

شیوع مصرف مواد مخدر در بین دانشجویان دختر تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی

حمید اراضی^۱، بهمن عسگری^۲

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۰/۰۴/۰۸

تاریخ دریافت: ۱۳۹۰/۰۲/۲۵

چکیده

مقدمه: هدف از این پژوهش، بررسی شیوع مصرف مواد مخدر بین دانشجویان دختر رشته تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی دانشگاه گیلان بود. **روش:** در یک پژوهش علی-مقایسه‌ای و با استفاده از نمونه‌گیری طبقه‌ای، پرسش‌نامه شیوع مصرف مواد مخدر در بین ۲۴۰ نفر از دانشجویان دختر تربیت بدنی (۱۰۰ نفر) و غیر تربیت بدنی (۱۴۰ نفر) اجرا شد. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد که بین میزان مصرف انواع مواد مخدر بین دانشجویان دختر تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. با توجه به اینکه در بین دانشجویان غیر تربیت بدنی افرادی بودند که دارای سطح فعالیت بدنی مناسبی بودند، بار دیگر آزمون آمستل برای دانشجویان فعال و بی‌تحرك انجام گرفت و یافته‌ها نشان داد که در مورد مصرف سیگار و الکل بین دانشجویان فعال و بی‌تحرك تفاوت معنی‌داری وجود دارد. **نتیجه‌گیری:** با توجه به نتایج به دست آمده، باید بستر سازی مناسب ورزشی در سطح دانشگاه‌ها و به ویژه در مورد دانشجویان دختر انجام شود تا از روند رو به رشد مصرف مواد مخدر در این قشر از جامعه جلوگیری شود.

کلید واژه‌ها: مواد مخدر، دانشجوی، فعالیت بدنی، دختر

۱. نویسنده مسئول: استادیار فیزیولوژی و ورزشی گروه تربیت بدنی دانشگاه گیلان. پست الکترونیک: h_arazi2003@yahoo.com

۲. دانشجوی کارشناسی ارشد تربیت بدنی دانشگاه تربیت معلم تهران

مقدمه

اعتیاد^۱ به مواد مخدر پدیده‌ای خاص و متعلق به دنیای امروزی است. اگرچه مصرف مواد مخدر در گذشته هم وجود داشته است، اما به عنوان اعتیاد و انحراف اجتماعی تلقی نمی‌شد. اما با گسترش فرهنگ مدرن، ارزش‌ها و هنجارهای مدرن نیز گسترش یافته است و کنش‌ها و رفتارهایی نظیر اعتیاد به مواد مخدر متعارض با هنجارهای جامعه تلقی شده است (عفتی، ۱۳۷۹). روند اعتیاد که از تک جنسیتی به سمت دو جنسیتی می‌رود، حاکی از اعلام خطر برای بنیان خانواده و نسل آینده است. این اعلان خطر با توجه گزارش‌هایی مبنی بر افزایش مصرف سیگار و الکل در بین جوانان و کاهش سن شروع اعتیاد بسیار جدی‌تر است (گریسباچ^۲، آمس^۳ و کوری^۴، ۲۰۰۳).

با توجه به نقش چند بعدی زنان در عرصه اجتماع و خانواده، لزوم توجه به مسایل آن‌ها تأثیر شگرفی در خانواده و اثرات و بازتاب وسیعی در سطح جامعه دارد و پیداست که سلامت جسمانی و روانی نسل جوان امروز، سلامت جامعه آتی را تضمین می‌کند. در دوران دانشجویی بسیاری از مسیرهای رفتاری در حال تکوین و تثبیت هستند، بنابراین مصرف مواد مخدر در این دوران باید به دقت مورد بررسی قرار گیرد (ریگوتی^۵، لی^۶ و وکسلر^۷، ۲۰۰۰). از طرفی دانشجویان به عنوان افراد تحصیل کرده، می‌توانند نقش مهمی در کنترل و پیشگیری از اعتیاد داشته باشند و برای اطرافیان الگوی مناسبی باشند (فروتسی و رضایان، ۱۳۸۴).

با این حال، آمار موجود، افزایش مصرف مواد مخدر را در بین دانشجویان نشان می‌دهد. در پژوهشی که در سال تحصیلی ۸۱-۸۲ در سطح دانشگاه‌های دولتی شهر تهران در مورد مصرف حشیش و تریاک انجام شد، مصرف این مواد به ترتیب ۰/۲ و ۰/۳ درصد گزارش شد (سراج زاده و فیضی، ۱۳۸۳)، در حالی که در سال تحصیلی ۸۵-۸۴ این ارقام

1. Addiction
3. Ams
5. Rigotti
7. Wechsler

2. Griesbach
4. Currie
6. Lee

به ۰/۶ و ۰/۴ درصد افزایش یافت (طارمیان، ۱۳۸۵). همچنین، کاپلان^۱ و سادوک^۲ (۱۹۹۸) با انجام پژوهشی روی ۶۱۷ دانشجوی دانشگاه‌های جنوب شرقی آمریکا نشان دادند که مشکل اول دانشجویان در دانشگاه‌های آمریکا مصرف زیاد الکل است. به نظر می‌رسد با توجه به این که محیط دانشگاه یک محیط استرس زا و رقابتی است، دانشجویان برای غلبه بر آن در معرض خطر استفاده از این مواد هستند. اگرچه این مواد به ویژه قرص‌های روان‌گردان احساس سرخوشی کاذب، انرژی و میل به اجتماعی شدن را به صورت کوتاه مدت افزایش می‌دهند (کارپنتر^۳ و گان^۴، ۲۰۰۶)، با وجود این، افراد را به صورت دراز مدت گرفتار خود می‌کند.

