<b>Visi</b>	<b>4,2</b>	<b>1,8</b>	<b>0,6</b>	<b>92,8</b>	<b>3,0</b>
	Dirbantys	5,4	2,1	0,7	92,7	2,0
	Nedirbantys	3,0	1,6	0,4	93,0	4,0
<b>Praleido paskaitas</b> dėl narkotikų, NPS ar inhaliantų vartojimo	<b>Visi</b>	<b>2,6</b>	<b>1,0</b>	<b>0,4</b>	<b>94,4</b>	<b>3,0</b>
	Dirbantys	3,0	1,0	0,4	94,9	2,1
	Nedirbantys	2,2	1,0	0,3	93,7	4,0

\* LTP – bent kartą gyvenime, \*\* LYP – bent kartą per paskutinius metus, \*\*\* LMP – bent kartą per paskutinį mėnesį.

\*\*\*\* NPS – naujos psichoaktyviosios medžiagos.

Statistiškai reikšmingi skirtumai ( $p < 0,05$ ) tarp dirbančių ir nedirbančių studentų pažymėti mėlynos spalvos fonu.

Studentų taip pat klausta, ar **2020 m. pavasarį įvesto karantino dėl COVID-19 metu pasikeitė jų narkotikų, naujų psichoaktyviųjų medžiagų arba inhaliantų vartojimo įpročiai. 10,9 proc.** 18-24 m. studentų, nurodė, kad jų **įpročiai pasikeitė** (žr. 15 lentelę):

- 3,5 proc. vartojo dažniau, daugiau (3,8 proc. dirbančių ir 3,2 proc. nedirbančių studentų);
- 3,8 proc. vartojo rečiau, mažiau (5,2 proc. dirbančių ir 2,3 proc. nedirbančių studentų);
- 3,6 proc. metė vartoti (3,4 proc. dirbančių ir 3,8 proc. nedirbančių studentų).

**Studentų, nurodžiusių, kad karantino metu jų narkotikų, naujų psichoaktyviųjų medžiagų arba inhaliantų vartojimas sumažėjo (arba jie metė vartoti), buvo dvigubai daugiau nei šias psichoaktyvias medžiagas vartojusių dažniau, daugiau.**

**15 lentelė.** 18-24 m. studentų narkotikų, naujų psichoaktyviųjų medžiagų arba inhaliantų vartojimo įpročių pokyčiai karantino dėl COVID-19 metu (2020 m., N=1912, proc.)

	Visi	Dirbantys	Nedirbantys
<b>Nepasikeitė</b>	<b>28,9</b>	35,8	21,9
<b>Vartojo dažniau, daugiau</b>	<b>3,5</b>	3,8	3,2
<b>Vartojo rečiau, mažiau</b>	<b>3,8</b>	5,2	2,3
<b>Metė vartoti</b>	<b>3,6</b>	3,4	3,8
<b>Kita</b>	<b>7,1</b>	7,1	7,0
<b>Neatsakė / nevartoja</b>	<b>53,1</b>	44,7	61,8



Įvertinus dirbančių studentų, kurie bent kartą per paskutinius metus vartojo narkotikus, gerovę (kuri plačiau analizuojama 8 skyriuje), paaiškėjo, kad statistiškai reikšmingai **didesnė dalis dirbančių ir bent kartą per paskutinius metus vartojusių narkotikus, nei jų nevartojusių dirbančių studentų sutiko, kad:**

- dažnai jaučiasi vieniši;
- yra galvoję apie savižudybę;
- karantino dėl COVID-19 metu jų savijauta suprastėjo;
- yra aštrių pojūčių mėgėjai;
- žino, kaip reikėtų elgtis, jei draugas perdozuotų psichoaktyviųjų medžiagų (žr. 16 lentelę).

Be to, statistiškai reikšmingai **mažesnė dalis dirbančių ir bent kartą per paskutinius metus vartojusių narkotikus, nei jų nevartojusių dirbančių studentų sutiko, kad:**

- yra patenkinti gyvenimu;
- šeima juos supranta, palaiko.

O įvertinus nedirbančių studentų, kurie bent kartą per paskutinius metus vartojo narkotikus, gerovę, pastebėta, kad vartojusieji narkotikus taip pat prasčiau vertino savo gerovę (žr. 16 lentelę). Statistiškai reikšmingai **didesnė** dalis nedirbančių ir bent kartą per paskutinius metus vartojusių narkotikus, nei jų nevartojusių nedirbančių studentų sutiko, kad:

- dažnai sunku užmigti arba prastai miega;
- dažnai sunku susikaupti;
- dažnai nenori nieko veikti, jaučia apatiją;
- dažnai jaučia nervinę įtampą, susirūpinimą;
- yra galvoję apie savižudybę;
- karantino dėl COVID-19 metu jų savijauta suprastėjo;
- yra aštrių pojūčių mėgėjai;
- žino, kaip reikėtų elgtis, jei draugas perdozuotų psichoaktyviųjų medžiagų.

Taip pat, statistiškai reikšmingai **mažesnė** dalis nedirbančių ir bent kartą per paskutinius metus vartojusių narkotikus, nei jų nevartojusių nedirbančių studentų sutiko, kad:

- propaguoja sveiką gyvenseną;
- šeima juos supranta, palaiko.

**16 lentelė.** Dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų, kurie sutiko (visiškai sutiko ar labiau sutiko) su teiginiais, pasiskirstymas pagal narkotikų vartojimą bent kartą per paskutinius metus (2020 m., proc.)

<b>Teiginiai</b>	<b>Dirbantys</b>		<b>Nedirbantys</b>	
	<b>Vartojo N=309</b>	<b>Nevartojo N=637</b>	<b>Vartojo N=184</b>	<b>Nevartojo N=713</b>
Propaguoju sveiką gyvenimą	51,5	58,1	46,2	59,6
Esu patenkintas (-a) savo fizine sveikata	49,5	51,6	39,7	44,7
Esu patenkintas (-a) gyvenimu	61,2	67,8	54,3	59,6
Mano šeima mane supranta, palaiko	66,3	79,3	62,5	74,9
Draugai mane supranta, palaiko	77,0	82,4	80,4	77,3
Esu aštrių pojūčių mėgėjas (-a)	44,7	30,6	38,6	18,8
Man dažnai sunku užmigti arba prastai miegu	33,0	30,1	40,8	30,9
Man dažnai sunku susikaupti	39,2	33,8	45,7	36,0
Dažnai nenoriu nieko veikti, jaučiu apatiją	31,7	29,0	48,9	36,6
Dažnai jaučiuosi liūdnas (-a), prislėgtas (-a)	29,1	25,9	38,6	32,3
Dažnai būnu irzlus (-i), blogos nuotaikos	22,3	21,4	28,8	23,8
Dažnai jaučiu nervinę įtampą, susirūpinimą	43,7	41,3	55,4	43,8
Dažnai patiriu panikos atakas	13,9	13,3	16,3	13,5
Dažnai jaučiuosi vienišas (-a)	28,5	21,5	38,0	30,4
Esu galvojęs (-usi) apie savižudybę	38,2	22,8	40,8	28,8
Karantino dėl COVID-19 metu mano savijauta suprastėjo	26,9	20,4	32,6	24,1
Žinau, kur kreiptis pagalbos iškilus sunkumams	66,0	71,0	70,7	72,1
Žinau, kaip reikėtų elgtis, jei draugas perdozuotų psichoaktyviųjų medžiagų	57,3	42,7	51,1	36,6

Statistiškai reikšmingi skirtumai ( $p < 0,05$ ) tarp vartojusių ir nevartojusių dirbančių studentų pažymėti mėlsvos spalvos fonu, o tarp nedirbančių studentų – žalsvos spalvos fonu.

## 6. Kofeino, receptinių vaistų vartojimas dėl su studijomis susijusių motyvų

Nors anketoje nebuvo bendrų klausimų apie receptinių vaistų vartojimą ir kofeino vartojimą, bet šios medžiagos buvo išskirtos dvejuose anketos klausimuose apie psichoaktyviųjų medžiagų vartojimą dėl su studijomis susijusių motyvų:

- kofeino, receptinių vaistų vartojimas siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis;
- receptinių vaistų vartojimas siekiant sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti.

---

### 6.1 Kofeino vartojimas, siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis

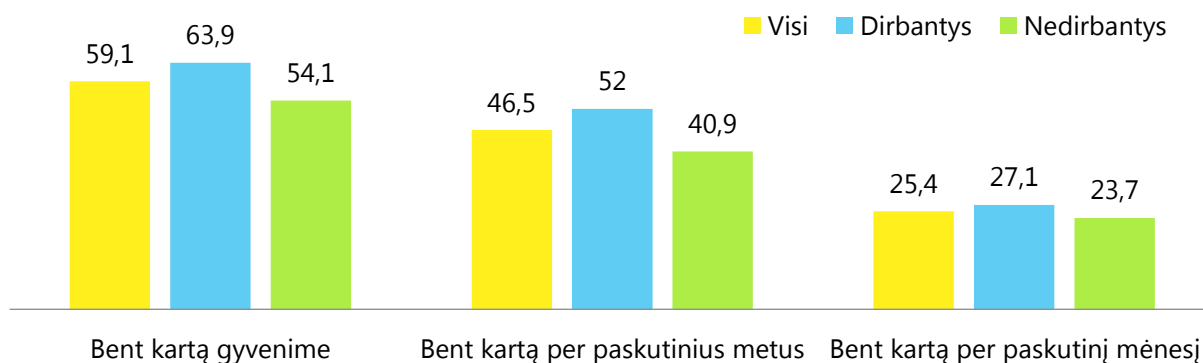
**Siekdami pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis:**

- **Daugiau nei pusė studentų yra vartoję energinius gėrimus** (63,9 proc. dirbančių ir 54,1 proc. nedirbančių studentų). 27,1 proc. dirbančių studentų ir 23,7 proc. nedirbančių studentų bent kartą per paskutinį mėnesį vartojo energinius gėrimus šiuo tikslu (žr. 15 pav.).
- **Daugiau nei pusė studentų yra vartoję kitus kofeino turinčius produktus** (65,8 proc. dirbančių ir 55,4 proc. nedirbančių studentų). 36,7 proc. dirbančių studentų ir 32,1 proc. nedirbančių studentų bent kartą per paskutinį mėnesį vartojo kitus kofeino turinčius produktus šiuo tikslu (žr. 16 pav.).