یکی از نکات مثبت این پژوهش این است که به شیوع مواد از جمله تریاک و قرص‌های آرام‌بخش و روان‌گردان پرداخته است که نسبت به الکل و سیگار در پژوهش‌های داخلی و خارجی کمتر به آن پرداخته شده است. در حال حاضر، نقش ورزش و فعالیت بدنی در بسیاری از زمینه‌ها از جمله سلامت قلبی عروقی، عضلانی اسکلتی، توازن انرژی و پیشگیری از بسیاری بیماری‌ها محرز است و فعالیت بدنی و به طور کلی ورزش، به عنوان عامل مهم در سلامت جسمانی و روانی شناخته شده است. بدون شک فعالیت بدنی یک عامل موثر برای پیشگیری از مصرف مواد مخدر است، با این حال با توجه به تنوع و وسیع مواد مخدر این تأثیرگذاری ممکن است در برخی از مواد مخدر مشاهده نشود (ویدمسهک^۵، اسکوییک^۶، کارپلجوک^۷ و استیهک^۸، ۲۰۰۶).

در بیشتر پژوهش‌ها رابطه اعتیاد با مسائل عاطفی و روانی مطرح شده است و پژوهشگران علوم ورزشی کمتر به رابطه اعتیاد به مواد مخدر به ویژه اعتیاد به قرص‌های آرام‌بخش و روان‌گردان با ورزش و فعالیت بدنی پرداخته‌اند. تعداد این پژوهش‌ها در جامعه زنان و دانشجویان بسیار کمتر هم می‌باشد. با توجه به این که وجه تمایز دانشجویان

1. Kaplan
3. Carpenter
5. Videmsek
7. Karpljuk

2. Sadok
4. Gohn
6. Skubic
8. Stihec

تربیت بدنی با سایر دانشجویان در انجام فعالیت ورزشی است، تحقیقاتی که به رابطه ورزش و مواد مخدر پرداخته‌اند، می‌توانند به این بحث کمک شایانی کنند.

پژوهشگران انجام فعالیت‌های ورزشی را به عنوان راهی برای پیشگیری از مصرف مواد مخدر اعلام کرده‌اند (ویدمسک و همکاران، ۲۰۰۶). در پژوهشی که در سطح وسیع و در کشورهای ایران، پاکستان، عربستان سعودی، ایرلند و بریتانیا صورت گرفت و در آن انتخاب نمونه‌ها به صورتی بود که زنان معتاد به منظور ترک اعتیاد به کلینیک‌ها و بیمارستان‌ها مراجعه می‌کردند، با توجه به ویژگی‌های فرهنگی و اجتماعی کشور خود (به صورت صبح و بعدازظهر) تحت فعالیت بدنی قرار گرفتند. بعد از پایان دوره زنانی که از فعالیت بدنی استفاده کرده بودند، اعتقاد داشتند که ورزش نقش مهمی در کاهش اعتیاد آن‌ها داشته است (شاهد، ۱۳۸۱). برخی پژوهش‌ها نشان داده‌اند، خطر مصرف الکل در دخترانی که در داخل مدرسه به ورزش‌های موزون و ژیمناستیک فعالیت دارند، کم است، در حالی که خطر مصرف حداقل یکی از مواد مخدر در دخترانی که در خارج از مدرسه به ورزش‌های موزون، ژیمناستیک و اسکیت می‌پردازند، بسیار بالا است (مور^۱ و ورچ^۲، ۲۰۰۵).

اسکربو^۳ و همکاران (۲۰۱۰)، در پژوهشی آزمودنی‌ها را به سه گروه تقسیم کردند. گروه اول به عنوان گروه کنترل بود و گروه دوم به پیاده روی (۴۵ تا ۵۰ درصد حداکثر ضربان قلب) و گروه سوم به دویدن (۸۰ تا ۸۵ درصد حداکثر ضربان قلب) پرداختند. در پایان دوره، گزارش شد که تفاوت معنی‌داری در کاهش مصرف سیگار در گروه دوم و سوم در مقایسه با گروه اول مشاهده شد، اما بین گروه اول و دوم هیچ تفاوت معنی‌داری در کاهش مصرف سیگار مشاهده نشد.

تیلور^۴، کاتومری^۵ و آشر^۶ (۲۰۰۶)، در یک مطالعه ۱۵ آزمودنی را به طور تصادفی انتخاب کرده و در روزهای متفاوت تحت پیاده روی یک مایل قرار دادند. یافته‌ها نشان داد

که رابطه معنی‌داری بین کاهش تمایل مصرف سیگار در ۲۰ دقیقه پس از اتمام فعالیت بدنی وجود داشت. برخی پژوهشگران رابطه معکوس شرکت در فعالیت‌های ورزشی و مصرف سیگار (امونسو^۱ و وکسلر، ددال^۲ و آبراهام^۳، ۱۹۹۸) و الکل (وکسلر و همکاران، ۱۹۹۷) را در بین دانشجویان گزارش کرده‌اند.