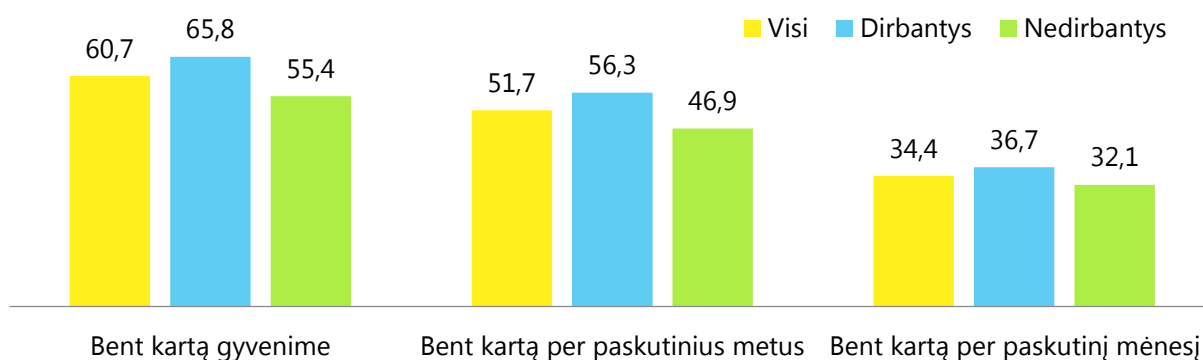
Statistiškai reikšmingai **didesnė dalis dirbančių nei nedirbančių studentų siekdami pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis vartojo:**

- **energinis gėrimus** (*bent kartą gyvenime, per paskutinius metus*);
- **kitus kofeino turinčius produktus** (*bent kartą gyvenime, per paskutinius metus*) (žr. pav. lentelę).

**15 pav.** Energinųjų gėrimų vartojimas, siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis, tarp dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų (2020 m., N=1912, proc.)



**16 pav.** Kitų kofeino turinčių produktų vartojimas, siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis, tarp dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų (2020 m., N=1912, proc.)



Statistiškai reikšmingai **didesnė dalis dirbančių studentų, kurie bent kartą per paskutinį mėnesį vartojo energinius gėrimus** (siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis), **nei energinių gėrimų nevartojusių dirbančių studentų, prasčiau įvertino savo fizinę sveikatą ir beveik visus vertintus psichinės sveikatos rodiklius** (žr. 17 lentelę).

Tarp nedirbančių studentų, statistiškai reikšmingų skirtumų buvo rasta mažiau. Nedirbantys studentai, kurie bent kartą per paskutinį mėnesį vartojo energinius gėrimus (siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis), prasčiau įvertino savo fizinę sveikatą ir dalį pateiktų psichinės sveikatos rodiklių, nei nevartojusieji energinių gėrimų per tą patį laikotarpį (žr. 17 lentelę).

**17 lentelė.** Dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų, kurie sutiko (visiškai sutiko ar labiau sutiko) su teiginiais, pasiskirstymas pagal energinių gėrimų vartojimą, siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis, bent kartą per paskutinį mėnesį (2020 m., proc.)

Teiginiai	Dirbantys		Nedirbantys	
	Vartotojo N=263	Nevartotojo N=666	Vartotojo N=223	Nevartotojo N=656
Propaguoju sveiką gyvenseną	50,2	58,9	47,1	59,6
Esu patenkintas (-a) savo fizine sveikata	45,2	53,2	34,5	45,9
Esu patenkintas (-a) gyvenimu	57,8	68,9	53,4	60,2
Mano šeima mane supranta, palaiko	68,1	77,3	64,6	74,8
Draugai mane supranta, palaiko	75,3	83,0	80,3	77,0
Esu aštrių pojūčių mėgėjas (-a)	44,9	31,7	26,9	21,5
Man dažnai sunku užmigti arba prastai miegu	39,9	27,5	43,0	29,3
Man dažnai sunku susikaupti	42,2	32,0	48,0	35,4
Dažnai nenoriu nieko veikti, jaučiu apatiją	33,8	28,7	47,1	36,7
Dažnai jaučiuosi liūdnas (-a), prislėgtas (-a)	35,0	23,6	38,1	32,0
Dažnai būnu irzlus (-i), blogos nuotaikos	28,5	19,1	29,1	23,3
Dažnai jaučiu nervinę įtampą, susirūpinimą	50,2	39,2	52,9	44,2
Dažnai patiriu panikos atakas	19,8	11,6	23,3	11,3
Dažnai jaučiuosi vienišas (-a)	33,5	19,5	32,7	31,9
Esu galvojęs (-usi) apie savižudybę	37,6	24,3	41,3	28,2
Karantino dėl COVID-19 metu mano savijauta suprastėjo	29,7	20,3	30,9	24,4
Žinau, kur kreiptis pagalbos iškilus sunkumams	65,4	71,0	72,2	72,4
Žinau, kaip reikėtų elgtis, jei draugas perdozuotų psichoaktyviųjų medžiagų	53,2	44,9	46,6	37,5

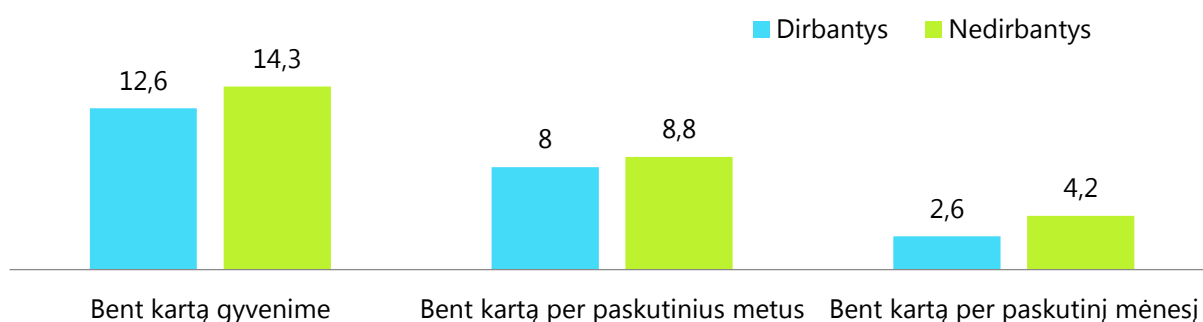
Statistiškai reikšmingi skirtumai ( $p < 0,05$ ) tarp vartojusių ir nevartojusių dirbančių studentų pažymėti mėlynos spalvos fonu, o tarp nedirbančių studentų – žalsvos spalvos fonu.

## 6.2 Receptinių vaistų vartojimas dėl su studijomis susijusių motyvų

**Siekdami pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis receptinius vaistus bent kartą gyvenime vartojo 13,4 proc. studentų** (12,6 proc. dirbančių ir 14,3 proc. nedirbančių studentų), bent kartą per paskutinius metus – 8,4 proc. studentų (8 proc. dirbančių ir 8,8 proc. nedirbančių studentų), o bent kartą per paskutinį mėnesį – 3,4 proc. studentų (2,6 proc. dirbančių ir 4,2 proc. nedirbančių studentų) (žr. 17 pav., 18 lentelę).

Statistiškai reikšmingai **mažesnė dalis dirbančių nei nedirbančių studentų** bent kartą per paskutinį mėnesį **vartojo receptinius vaistus siekdami pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis.**

**17 pav.** Receptinių vaistų vartojimas, siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis, tarp dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų (2020 m., N=1912, proc.)



Dar didesnė dalis (**19,7 proc.**) studentų yra vartoję receptinius vaistus, siekdami sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti (18,9 proc. dirbančių ir 20,5 proc. nedirbančių studentų). Nebuvo rasta statistiškai reikšmingų skirtumų tarp dirbančių ir nedirbančių studentų receptinių vaistų vartojimo siekiant sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti.

**18 lentelė.** Receptinių vaistų vartojimas dėl su studijomis susijusių motyvų tarp dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų (2020 m., N=1912, proc.)

		LTP*	LYP**	LMP***	Niekada	Neatsakė
<b>Vartojo receptinius vaistus, siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis</b>	<b>Visi</b>	<b>13,4</b>	<b>8,4</b>	<b>3,4</b>	<b>79,7</b>	<b>6,9</b>
	Dirbantys	12,6	8,0	2,6	81,5	5,9
	Nedirbantys	14,3	8,8	4,2	77,7	8,0
<b>Vartojo receptinius vaistus, siekiant sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti</b>	<b>Visi</b>	<b>19,7</b>	<b>13,5</b>	<b>5,6</b>	<b>74,6</b>	<b>5,7</b>
	Dirbantys	18,9	13,2	5,2	77,1	4,0
	Nedirbantys	20,5	13,8	6,2	72,1	7,4

\* LTP – bent kartą gyvenime, \*\* LYP – bent kartą per paskutinius metus, \*\*\* LMP – bent kartą per paskutinį mėnesį.

Statistiškai reikšmingi skirtumai ( $p < 0,05$ ) tarp dirbančių ir nedirbančių studentų pažymėti mėlsvos spalvos fonu.

**Dirbantys studentai, kurie bent kartą per paskutinius metus vartojo receptinius vaistus, siekdami sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti, nei nevartojusieji vaistų šiuo tikslu, prasčiau įvertino savo fizinę sveikatą ir visus vertintus psichinės sveikatos rodiklius nei tie dirbantys studentai, kurie nėra vartoję receptinių vaistų šiuo tikslu (žr. 19 lentelę). Ženkliai didesnė šių studentų dalis nėra patenkinti gyvenimu, mano, kad šeima ir draugai jų nepalaiko, prastai miega, nerimauja, jaučiasi liūdni ir vieniši, yra galvoję apie savižudybę, be to, rečiau žinojo, kur galėtų kreiptis pagalbos iškilus sunkumams.**

Panaši situacija ir tarp nedirbančių studentų, kurie bent kartą per paskutinius metus vartojo receptinius vaistus šiuo tikslu. Nors ir ne visus, bet daugumą savo psichinės ir fizinės sveikatos rodiklių jie įvertino prasčiau nei nevartojusieji receptinių vaistų nedirbantys studentai (žr. 19 lentelę). Statistiškai reikšmingo skirtumo nebuvo tarp jaučiamo šeimos ir draugų supratimo, palaikymo.

**19 lentelė.** Dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų, kurie sutiko (visiškai sutiko ar labiau sutiko) su teiginiais, pasiskirstymas pagal receptinių vaistų vartojimą, siekiant sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti, bent kartą per paskutinius metus (2020 m., proc.)

<i>Teiginiai</i>	<b>Dirbantys</b>		<b>Nedirbantys</b>	
	<b>Vartojo N=128</b>	<b>Nevartojo N=803</b>	<b>Vartojo N=130</b>	<b>Nevartojo N=742</b>
Propaguoju sveiką gyvenseną	47,7	57,5	45,4	58,4
Esu patenkintas (-a) savo fizine sveikata	40,6	52,8	25,4	46,0
Esu patenkintas (-a) gyvenimu	49,2	68,9	34,6	62,4
Mano šeima mane supranta, palaiko	61,7	77,0	64,6	73,3
Draugai mane supranta, palaiko	69,5	82,9	73,1	78,4
Esu aštrių pojūčių mėgėjas (-a)	45,3	33,4	25,4	22,6
Man dažnai sunku užmigti arba prastai miegu	53,1	27,5	66,9	27,2
Man dažnai sunku susikaupti	52,3	32,3	63,8	34,4
Dažnai nenoriu nieko veikti, jaučiu apatiją	46,1	27,4	68,5	34,1
Dažnai jaučiuosi liūdnas (-a), prislėgtas (-a)	49,2	23,3	66,2	27,8
Dažnai būnu irzlus (-i), blogos nuotaikos	44,5	18,2	51,5	19,9
Dažnai jaučiu nervinę įtampą, susirūpinimą	71,1	37,5	78,5	40,7
Dažnai patiriu panikos atakas	35,9	10,1	43,1	9,0
Dažnai jaučiuosi vienišas (-a)	42,2	20,5	54,6	28,2
Esu galvojęs (-usi) apie savižudybę	54,7	23,7	60,8	26,5
Karantino dėl COVID-19 metu mano savijauta suprastėjo	40,6	19,4	42,3	22,9
Žinau, kur kreiptis pagalbos iškilus sunkumams	62,5	71,2	70,0	72,5
Žinau, kaip reikėtų elgtis, jei draugas perdozuotų psichoaktyviųjų medžiagų	56,3	46,2	37,7	40,4

Statistiškai reikšmingi skirtumai ( $p < 0,05$ ) tarp vartojusių ir nevartojusių dirbančių studentų pažymėti mėlynos spalvos fonu, o tarp nedirbančių studentų – žalsvos spalvos fonu.

Panaši situacija ir lyginant studentų, kurie bent kartą per paskutinius metus vartojo receptinius vaistus, siekdami pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis, ir tų, kurie nėra vartoję receptinių vaistų šiuo tikslu, psichinės sveikatos rodiklius (tiek tarp dirbančių, tiek tarp nedirbančių studentų). Rezultatai pateikti 20 lentelėje.

**Ženkliai didesnė dalis dirbančių studentų, kurie bent kartą per paskutinius metus vartojo receptinius vaistus, siekdami pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis, prasčiau vertino visus psichinės sveikatos ir savijautos rodiklius** nei tie dirbantys studentai, kurie nėra vartoję receptinių vaistų šiuo tikslu. Kita vertus, **panaši dalis šių studentų buvo patenkinti savo fizine sveikata** (skirtumas nebuvo statistiškai reikšmingas).

O tarp nedirbančių studentų, statistiškai reikšmingai didesnė dalis vartojusių receptinius vaistus, siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis, nei jų nevartojusių nedirbančių studentų prasčiau vertino savo fizinę ir psichinę sveikatą, išskyrus jaučiamą šeimos ir draugų supratimą, palaikymą.

Priešingai nei kitų psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo atveju, nerasta statistiškai reikšmingo skirtumo tarp dalies studentų, kurie yra ir nėra vartoję receptinių vaistų šiuo tikslu, žinojimo kaip reikėtų elgtis, jei draugas perdozuotų psichoaktyviųjų medžiagų, tiek tarp dirbančių, tiek tarp nedirbančių studentų.

**20 lentelė.** Dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų, kurie sutiko (visiškai sutiko ar labiau sutiko) su teiginiais, pasiskirstymas pagal receptinių vaistų vartojimą, siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis, bent kartą per paskutinius metus (2020 m., proc.)

<b>Teiginiai</b>	<b>Dirbantys</b>		<b>Nedirbantys</b>	
	<b>Vartojo N=78</b>	<b>Nevartojo N=835</b>	<b>Vartojo N=83</b>	<b>Nevartojo N=784</b>
<b>Propaguoju sveiką gyvenimą</b>	43,6	57,4	45,8	57,9
<b>Esu patenkintas (-a) savo fizine sveikata</b>	42,3	51,7	24,1	45,0
<b>Esu patenkintas (-a) gyvenimu</b>	39,7	68,1	39,8	60,6
<b>Mano šeima mane supranta, palaiko</b>	57,7	76,3	66,3	73,2
<b>Draugai mane supranta, palaiko</b>	69,2	82,0	78,3	77,9
<b>Esu aštrių pojūčių mėgėjas (-a)</b>	43,6	34,9	27,7	22,2
<b>Man dažnai sunku užmigti arba prastai miegu</b>	61,5	28,4	63,9	29,5
<b>Man dažnai sunku susikaupti</b>	53,8	33,4	57,8	36,6
<b>Dažnai nenoriu nieko veikti, jaučiu apatiją</b>	42,3	29,2	62,7	36,7
<b>Dažnai jaučiuosi liūdnas (-a), prislėgtas (-a)</b>	43,6	25,3	60,2	30,7
<b>Dažnai būnu irzlus (-i), blogos nuotaikos</b>	42,3	20,1	45,8	22,3
<b>Dažnai jaučiu nervinę įtampą, susirūpinimą</b>	64,1	40,6	67,5	44,4
<b>Dažnai patiriu panikos atakas</b>	32,1	12,5	38,6	11,5
<b>Dažnai jaučiuosi vienišas (-a)</b>	37,2	22,4	50,6	30,1



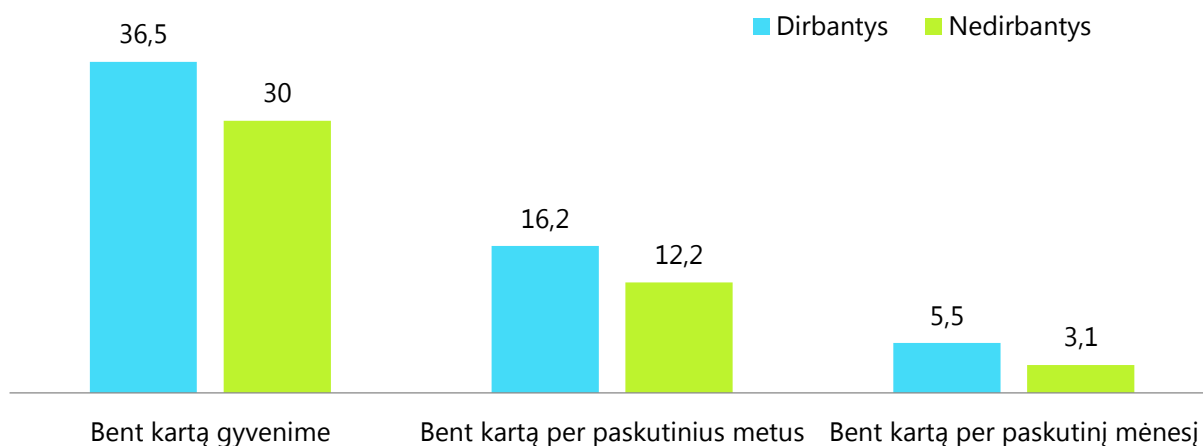
<b>Esu galvojęs (-usi) apie savižudybę</b>	50,0	26,2	55,4	28,7
<b>Karantino dėl COVID-19 metu mano savijauta suprastėjo</b>	34,6	21,8	48,2	23,0
<b>Žinau, kur kreiptis pagalbos iškilus sunkumams</b>	67,9	69,8	72,3	72,4
<b>Žinau, kaip reikėtų elgtis, jei draugas perdozuotų psichoaktyviųjų medžiagų</b>	57,7	46,3	38,6	40,1

*Statistiškai reikšmingi skirtumai ( $p < 0,05$ ) tarp vartojusių ir nevartojusių dirbančių studentų pažymėti mėlynos spalvos fonu, o tarp nedirbančių studentų – žalsvos spalvos fonu.*

## 7. Lošimas iš pinigų

**Trečdalis (33,3 proc.) 18-24 m. studentų nurodė bent kartą gyvenime lošę iš pinigų** (36,5 proc. dirbančių ir 30 proc. nedirbančių studentų), bent kartą per paskutinius metus – 14,2 proc., o bent kartą per paskutinį mėnesį – 4,3 proc. (žr. 18 pav.). Statistiškai reikšmingai **didesnė dalis dirbančių nei nedirbančių studentų lošė iš pinigų** visais vertintais laiko periodais.