یافته‌های این تحقیق از این لحاظ که شیوع مواد مخدر را در جامعه دانشجویان دختر مورد بررسی قرار داده از اهمیت بالایی برخوردار است. همچنین، توجه به شیوع قرص‌های آرام‌بخش و روان‌گردان که حتی در جامعه دانشجویان پسر هم کمتر مورد توجه قرار گرفته است، به ارزش این تحقیق افزوده است. علاوه بر این، این تحقیق پا را از این فراتر گذاشته و به بررسی تفاوت میزان مصرف مواد در دو گروه دانشجویان تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی پرداخته است. ضمناً این پژوهش بر خلاف بسیاری از تحقیقات، ورزش را برای کاهش مصرف مواد مخدر تجویز نکرده است، بلکه این خود دانشجویان هستند که به میل خود ورزش می‌کنند و با توجه به آمادگی خود به سطوح مختلف فعالیت بدنی

(تفریحی تا قهرمانی) می‌پردازند. از سوی دیگر، همان‌طور که در پژوهش‌های بالا مشاهده شد، ورزش نقش مهمی در پیشگیری از مصرف سیگار و مواد مخدر دارد، اما در مورد نقش ورزش بر مصرف مواد اعتیادآور یافته‌های متناقضی مشاهده می‌شود و به ویژه در جامعه دختران دانشگاهی داخل کشور پژوهش‌چندانی انجام نشده است. لذا، هدف پژوهش حاضر، بررسی میزان شیوع مصرف مواد مخدر بین دانشجویان دختر تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی دانشگاه گیلان بود.

روش

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

این پژوهش از نوع علی-مقایسه‌ای (پس رویدادی) است. جامعه آماری شامل تمام دانشجویان دختر دانشگاه گیلان می‌باشد. با استفاده از فرمول حجم نمونه کوکران و واریانس بدست آمده در مطالعه مقدماتی، برای محاسبه میزان پایایی پرسش‌نامه، تعداد

1. Emmons
3. Abraham

2. Dowdall

۲۴۰ پرسش نامه به صورت نمونه گیری طبقه‌ای در بین دو گروه دانشجویان تربیت بدنی (۱۰۰ نفر) و دانشجویان غیر تربیت بدنی (۱۴۰ نفر) تقسیم شد. تعداد پرسش نامه‌های پخش شده بین دانشجویان دختر با توجه به جمعیت دانشجویان دختر هر دانشکده، برای دانشکده‌های تربیت بدنی، انسانی، کشاورزی، علوم پایه، منابع طبیعی، فنی و هنر به ترتیب برابر با ۱۰۰، ۵۲، ۲۶، ۲۰، ۱۸، ۱۸ و ۶ بود.

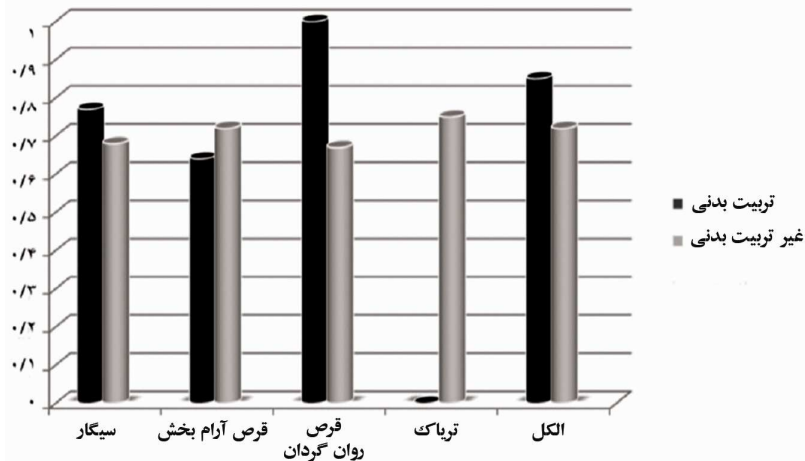
برای جمع آوری داده‌ها و اطلاعات مورد نیاز از پرسش نامه شیوع مصرف مواد مخدر شوروی (۱۳۸۹) استفاده شد. این پرسش نامه از سه بخش، شامل ۸ سوال ورزشی، ۱۴ سوال مربوط به اعتیاد و ۱۰ سوال مربوط به ویژگی‌های جمعیت شناختی تشکیل شده است. روایی صوری و محتوایی این پرسش نامه به وسیله ۱۲ نفر از اعضای هیات علمی دانشکده تربیت بدنی دانشگاه گیلان و ۷ نفر از اعضای هیات علمی رشته علوم اجتماعی دانشکده علوم انسانی دانشگاه گیلان مورد بررسی قرار گرفته است. همچنین، در یک مطالعه مقدماتی تعداد ۴۰ پرسشنامه در بین دانشجویان دختر دانشگاه گیلان (۲۰ دانشجوی تربیت بدنی و ۲۰ دانشجوی غیر تربیت بدنی) پخش شد و با استفاده از آلفای کرونباخ میزان پایایی پرسشنامه در جامعه دانشجویان دختر ۰/۸۷ بدست آمد. با توجه آزمودنی‌ها، پرسشنامه‌ها و پاسخنامه‌ها بین دانشجویان توزیع و پس از تکمیل جمع آوری شدند. داده‌ها از طریق نرم افزار SPSS مورد بررسی قرار گرفتند و تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از روش‌های آمار توصیفی و استنباطی انجام شد.