**18 pav.** Lošimas iš pinigų tarp dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų (2020 m., N=1912, proc.)



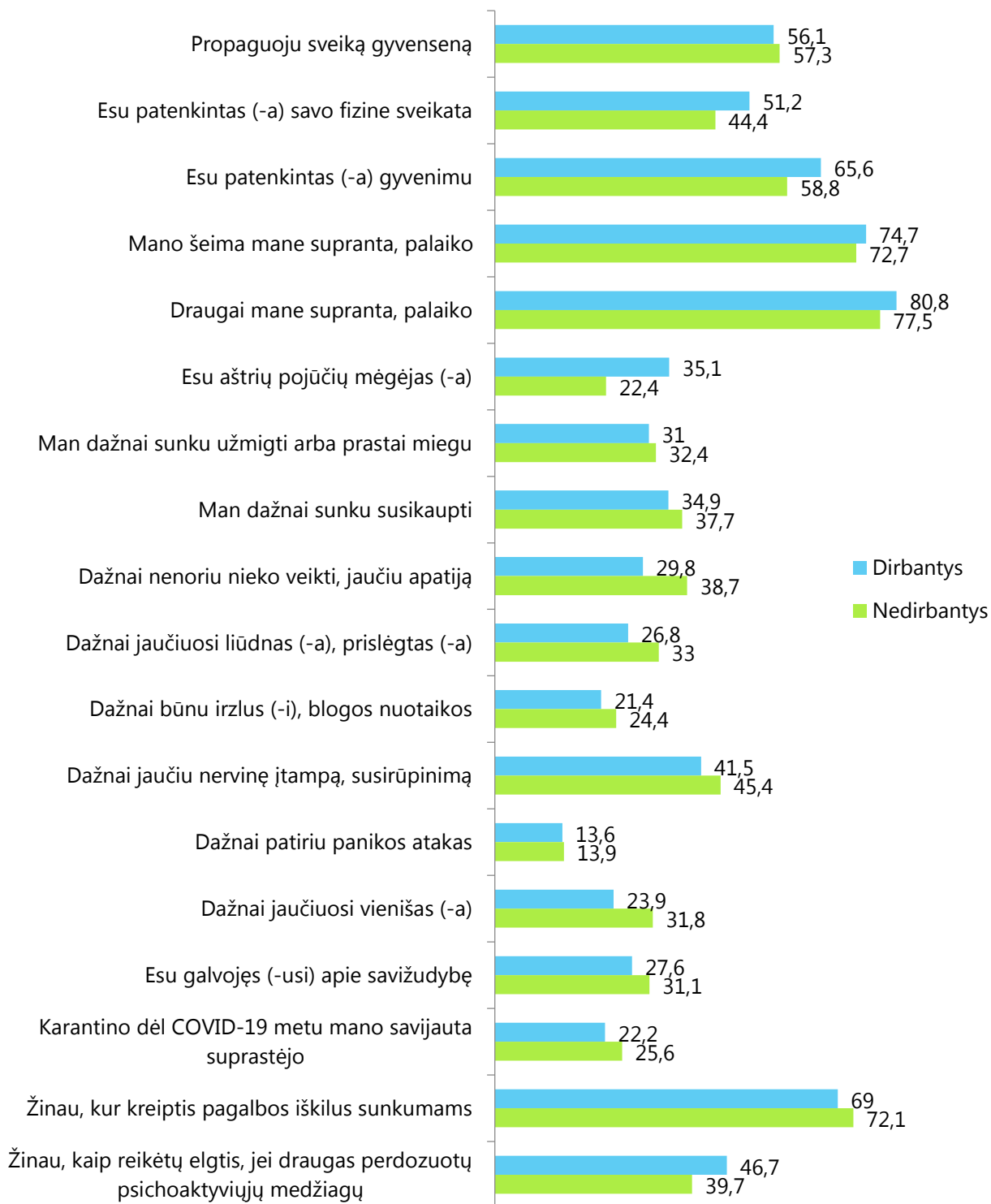
Studentai, kurie yra lošę iš pinigų, statistiškai reikšmingai dažniau nurodė, kad yra aštrių pojūčių mėgėjai. Tarp dirbančių studentų, 43 proc. lošusių iš pinigų ir 30,2 proc. nelošusių sutiko, kad yra aštrių pojūčių mėgėjai. Tarp nedirbančių studentų, 30,7 proc. lošusių ir 18,8 proc. nelošusių pritarė esantys aštrių pojūčių mėgėjai.

Priešingai nei psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo atveju, **tarp dirbančių studentų**, statistiškai reikšmingai **mažesnė dalis lošusių nei nelošusių studentų nurodė, kad dažnai jaučia nervinę įtampą, susirūpinimą** (35,3 proc. lošusių ir 45,1 proc. nelošusių) ar **dažnai patiria panikos atakas** (9,9 proc. lošusių ir 15,7 proc. nelošusių). O tarp nedirbančių studentų, šie skirtumai nebuvo statistiškai reikšmingi.

## 8. Studentų psichikos sveikata ir gerovė

Studentų prašyta nurodyti, kiek jie sutinka su teiginiais apie jų sveikatą, savijautą ir gerovę. Dirbantys ir nedirbantys studentai dalį rodiklių įvertino skirtingai (žr. 19pav.).

**19 pav.** Dirbančių ir nedirbančių 18-24 m. studentų, kurie sutiko (visiškai sutiko ar labiau sutiko) su teiginiais, pasiskirstymas (2020 m., N=1912, proc.)



Statistiškai reikšmingai **didesnė dalis dirbančių** nei nedirbančių **studentų sutiko, kad:**

- **yra patenkinti savo fizine sveikata;**
- **yra patenkinti gyvenimu;**
- **yra aštrių pojūčių mėgėjai;**
- **žino, kaip reikėtų elgtis, jei draugas perdozuotų psichoaktyviųjų medžiagų.**

Statistiškai reikšmingai **mažesnė dalis dirbančių** nei nedirbančių **studentų sutiko, kad:**

- **dažnai nenori nieko veikti, jaučia apatiją;**
- **dažnai jaučiasi liūdni, prislėgti;**
- **dažnai jaučiasi vieniši.**

Tad **dirbantys studentai dažniau buvo patenkinti gyvenimu, savo fizine sveikata ir rečiau jaučiasi vieniši, liūdni, prislėgti, rečiau nenori nieko veikti ar jaučia apatiją nei nedirbantys studentai.**

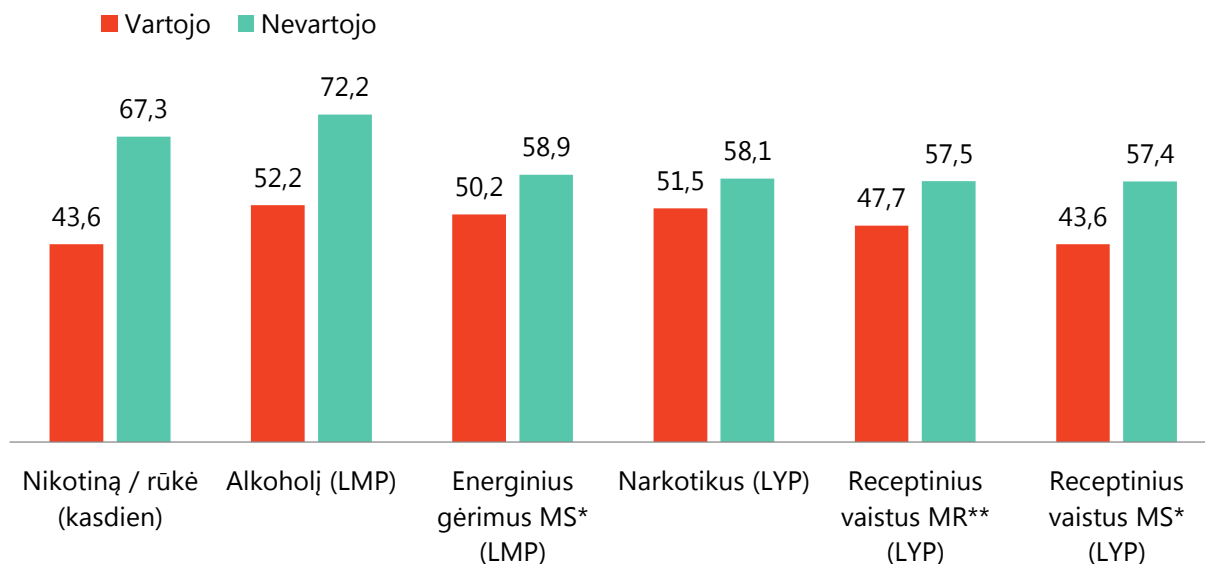
Nors tarp dirbančių studentų psichoaktyviųjų medžiagų vartojimas buvo labiau paplitęs, o dalis sveikatos ir gerovės rodiklių buvo įvertinti palankiau nei nedirbančių studentų, vis dėlto, lyginant psichoaktyviųjų medžiagų vartojimą atskirai tarp dirbančių ir nedirbančių studentų (rezultatai pateikti 3-6 skyriuose), kurie vartojo ir nevartojo atitinkamų psichoaktyviųjų medžiagų, **nevartojusiai psichoaktyviųjų medžiagų savo psichinę sveikatą ir gerovę vertino geriau nei vartojantys** psichoaktyvias medžiagas **studentai** (tiek dirbantys, tiek nedirbantys).

Gera sveikata (tiek fizinė, tiek psichologinė) yra svarbi ne tik studijoms, bet ir darbui. **Studentų, kurie dirba ir nevartoja psichoaktyviųjų medžiagų, fizinės ir psichinės sveikatos rodikliai buvo geresni** nei nedirbančių ar psichoaktyvias medžiagas vartojančių studentų. 20-28 pav. pavaizduoti dirbančių studentų, kurie vartojo ar nevartojo skirtingas psichoaktyvias medžiagas savo fizinės ir psichinės sveikatos vertinimai.

Apibendrinant ankstesniuose skyriuose pateiktus duomenis galime teigti, kad statistiškai reikšmingai **didesnė dalis dirbančių studentų, kurie nerūkė / nevartojo nikotino, alkoholio, energinių gėrimų ir receptinių vaistų** (dėl su studijomis susijusių motyvų), nurodė, kad **propaguoja sveiką gyvenimą ir yra patenkinti savo fizine sveikata** (žr. 20 ir 21 pav.).

**20 pav.** Dirbančių ir skirtingas psichoaktyvias medžiagas vartojusių ir nevartojusių 18-24 m. studentų, kurie sutiko (visiškai sutiko ar labiau sutiko), kad propaguoja sveiką gyvenimą, pasiskirstymas (2020 m., N=913–948, proc.)

### Propaguoja sveiką gyvenimą (proc.)

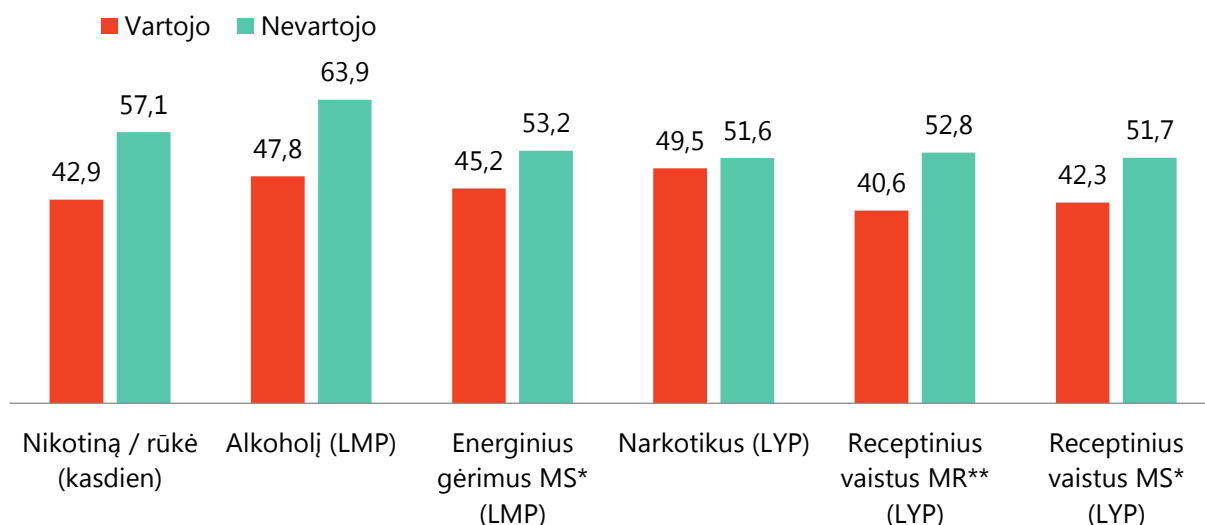


\* MS – vartojo siekiant sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti.

\*\* MR – vartojo siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis.

**21 pav.** Dirbančių ir skirtingas psichoaktyvias medžiagas vartojusių ir nevartojusių 18-24 m. studentų, kurie sutiko (visiškai sutiko ar labiau sutiko), kad yra patenkinti savo fizine sveikata, pasiskirstymas (2020 m., N=913–948, proc.)

### Patenkinti savo fizine sveikata (proc.)

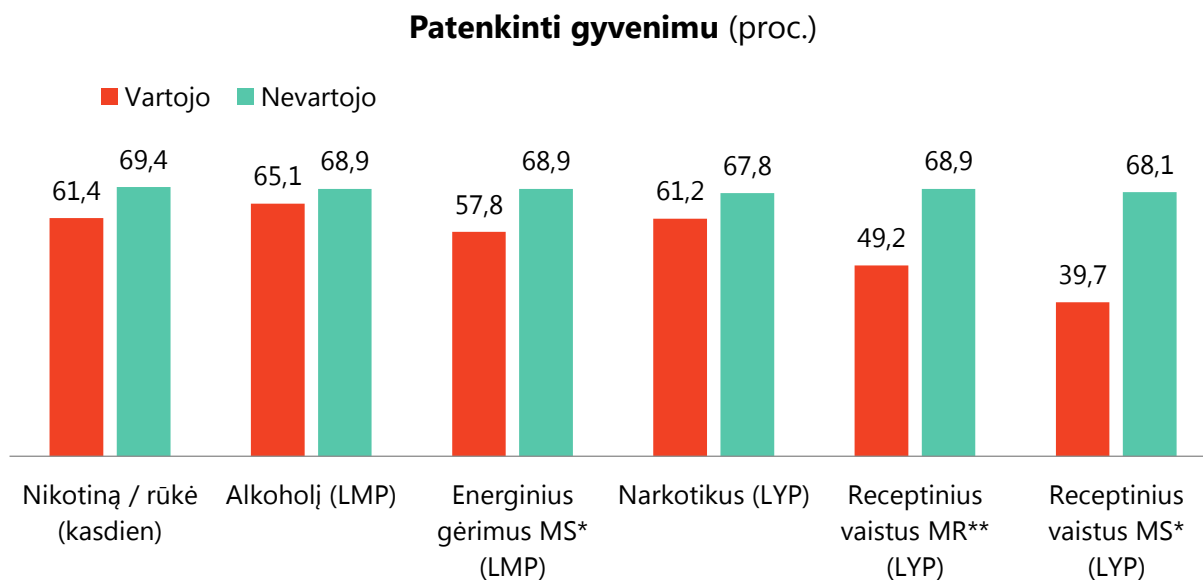


\* MS – vartojo siekiant sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti.

\*\* MR – vartojo siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis.

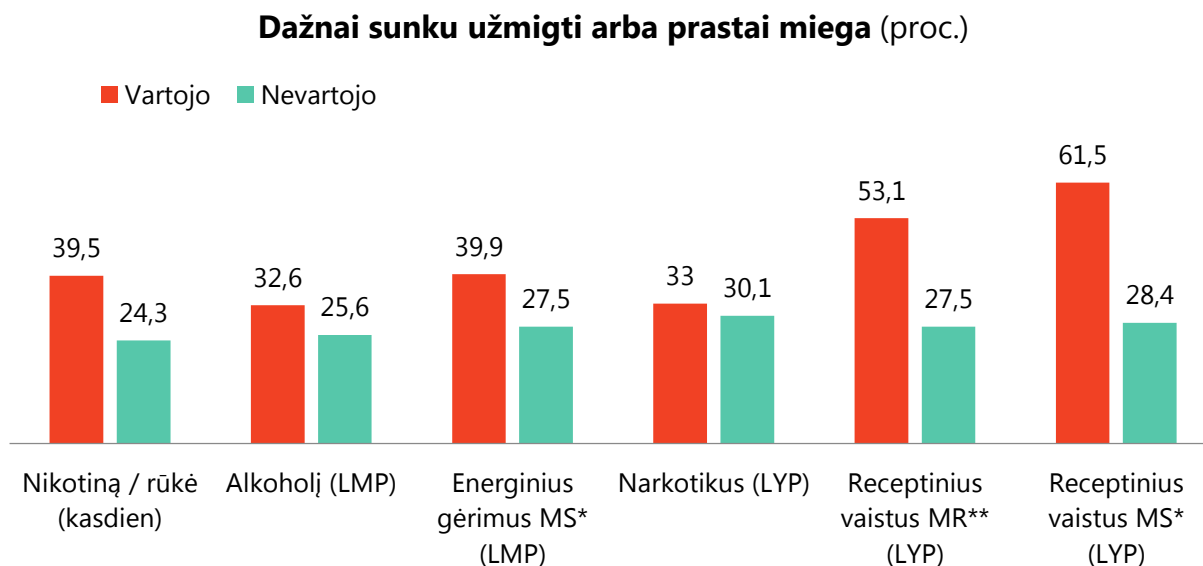
Statistiškai reikšmingai **didesnė dalis dirbančių studentų, kurie nerūkė / nevartojo nikotino, narkotikų, energinių gėrimų ir receptinių vaistų** (dėl su studijomis susijusių motyvų), nurodė, kad **yra patenkinti savo gyvenimu** (žr. 22 pav.).

**22 pav.** Dirbančių ir skirtingas psichoaktyvias medžiagas vartojusių ir nevartojusių 18-24 m. studentų, kurie sutiko (visiškai sutiko ar labiau sutiko), kad yra patenkinti gyvenimu, pasiskirstymas (2020 m., N=913–948, proc.)