یافته‌ها

در این پژوهش، ۲۴۰ نفر از دانشجویان دختر دانشگاه گیلان که ۱۰۰ نفر دانشجوی تربیت بدنی (۰/۴۱) و ۱۴۰ نفر دانشجوی غیر تربیت بدنی (۰/۵۹) و با دامنه سنی $23/5 \pm 4/5$ سال بودند، مورد بررسی قرار گرفتند. ۳ (۰/۳) نفر از دانشجویان تربیت بدنی متاهل و ۹۷ (۰/۹۷) نفر مجرد و همچنین ۱۲ (۸/۶) نفر از دانشجویان غیر تربیت بدنی متاهل و ۱۲۸ (۹۱/۴) نفر مجرد بودند. در جدول ۱، زمان شروع مصرف هر یک از مواد مخدر ارائه شده است و برای مقایسه آن نیز در نمودار ۱، درصد دانشجویان تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی که قبل از ورود به دانشگاه شروع به مصرف مواد کرده‌اند، بیان شده است.

جدول ۱: زمان شروع مصرف مواد (قبل یا بعد از ورود به دانشگاه) بر حسب درصد دانشجویان تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی

| رشته تحصیلی | قرص آرام بخش | | قرص روان گردان | | تریاک | | سیگار | | الکل | |
|----------------|--------------|------|----------------|------|-------|------|-------|------|------|------|
| | قبل | بعد | قبل | بعد | قبل | بعد | قبل | بعد | قبل | بعد |
| تربیت بدنی | ۰/۶۴ | ۰/۳۶ | - | - | - | ۱ | ۰/۷۷ | ۰/۲۳ | ۰/۸۵ | ۰/۱۵ |
| غیر تربیت بدنی | ۰/۷۲ | ۰/۲۸ | ۰/۶۷ | ۰/۳۳ | ۰/۷۵ | ۰/۲۵ | ۰/۶۸ | ۰/۳۲ | ۰/۷۲ | ۰/۲۸ |



۶۳

63

نمودار ۱: درصد دانشجویانی که قبل از ورود به دانشگاه شروع به مصرف مواد کرده‌اند.

با توجه به جدول و نمودار ۱، مشاهده می‌شود که درصد بیشتری از دانشجویان قبل از ورود به دانشگاه شروع به مصرف مواد مخدر کرده‌اند و فقط در مورد مصرف تریاک در دانشجویان تربیت بدنی این امر مشاهده نمی‌شود و دلیل اصلی آن این است که مصرف این مواد در دانشجویان تربیت بدنی، ۱ مورد گزارش شد و آن هم قبل از ورود به دانشگاه بود. در جداول ۲ و ۳ فراوانی و فراوانی نسبی میزان مصرف انواع مواد مخدر بین دانشجویان تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی به تفکیک ارائه شده است. به ترتیب ۰/۸۸، ۰/۹۹، ۰/۹۷، ۰/۹۹، ۰/۹۴ و ۰/۷۵ درصد از دانشجویان تربیت بدنی هیچ‌گاه از قرص‌های آرام بخش، قرص‌های روان گردان، تریاک، الکل و سیگار استفاده نکرده‌اند. میزان مصرف بقیه نیز حداکثر چند بار در سال است. همچنین، درصدهای مربوط به عدم مصرف قرص‌های آرام

بخش، قرص های روان گردان، تریاک، الکل و سیگار برای دانشجویان غیر تربیت بدنی به ترتیب ۰/۸۷، ۰/۹۶، ۰/۹۵، ۰/۸۹ و ۰/۷۰ است. با این حال، در دانشجویان رشته های غیر تربیت بدنی، مصرف یک بار در ماه نیز مشاهده می شود. به طور کلی، مجموع درصدها به جز سیگار، مصرف پایین مواد مخدر در بین دانشجویان دختر دانشگاه گیلان را نشان می دهد.

جدول ۲: توزیع و درصد فراوانی مصرف مواد بین دانشجویان تربیت بدنی (۱۰۰ نفر) و غیر تربیت بدنی (۱۴۰ نفر)

| میزان مصرف | قرص های آرام بخش | | قرص های روان گردان | | تریاک | | الکل | |
|-----------------------|------------------|----------------|--------------------|----------------|------------|----------------|------------|----------------|
| | تربیت بدنی | غیر تربیت بدنی | تربیت بدنی | غیر تربیت بدنی | تربیت بدنی | غیر تربیت بدنی | تربیت بدنی | غیر تربیت بدنی |
| عدم مصرف | ۸۸ (۰/۸۸) | ۱۲۳ (۰/۸۷) | ۹۹ (۰/۹۹) | ۱۳۵ (۰/۹۶) | ۹۷ (۰/۹۷) | ۱۳۴ (۰/۹۵) | ۹۴ (۰/۹۴) | ۱۲۵ (۰/۸۹) |
| در سال یکبار | ۴ (۰/۰۴) | ۸ (۰/۰۵) | ۱ (۰/۰۱) | ۳ (۰/۰۲) | ۳ (۰/۰۳) | ۴ (۰/۰۲۹) | ۲ (۰/۰۲) | ۱۰ (۰/۰۷) |
| در سال چندبار | ۸ (۰/۰۸) | ۸ (۰/۰۵) | - | ۲ (۰/۰۱) | - | ۲ (۰/۰۱۴) | ۴ (۰/۰۴) | ۴ (۰/۰۲) |
| در ماه یکبار | - | ۱ (۰/۰۱) | - | - | - | - | - | ۱ (۰/۰۱) |
| در ماه چندبار | - | - | - | - | - | - | - | - |
| بیشتر | - | - | - | - | - | - | - | - |
| مجموع ستون های ۶ تا ۲ | ۱۲ (۰/۱۲) | ۱۷ (۰/۱۲) | ۱ (۰/۰۱) | ۵ (۰/۰۳) | ۳ (۰/۰۳) | ۶ (۰/۰۴۳) | ۶ (۰/۰۶) | ۱۵ (۰/۱) |

جدول ۳: توزیع مصرف سیگار بین دانشجویان تربیت بدنی (۱۰۰ نفر) و غیر تربیت بدنی (۱۴۰ نفر)

| میزان مصرف | تربیت بدنی | | غیر تربیت بدنی | |
|-----------------------|------------|--------------|----------------|--------------|
| | فراوانی | فراوانی نسبی | فراوانی | فراوانی نسبی |
| عدم مصرف | ۷۵ | ۷۵ | ۹۹ | ۷۰/۷۱ |
| کمتر از یک بسته | ۱۸ | ۱۸ | ۲۹ | ۲۰/۷۱ |
| سالی یک بسته | ۵ | ۵ | ۱۲ | ۸/۵۸ |
| ماهی یک بسته | ۲ | ۲ | - | - |
| هفته ای یک بسته | - | - | - | - |
| بیشتر | - | - | - | - |
| مجموع ستون های ۶ تا ۲ | ۲۵ | ۲۵ | ۴۱ | ۲۹/۲۹ |

از آزمون t مستقل برای بررسی تفاوت دو گروه در مصرف مواد استفاده شد. نتایج نشان داد که در مورد میزان مصرف سیگار، قرص های آرام بخش، قرص های روان گردان، تریاک و الکل، بین دانشجویان تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی تفاوت معنی داری وجود ندارد ($P < ۰/۰۵$) (جدول ۴).

جدول ۴: نتایج آزمون t مستقل برای مقایسه مصرف مواد در دو گروه

| معنی داری | t | درجه آزادی | انحراف استاندارد | میانگین | رشته | نوع ماده مخدر |
|-----------|-------|------------|------------------|---------|----------------|--------------------|
| ۰/۶۵ | -۰/۴۵ | ۲۳۸ | ۰/۶۷ | ۱/۳۴ | تربیت بدنی | سیگار |
| | | | ۰/۶۴ | ۱/۳۸ | غیر تربیت بدنی | |
| ۰/۹۲ | ۰/۰۹ | ۲۳۸ | ۰/۵۶ | ۱/۲۰ | تربیت بدنی | قرص های آرام بخش |
| | | | ۰/۵۶ | ۱/۱۹ | غیر تربیت بدنی | |
| ۰/۱۱ | -۱/۳۷ | ۱۸۵/۷۳ | ۰/۱ | ۱/۰۱ | تربیت بدنی | قرص های روان گردان |
| | | | ۰/۲۷ | ۱/۰۵ | غیر تربیت بدنی | |
| ۰/۴۰ | -۰/۸۴ | ۲۳۸ | ۰/۱۷ | ۱/۰۳ | تربیت بدنی | تریاک |
| | | | ۰/۲۸ | ۱/۰۶ | غیر تربیت بدنی | |
| ۰/۴۰ | -۰/۸۴ | ۲۳۸ | ۰/۴۱ | ۱/۱۰ | تربیت بدنی | الکل |
| | | | ۰/۴۷ | ۱/۱۵ | غیر تربیت بدنی | |

با توجه به این که در بین دانشجویان غیر تربیت بدنی افراد فعالی بودند که در هفته بیش از ۳ ساعت فعالیت بدنی داشتند، بار دیگر دانشجویان به دو دسته فعال (بیش از ۳ ساعت فعالیت بدنی در هفته) و کم تحرک (کمتر از ۳ ساعت فعالیت بدنی در هفته) تقسیم شدند. اطلاعات مربوط به میزان مصرف آن‌ها در جداول ۵ و ۶ نشان داده شده است. به طور کلی، به جز مصرف الکل و سیگار در دانشجویان کم تحرک، میزان مصرف سایر مواد در دانشجویان دختر دانشگاه گیلان در حد بسیار بالایی مشاهده نشد.

جدول ۵: توزیع و درصد فراوانی مصرف مواد بین دانشجویان فعال (۱۶۱ نفر) و کم تحرک (۲۹ نفر)