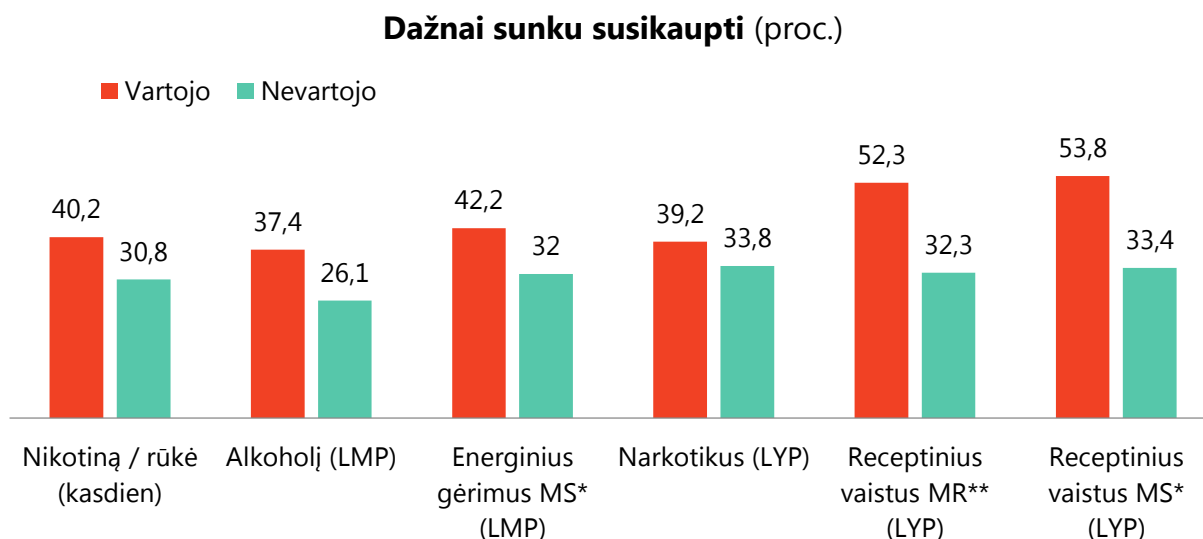
Prastas miegas gali neigiamai atsiliiepti studijų ir darbo rezultatams. Deja, statistiškai reikšmingai **didesnė dalis dirbančių studentų, kurie rūko / vartoja nikotiną, energinius gėrimus ir receptinius vaistus** (dėl su studijomis susijusių motyvų), nurodė, kad jiems **dažnai sunku užmigti arba prastai miega** (žr. 23 pav.).

**23 pav.** Dirbančių ir skirtingas psichoaktyvias medžiagas vartojusių ir nevartojusių 18-24 m. studentų, kurie sutiko (visiškai sutiko ar labiau sutiko), kad jiems dažnai sunku užmigti arba prastai miega, pasiskirstymas (2020 m., N=913–948, proc.)



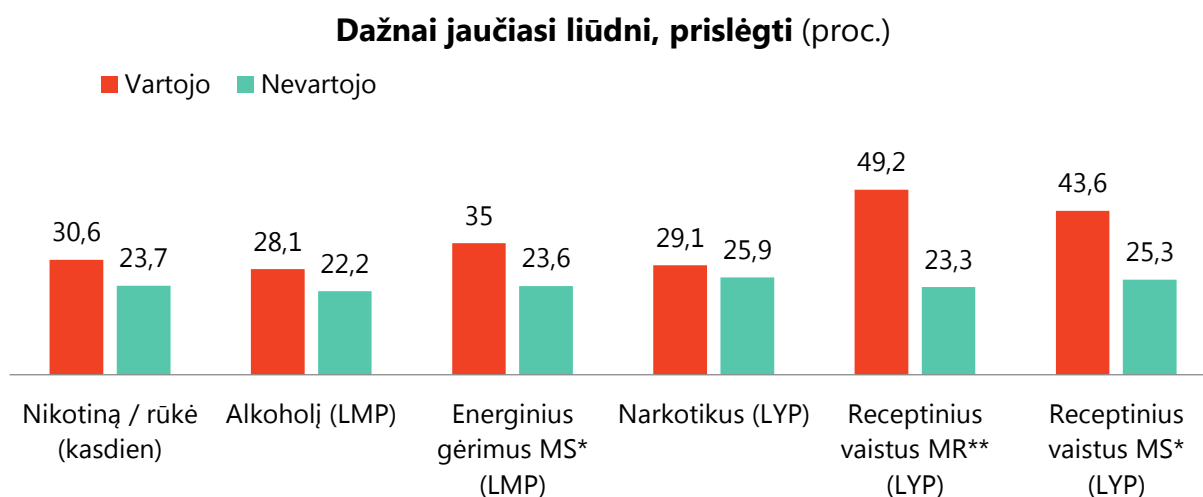
Siekiant tinkamai atlikti užduotis ir išmokti reikiamą informaciją būtinas geras dėmesio sukaupimas. Deja, statistiškai reikšmingai **didesnė dalis dirbančių studentų, kurie rūko / vartoja nikotiną, alkoholi, energinius gėrimus ir receptinius vaistus** (dėl su studijomis susijusių motyvų), nurodė, kad jiems **dažnai sunku susikaupti** (žr. 24 pav.).

**24 pav.** Dirbančių ir skirtingas psichoaktyvias medžiagas vartojusių ir nevartojusių 18-24 m. studentų, kurie sutiko (visiškai sutiko ar labiau sutiko), kad jiems dažnai sunku susikaupti, pasiskirstymas (2020 m., N=913–948, proc.)

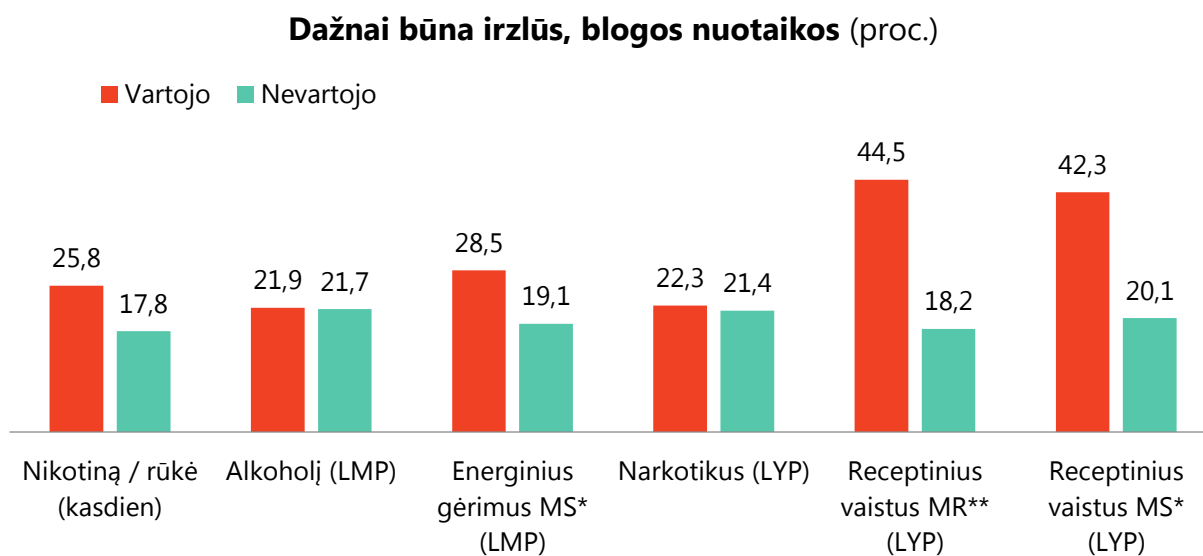


Prasta nuotaika neretai gali paskatinti konfliktus darbe, neigiamai veikti bendradarbiavimą, motyvaciją mokytis ir atlikti užduotis, siekti tikslų. Deja, statistiškai reikšmingai **didesnė dalis dirbančių studentų, kurie rūko / vartoja nikotiną, energinius gėrimus ir receptinius vaistus** (dėl su studijomis susijusių motyvų), nurodė, kad jie **dažnai jaučiasi liūdni, prislėgti, būna irzlūs, blogos nuotaikos** (žr. 25 ir 26 pav.).

**25 pav.** Dirbančių ir skirtingas psichoaktyvias medžiagas vartojusių ir nevartojusių 18-24 m. studentų, kurie sutiko (visiškai sutiko ar labiau sutiko), kad dažnai jaučiasi liūdni, prislėgti, pasiskirstymas (2020 m., N=913–948, proc.)

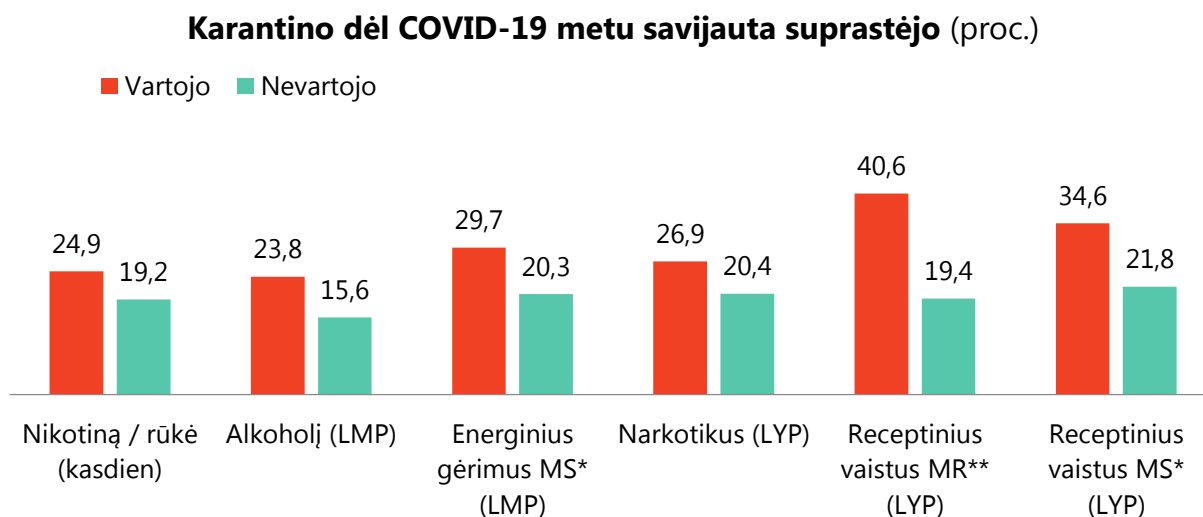


**26 pav.** Dirbančių ir skirtingas psichoaktyvias medžiagas vartojusių ir nevartojusių 18-24 m. studentų, kurie sutiko (visiškai sutiko ar labiau sutiko), kad dažnai būna irzlūs, blogos nuotaikos, pasiskirstymas (2020 m., N=913–948, proc.)