| میزان مصرف | قرص های آرام بخش | | قرص های روان گردان | | تریاک | | الکل | |
|----------------|------------------|-----------|--------------------|-----------|------------|-----------|------------|-----------|
| | فعال | کم تحرک | فعال | کم تحرک | فعال | کم تحرک | فعال | کم تحرک |
| عدم مصرف | ۱۴۴ (۰/۸۹) | ۶۷ (۰/۸۴) | ۱۵۸ (۰/۹۸) | ۷۶ (۰/۹۶) | ۱۵۵ (۰/۹۶) | ۷۶ (۰/۹۶) | ۱۵۴ (۰/۹۵) | ۶۵ (۰/۸۲) |
| در سال یکبار | ۸ (۰/۰۵) | ۴ (۰/۰۵) | ۳ (۰/۰۲) | ۱ (۰/۰۱) | ۵ (۰/۰۳) | ۲ (۰/۰۲) | ۳ (۰/۰۲) | ۹ (۰/۱۱) |
| در سال چندبار | ۹ (۰/۰۵) | ۷ (۰/۰۹) | - | ۲ (۰/۰۲) | ۱ (۰/۰۱) | ۱ (۰/۰۱) | ۴ (۰/۰۲) | ۴ (۰/۰۵) |
| در ماه یکبار | - | ۱ (۰/۰۱) | - | - | - | - | - | ۱ (۰/۰۱) |
| در ماه چندبار | - | - | - | - | - | - | - | - |
| بیشتر | - | - | - | - | - | - | - | - |
| مجموع ستون های | ۱۷۰ (۰/۱۱) | ۱۲ (۰/۱۵) | ۳ (۰/۰۲) | ۳ (۰/۰۳) | ۶ (۰/۰۳) | ۳ (۰/۰۳) | ۷ (۰/۰۴) | ۱۴ (۰/۱۷) |
| ۶ تا ۲ | | | | | | | | |

جدول ۶: میزان مصرف سیگار بین دانشجویان فعال (۱۶۱ نفر) و بی تحرک (۷۹ نفر)

| میزان مصرف | تربیت بدنی | | غیر تربیت بدنی | |
|-----------------------|------------|--------------|----------------|--------------|
| | فراوانی | فراوانی نسبی | فراوانی | فراوانی نسبی |
| عدم مصرف | ۱۳۱ | ۸۱/۴ | ۴۳ | ۵۴/۴ |
| کمتر از یک بسته | ۲۳ | ۱۴/۳ | ۲۴ | ۳۰/۴ |
| سالی یک بسته | ۵ | ۳/۱ | ۱۲ | ۱۵/۲ |
| ماهی یک بسته | ۲ | ۱/۲ | - | - |
| هفته‌ای یک بسته | - | - | - | - |
| بیشتر | - | - | - | - |
| مجموع ستون‌های ۲ تا ۶ | ۴۰ | ۱۸/۶ | ۳۶ | ۴۵/۶ |

با توجه به جدول شماره ۷، نتایج آزمون t مستقل نشان می‌دهد که در میزان مصرف سیگار و الکل بین دانشجویان فعال و بی تحرک تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($P < 0/01$) و در میزان مصرف قرص‌های آرام‌بخش و روان‌گردان و تریاک بین دانشجویان فعال و بی تحرک تفاوت معنی‌داری مشاهده نشد ($P > 0/05$).

جدول ۷: نتایج آزمون t مستقل برای بررسی سوء مصرف مواد مخدر بین دانشجویان فعال و بی تحرک

| نوع ماده مخدر | دانشجو | تعداد | میانگین | انحراف استاندارد | درجه آزادی | t | معنی‌داری |
|--------------------|---------|-------|---------|------------------|------------|-------|-----------|
| سیگار | فعال | ۱۶۱ | ۱/۲۴ | ۰/۵۶ | ۱۲۴/۳۵ | ۳/۸۶ | ۰/۰۰۱ |
| | بی تحرک | ۷۹ | ۱/۶۱ | ۰/۷۴ | | | |
| قرص‌های آرام‌بخش | فعال | ۱۶۱ | ۱/۱۶ | ۰/۵ | ۱۲۱/۲۹ | ۱/۲۲ | ۰/۲۲ |
| | بی تحرک | ۷۹ | ۱/۲۷ | ۰/۶۷ | | | |
| قرص‌های روان‌گردان | فعال | ۱۶۱ | ۱/۲ | ۰/۱۳ | ۹۰/۸۷ | ۱/۱۴ | ۰/۲۵ |
| | بی تحرک | ۷۹ | ۱/۰۶ | ۰/۳۳ | | | |
| تریاک | فعال | ۱۶۱ | ۱/۴ | ۰/۲۳ | ۲۳۸ | ۰/۲۱ | ۰/۸۳ |
| | بی تحرک | ۷۹ | ۱/۰۵ | ۰/۲۷ | | | |
| الکل | فعال | ۱۶۱ | ۱/۷ | ۰/۳۳۸ | ۱۰۲/۱۷ | ۲/۵۱۴ | ۰/۰۱۳ |
| | بی تحرک | ۷۹ | ۱/۲۵ | ۰/۶۰۹ | | | |

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش در میان دانشجویان دختر، تأکیدی مجدد بر اهمیت فعالیت بدنی در کاهش تمایل به مصرف مواد مخدر است. بر اساس این یافته‌ها، مصرف سیگار و الکل در

بین دانشجویان فعال به طور معنی‌داری از دانشجویان بی‌تحرک کمتر بود که نتایج با یافته‌های اسکربو^۱، فاکنر^۲، تیلور^۳ و توماس^۴ (۲۰۱۰)؛ وانکیم^۵، لاسکا^۶، اهلینگر^۷، لاست^۸ و وستوری^۹ (۲۰۱۰)؛ مارتا^{۱۰}، گرلوت^{۱۱} و پرتی^{۱۲} (۲۰۰۹)؛ تیلور و همکاران (۲۰۰۶)؛ کارگرد فرد و عریضی (۱۳۸۲)، همخوانی دارد.