Be to, statistiškai reikšmingai **didesnė dalis dirbančių studentų, kurie vartojo kurias nors psichoaktyvias medžiagas** (nikotiną, alkoholį, narkotikus, energinius gėrimus ir receptinius vaistus (dėl su studijomis susijusių motyvų)) **teigė, kad karantino dėl COVID-19 metu jų savijauta suprastėjo ir kad yra galvoję apie savizudybę** (žr. 27 ir 28 pav.). Tad vykdant psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevenciją aukštosiose mokyklose ir darbo vietose svarbu susitelkti ne tik į pačias psichoaktyvias medžiagas, atsisakymą / metimą jas vartoti ar vartojimo sumažinimą, bet ir į psichologinės savijautos gerinimą, fizinės sveikatos stiprinimą, socialinių ir emocinių įgūdžių ugdymą, pagalbos prieinamumo didinimą.

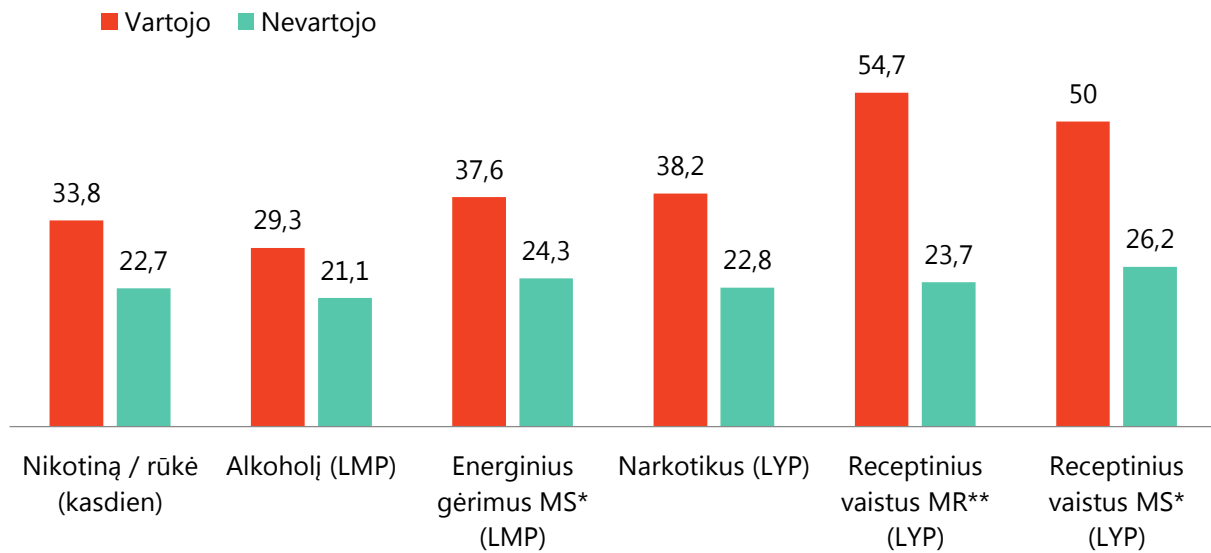
**27 pav.** Dirbančių ir skirtingas psichoaktyvias medžiagas vartojusių ir nevartojusių 18-24 m. studentų, kurie sutiko (visiškai sutiko ar labiau sutiko), kad karantino dėl COVID-19 metu jų savijauta suprastėjo, pasiskirstymas (2020 m., N=913–948, proc.)





**28 pav.** Dirbančių ir skirtingas psichoaktyvias medžiagas vartojusių ir nevartojusių 18-24 m. studentų, kurie sutiko (visiškai sutiko ar labiau sutiko), kad yra galvoję apie savižudybę, pasiskirstymas (2020 m., N=913–948, proc.)

### Galvojo apie savižudybę (dirbantys studentai)



\* MS – vartojo siekiant sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti.

\*\* MR – vartojo siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis.

## 9. Išvados

- Pusė (50,7 proc.) 18-24 m. amžiaus studentų dirbo (27,4 proc. turėjo nuolatinį darbą, 23,3 proc. dirbo ne nuolatos).
- Kasdien **rūkė arba vartojo kitus gaminius su nikotinu** statistiškai reikšmingai didesnė dalis dirbančių studentų: 45,2 proc. dirbančių studentų ir 31,3 proc. nedirbančių studentų. Tarp dirbančių studentų populiariausia buvo vartoti kaitinamuosius tabako gaminius – juos kasdien vartojo 20,6 proc. dirbančiųjų. Kiek mažesnė dalis dirbančių studentų kasdien rūkė (18 proc.). O tarp nedirbančių studentų populiariausia buvo kasdien vartoti elektronines cigaretes su nikotinu – jas kasdien vartojo 13,5 proc. nedirbančių studentų.
- Statistiškai reikšmingai didesnė dalis dirbančių nei nedirbančių studentų bent kartą per paskutinį mėnesį vartojo nikotiną / rūkė dėl su studijomis susijusių motyvų: siekdami sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti (29,8 proc. dirbančių ir 21,9 proc. nedirbančių studentų) arba siekdami pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis (21,1 proc. dirbančių ir 14 proc. nedirbančių studentų).
- 16,3 proc. studentų sėkmingai metė rūkyti (17,5 proc. dirbančių ir 15 proc. nedirbančių studentų). Tarp studentų, kurie rūko kasdien, 56,4 proc. yra nesėkmingai bandę mesti rūkyti. Tik kas penktas kasdien rūkantis studentas nurodė, kad niekada nemėgino mesti rūkyti ir nesiruošia to daryti.
- 71,8 proc. 18-24 m. studentų bent kartą per paskutinį mėnesį vartojo kuriuos nors **alkoholinius gaminius** (79,2 proc. dirbančių studentų ir 64,2 proc. nedirbančių studentų). Statistiškai reikšmingai didesnė dalis dirbančių nei nedirbančių studentų vartojo bet kuriuos alkoholinius gėrimus ir / ar vienu metu buvo išgėrę 6 ir daugiau standartinius alkoholio vienetus.
- Pusė studentų buvo vartoję alkoholį siekiant sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti (57,9 proc. dirbančių ir 42,7 proc. nedirbančių studentų). Kas penktas studentas buvo vartojęs alkoholį siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis (22,2 proc. dirbančių ir 18,3 proc. nedirbančių studentų). Statistiškai reikšmingai didesnė dalis dirbančių nei nedirbančių studentų vartojo alkoholį siekiant sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti.
- 9,7 proc. studentų bent kartą gyvenime vairavo, būdami apsvaigę nuo alkoholio, 11,3 proc. dalyvavo paskaitose apsvaigę nuo alkoholio, o 23,3 proc. yra praleido paskaitas dėl alkoholio vartojimo ar jo sukeltų pagirių. Dvigubai didesnė dalis dirbančių nei nedirbančių studentų vairavo apsvaigę nuo alkoholio bei praleido paskaitas dėl alkoholio vartojimo.
- 43 proc. studentų bent kartą gyvenime vartojo kokius nors **narkotikus**. Statistiškai reikšmingai didesnė dalis dirbančių studentų vartojo bet kuriuos narkotikus: 53 proc. dirbančių studentų ir 32,8 proc. nedirbančių studentų bent kartą gyvenime vartojo narkotikus. Bent kartą per paskutinius metus narkotikus vartojo 31,9 proc. dirbančių studentų ir 19,5 proc. nedirbančių studentų, bent kartą per paskutinį mėnesį – 15,6 proc. dirbančių studentų ir 9,6 proc. nedirbančių studentų. Tiek tarp dirbančių, tiek tarp nedirbančių studentų populiariausias narkotikas buvo kanapės.
- Statistiškai reikšmingai didesnė dalis dirbančių nei nedirbančių studentų vartojo narkotikus dėl su studijomis susijusių motyvų: 13,5 proc. studentų (16,2 proc. dirbančių ir 10,8 proc.

nedirbančių studentų) buvo vartoję narkotikus, siekiant sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti, o 7,7 proc. studentų (9,1 proc. dirbančių ir 6,4 proc. nedirbančių studentų) buvo vartoję narkotikus, siekiant pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis.