با نگاهی به نتایج بالا و یافته‌های این پژوهش، بیشتر پژوهشگران رابطه معنی‌داری بین فعالیت بدنی و کاهش مصرف سیگار گزارش کرده‌اند و هیچ‌یک از پژوهش‌ها این رابطه را رد نکرده است، به روشنی می‌توان نتیجه گرفت که فعالیت بدنی نقشی کارساز در پیشگیری و کاهش مصرف سیگار دارد. ورزشکاران در نظر بیشتر مردم به عنوان افرادی که کمتر به دنبال مواد اعتیادآور هستند، شناخته شده‌اند و این موضوع موجب می‌شوند که ورزشکاران کمتر در پی مصرف سیگار باشند. همچنین، ورزش موجب افزایش سطح هورمون‌های آندورفین، آنکفالین و دانپورفین می‌شود که نقش تسکین‌دهندگی دارند و با توجه به مورفین موجود در مواد اعتیادآور که موجب تسکین دردهای ذهنی و جسمانی می‌شود، می‌توان از فعالیت بدنی به عنوان جایگزینی مناسب استفاده کرد و از سایر فواید آن بهره برد.

۶۷

67

مصرف الکل نیز همانند مصرف سیگار عواقب خطرناکی را به دنبال دارد. اما همانند مصرف سیگار که تمام یافته‌ها حاکی از رابطه معنی‌دار بین انجام فعالیت بدنی و کاهش مصرف سیگار بودند، نتایج مربوط به مصرف الکل متناقض بود. در این خصوص یافته‌های وانکیم و همکاران (۲۰۱۰)؛ مارتا و همکاران (۲۰۰۹)؛ کیر کالدی^{۱۳}، شفر^{۱۴} و سیفن^{۱۵} (۲۰۰۲) و وکسلر و همکاران (۱۹۹۷) با یافته‌های این پژوهش همسو و یافته‌های

1. Scerbo
4. Thomas
7. Ehlinger
10. Martha
13. Kirkcaldy

2. Faulkner
5. Vankim
8. Lust
11. Grelot
14. Shepherd

3. Taylor
6. Laska
9. Story
12. Peretti
15. Siefen

پژوهش‌های بالیسترری^۱ و کرادی^۲ (۲۰۰۸)، جسیکا^۳، ماتیو^۴، هولی^۵ و تریسی^۶ (۲۰۰۸) و (۲۰۰۸) و پورتنیگا^۷ (۲۰۰۷) با نتایج این پژوهش، مغایرت دارد.

علت عدم همخوانی یافته‌های این پژوهش با بیشتر پژوهش‌های خارجی را که از نظر فرهنگی و دینی با کشور ما تفاوت بسیاری دارند، نمی‌توان نتیجه‌گیری قطعی کرد و اظهار نظر دقیق‌تر در این زمینه منوط به انجام پژوهش‌های بیشتر است. چون در هیچ یک از این مقالات در مورد درصد الکل موجود در مواد الکلی اشاره‌ای نشده است، شاید دلیل اصلی عدم رابطه معنی‌داری بین مصرف الکل و کاهش تحرک بدنی در بیشتر پژوهش‌ها و پژوهش حاضر، این مساله باشد.

در این پژوهش رابطه معنی‌داری بین فعالیت بدنی و کاهش مصرف قرص‌های آرام بخش، روان‌گردان و همچنین تریاک مشاهده نشد. این نتایج با یافته‌های ویدمسک و همکاران (۲۰۰۶) و شاهد (۱۳۸۱) که کاهش مصرف مواد مخدر را با انجام فعالیت ورزشی گزارش کرده‌اند، همسویی ندارد. با توجه به پژوهش‌های اندکی که در این زمینه‌ها انجام شده است، برای نتیجه‌گیری در این خصوص، به انجام پژوهش‌های بیشتری نیاز است.

در این پژوهش سعی شده است که به میزان سوء مصرف انواع مواد مخدر در وهله اول بین دانشجویان دختر تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی و در وهله دوم بین دانشجویان دختر فعال و بی تحرک پرداخته شود. اهمیت مساله بیشتر در آن است که در سال‌های اخیر شاهد افزایش سوء مصرف مواد مخدر در جامعه زنان و دختران دانشجو بوده‌ایم. ارائه اطلاعاتی آماری در مورد این بخش‌ها، بر اساس متغیر فعالیت بدنی می‌تواند در فراهم سازی بستر مناسب ورزشی در سطح دانشگاه‌ها و به ویژه در مورد دانشجویان دختر از روند رو به رشد مصرف مواد مخدر جلوگیری کند. با توجه به نتایج به دست آمده، والدین و مسئولین

1. Ballistreri
3. Jessica
5. Holly
7. Poortinga

2. Corradi
4. Mathew
6. Tracey

دانشگاه‌ها باید نظارت بیشتری در زمینه حل مشکلات روانی، عاطفی، اجتماعی جوانان مبذول دارند، باید بسترسازی مناسب ورزشی در سطح دانشگاه‌ها و به ویژه در مورد دانشجویان دختر توسط مسئولان ذیصلاح انجام شود تا از روند رو به رشد مصرف مواد مخدر در این قشر از جامعه، جلوگیری شود. علاوه بر اقدامات مقام‌های مسئول در سطح دانشگاه‌ها، به منظور برنامه‌ریزی و سازماندهی برنامه‌های ورزشی، دانشجویان خود نیز باید از امکانات موجود حداکثر استفاده را ببرند. در پایان نیز باید به نقش رسانه‌های گروهی برای فرهنگ سازی مناسب در این زمینه توجه ویژه‌ای داشت.

منابع

سراج زاده، حسین؛ فیضی، ایرج (۱۳۸۳). **شیوع شناسی مواد مخدر در بین دانشجویان دانشگاه‌های دولتی**. تهران: دفتر برنامه ریزی و مطالعات فرهنگی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری. شاهد ارشد، میرزا (۱۳۸۱). تمرین و ورزش و اثرات آن‌ها بر اعتیاد زنان. **چکیده مقالات دومین کنگره سراسری درمان‌های غیر دارویی در روان پزشکی**. تهران: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران.

طارمیان، فرهاد (۱۳۸۵). **شیوع شناسی مواد مخدر در بین دانشجویان شهر تهران و بررسی عوامل خطر و حفاظت کننده**. تهران: دفتر مرکز مشاوره معاونت دانشجویی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری.

عفتی، جلیل (۱۳۷۹). **اعتیاد، پیشگیری یا درمان**. یزد: انتشارات نیکو روش. فروتنی، محمد؛ رضاییان، محمد (۱۳۸۴). شناخت و سومصرف مواد مخدر در بین دانشجویان لارستان.

فصلنامه پرستاری ایران، ۴۳، ۲۹-۲۱.

کارگر فرد، مهدی؛ عربی، حمیدرضا (۱۳۸۲). تأثیر برنامه‌های آموزشی شیوه‌های تغییر رفتار بر افزایش مهارت‌های مربوط به تمرینات ورزشی، شیوه‌های تغذیه و عدم گرایش به سیگار در دانش آموزان مقطع دبیرستان شهر اصفهان. **چکیده مقالات چهارمین همایش علمی تربیت بدنی و تندرستی مدارس**. ۴۱-۲۱.

شوروزی، مهدی (۱۳۸۹). **شیوع سوء مصرف مواد مخدر در دانشجویان پسر دانشگاه‌های استان گیلان**. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه گیلان.

Ballistreri, M. C., & Corradi-Webster, C. M. (2008). Consumption of energy drinks among physical education students. **Rev Latino-am Enfermagem**, 16, 558-664.

Carpenter, C., Gohn, S. L (2006). Kids, drugs and crime. Lexington, M A, health. **Euro addicts Res**, 11(3), 145-151.

- Emmons, K. M., Wechsler, H., Dowdall, G., & Abraham, M. (1998). Predictors of smoking among US college students. **American Journal of Public Health**, 88, 104-107.
- Griesbach, D., Ams, A., & Currie, C. (2003). Adolescent smoking and family structure in Europe. **Soc Sic Med**, 56(1), 41-52.
- Jessica, L. M., Matthew, P. M., Holly, F. S., & Tracey, L. R. (2008). Alcohol use and exercise dependence: co-occurring behaviors among college students. **JCSP**, 2(1), 113-116.
- Kaplan, H. I., & Sadok, B. J. (1998). **Comprehensive text book of psychiatry**. 5th ed. Wippiams and Wipxins, 1, 572-73.
- Kirkcaldy, B. D., Shepherd, R. J., & Siefen, R. G. (2002). The relationship between physical activity and self-image and problem behavior among adolescents. International center for the Study of Occupational and Mental Health. **Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology**, 37(11), 544-550.
- Martha, C., Grelot, L., & Peretti-Watel, P. (2009). Participants sport characteristics related to heavy episodic drinking among French students. **International Journal of Drug Policy**, 20(2), 152-160.
- Moore, M. J., & Werch, C. E. (2005). Sport and physical activity participation and substance use among adolescents. **Journal of Adolescent Health**, 36(6), 486-493.
- Poortinga, W. (2007). Associations of physical activity with smoking and alcohol consumption: A sport or occupation effect? **Preventive Medicine**, 45(1), 66-70.
- Scerbo, F., Faulkner, G., Taylor, A., & Thomas, S. (2010). Effects of exercise on cravings to smoke: the role of exercise intensity and cortisol. **Journal of Sports Science**, 28(1), 11-19.
- Taylor, A., Katomeri, M., & Ussher, M. (2006). Effects of Walking on Cigarette Cravings and Affect in the Context of Nesbitt's Paradox and the Circumflex Model. **Journal of Sport & Exercise Physiology**, 28(4), 347-356.
- VanKim, N. A., Laska, M. N., Ehlinger, E., Lust, K., & Story, M. (2010). **Understanding young adult physical activity, alcohol and tobacco use in community colleges and 4-year post-secondary institutions: A cross-sectional analysis of epidemiological surveillance data**. BMC Public Health. 208, 1-9.
- Videmsek, M., Skubic, M., Karpljuk, D., & Stihec, J. (2006). Correlation between sport activity and drug-taking among 14 year-old primary school male and female pupils in Slovenia. Acta Univ. **Palacki, Olomuc, Gymn**, 36(1), 7-14.
- Wechsler, H., Davenport, A. E., Dowdall, G. W., Grossman, S. J., & Zanakos, S. I. (1997). Binge drinking, tobacco, and illicit drug use and involvement in college athletics. A survey of students at 140 American colleges. **Journal of American College Health**, 45, 195-200.