- Statistiškai reikšmingai didesnė dalis dirbančių nei nedirbančių studentų maišė narkotikus su kitomis psichoaktyviosiomis medžiagomis. 11 proc. dirbančių studentų ir 6,7 proc. nedirbančių studentų bent kartą gyvenime vartojo skirtingus narkotikus vienu metu. 37,3 proc. dirbančių studentų ir 21,7 proc. nedirbančių vartojo narkotikus kartu su alkoholiu. 15,5 proc. dirbančių studentų ir 9 proc. nedirbančių vartojo narkotikus kartu su energiniais gėrimais.
- **Naujas psichoaktyviausias medžiagas** ir / ar **inhaliatus** bandė vartoti tik labai maža dalis studentų. Naujas psichoaktyviausias medžiagas buvo išbandę 4,8 proc. dirbančių ir 2,9 proc. nedirbančių studentų, o inhaliatus – 3,9 proc. dirbančių ir 2,0 proc. nedirbančių studentų.
- Statistiškai reikšmingai didesnė dalis dirbančių nei nedirbančių studentų bent kartą gyvenime vartojo narkotikus, naujas psichoaktyviausias medžiagas arba inhaliatus savigydos tikslais, vairavo ir dalyvavo paskaitose apsvaigę nuo šių medžiagų. Narkotikus, naujas psichoaktyviausias medžiagas arba inhaliatus savigydos tikslais bent kartą gyvenime vartojo 5,5 proc. studentų (7,3 proc. dirbančių ir 3,6 proc. nedirbančių studentų). 4,6 proc. studentų vairavo būdami apsvaigę nuo šių medžiagų (5,9 proc. dirbančių ir 3,3 proc. nedirbančių studentų). 4,2 proc. studentų dalyvavo paskaitose apsvaigę nuo minėtų medžiagų (5,4 proc. dirbančių ir 3 proc. nedirbančių studentų). 2,6 proc. praleido paskaitas dėl jų vartojimo (3 proc. dirbančių ir 2,2 proc. nedirbančių studentų).
- Siekdami pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis daugiau nei pusė studentų bent kartą gyvenime vartojo **energinius gėrimus** (63,9 proc. dirbančių ir 54,1 proc. nedirbančių studentų) ar kitus **kofeino turinčius produktus** (65,8 proc. dirbančių ir 55,4 proc. nedirbančių studentų). Statistiškai reikšmingai didesnė dalis dirbančių nei nedirbančių studentų vartojo energinius gėrimus ir kitus kofeino turinčius produktus šiuo tikslu.
- 19,7 proc. studentų bent kartą gyvenime vartojo **receptinius vaistus**, siekdami sumažinti dėl studijų patiriamą stresą, atsipalaiduoti, lengviau užmigti (18,9 proc. dirbančių ir 20,5 proc. nedirbančių studentų). Siekdami pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis, receptinius vaistus bent kartą gyvenime vartojo 13,4 proc. studentų (12,6 proc. dirbančių ir 14,3 proc. nedirbančių studentų). Statistiškai reikšmingai mažesnė dalis dirbančių nei nedirbančių studentų bent kartą per paskutinį mėnesį vartojo receptinius vaistus siekdami pagerinti studijų rezultatus, padidinti produktyvumą, darbingumą, motyvaciją atlikti užduotis.
- Trečdalis 18-24 m. studentų nurodė bent kartą gyvenime **lošę iš pinigų** (36,5 proc. dirbančių ir 30 proc. nedirbančių studentų). Statistiškai reikšmingai didesnė dalis dirbančių nei nedirbančių studentų lošė iš pinigų.
- Dirbantys studentai dažniau buvo patenkinti gyvenimu, savo fizine sveikata ir rečiau jautėsi vieniši, liūdni, prislėgti, rečiau nenorėjo nieko veikti ar jautė apatiją nei nedirbantys studentai. Studentų, kurie nevartoja psichoaktyviųjų medžiagų, **fizinės ir psichinės sveikatos** rodikliai buvo geresni nei psichoaktyviausias medžiagas vartojusių studentų (tiek tarp dirbančių, tiek tarp nedirbančių studentų).

## 10. Rekomendacijos

- Tai, kad psichoaktyviųjų medžiagų vartojimas yra labiau paplitęs tarp dirbančių nei nedirbančių studentų, atskleidžia prevencijos darbo vietose svarbą, kuri galėtų papildyti aukštosiose mokyklose vykdomas prevencines veiklas ar jas pakeisti, „kompensuoti“, jei šios yra vykdomos nepakankama apimtimi.
- Aukštųjų mokyklų studentai yra svarbi tikslinė grupė, kuriai Lietuvoje nėra taikomos psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos priemonės, tačiau dirbančius studentus galima pasiekti darbo vietose, o tinkamas darbdavių požiūris į su psichoaktyviųjų medžiagų vartojimu susijusias problemas, kuriama darbo aplinka ir taikomos socialinės kontrolės, informavimo ar konsultavimo priemonės gali padėti išvengti darbuotojų sveikatai ar saugumui kylančios rizikos darbe, taip pat suteikti pagrindą žmogaus nuostatų ir elgesio, susijusio su psichoaktyviųjų medžiagų vartojimu, kaitai. Taigi žinių ir įgūdžių suteikimas darbdaviams, jų socialinės atsakomybės už plėtojamą veiklą, investavimo į žmonių sveikatos ir gerovės užtikrinimą skatinimas turi tapti viena iš prevencijos krypčių. Vis dėlto, kol kas tam tiek darbdaviai, tiek valstybė skiria itin mažai dėmesio. Tikslinga nuosekliai vykdyti darbdavių ugdymo strategiją, kuria siekiama didinti sąmoningumą ir atsakomybę dėl psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos taikymo bei sukurti ir praktiškai taikyti psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos programas ir priemones darbo vietose. Šio tyrimo rezultatai pagrindžia jaunų suaugusiųjų psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos poreikį ir įgyvendinimo svarbą tiek aukštosiose mokyklose, tiek ir darbo vietose.
- Studentų fizinė ir psichinė sveikata kelia nerimą ir susirūpinimą. Studentams trūksta streso įveikos, miego higienos įgūdžių, tik pusė jų propaguoja sveiką gyvenimą. Todėl būtina net sulaukus studijų amžiaus ugdyti, formuoti sveikatai palankius streso įveikos, kitus socialinius emocinius įgūdžius, tinkamus miego higienos įpročius, siekiant išvengti ne tik tiesioginių psichikos sveikatos problemų, bet ir rizikingų, sveikatai žalingų streso įveikos bei kitų problemų sprendimo būdų, pavyzdžiui, psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo siekiant sumažinti stresą, nerimą, lengviau užmigti, ką patvirtina šio tyrimo rezultatai. Be to, tiek prasta fizinė ir psichinė sveikata, tiek psichoaktyviųjų medžiagų vartojimas gali neigiamai atsiliiepti ir studijų, ir darbo rezultatams, bei šių jaunų žmonių ateičiai. Šias temas rekomenduojama įtraukti į studentams dėstomus dalykus, vykdomas prevencines programas. Taip pat rekomenduojama didinti psichologų konsultacijų prieinamumą studentų tikslinei grupei.
- Nors tarp nedirbančių studentų psichoaktyviųjų medžiagų vartojimas buvo mažiau paplitęs, bet jie buvo ir mažiau patenkinti savo fizine sveikata, gyvenimu, dažniau jautėsi vieniši, liūdni, apatiški nei dirbantys studentai. Todėl planuojant studentų tikslinei grupei skirtas prevencijos priemones svarbu atkreipti dėmesį į nedirbančius studentus, jų savijautą ir gerovę, skatinti jų aktyvumą ir užimtumą, siūlyti jiems įdomias, alternatyvias veiklas.
- Kadangi dirbančių ir nedirbančių studentų psichoaktyviųjų medžiagų vartojimas ir kai kurie psichikos sveikatos bei gerovės rodikliai skiriasi, renkantis studentų psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos priemones ir darbo metodus, reikėtų atsižvelgti į šiuos skirtumus.

- Vykdamt psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevenciją darbo vietose, rekomenduojama atsižvelgti į darbuotojų amžių, kitas socialines demografines charakteristikas ir pagal galimybes pritaikyti vykdomų prevencinių priemonių turinį ar įgyvendinimo būdus.
- Planuojant prevencines veiklas studentams, renkantis jų formą ir pobūdį, svarbu įvertinti ir šio tyrimo rezultatus, atskleidžiančius šios tikslinės grupės poreikius ir esamą situaciją, jau sukauptą gerąją patirtį, mokslo įrodymus bei taikyti [Europos psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos kokybės standartus \(EDPQS\)](#).
- Tikslinga su tyrimo rezultatais supažindinti ne tik politikos formuotojus, aukštųjų mokyklų administracijas, studentų organizacijas, bet ir darbdavius, už darbuotojų saugą ir sveikatą atsakingus specialistus, ir skatinti į juos atsižvelgti organizuojant bei vykdamt darbuotojų tikslinei grupei skirtas prevencijos priemones.
- Ateityje, organizuojant studentų ir / ar jaunimo tikslinės grupės tyrimus ar kitus populiacijos tyrimus, kuriuose vertinamas psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo paplitimas ir viena iš tikslinių grupių yra studentai / jaunimas, rekomenduojama papildomai įtraukti klausimus, kurie leistų įvertinti:
  - psichoaktyviųjų medžiagų vartojimą dėl su darbu susijusių motyvų;
  - psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo keliamas problemas darbe (vėlavimą ar neatvykimą į darbą dėl psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo; vartojimo poveikį darbo rezultatams; vartojimą darbo vietoje ir kt.);
  - su darbu susijusią psichologinę gerovę (jaučiamą palaikymą darbo vietoje; patiriamą stresą darbe ir kt.);
  - studijų ir darbo derinimą bei kylančius iššūkius;
  - požiūrį į prevencijos priemonių įgyvendinimą darbo vietose, jų poreikį.
- Su visa 2020 m. vykdyto aukštųjų mokyklų studentų tyrimo ataskaita, rezultatais, išvadomis ir rekomendacijomis galima susipažinti: <https://ntakd.lrv.lt/uploads/ntakd/documents/files/PREVENCIJA/studentai.pdf>.