

Курильщики – невольные убийцы окружающих людей.

Табак, один из злейших врагов человечества, постепенно проник во все страны и приносит вред здоровью миллионов людей. Безопасной степени воздействия табачного дыма на здоровье человека не существует и курильщики умирают не от старости. В нашей республике от заболеваний связанных с курением ежегодно умирает около 20 тысяч человек, в мире – около 6 миллионов. Среди предотвратимых причин смертности курение занимает первое место в мире. Сам по себе этот фактор управляемый, однако эффективность предупредительного воздействия пока остается низкой. Многие курильщики считают, что эта пагубная привычка вредит только их здоровью, поэтому она является их личным делом. Однако они не правы. Человек, находящийся в одном помещении с курящим, становится курильщиком «поневоле» или невольной жертвой пассивного курения. Сами курильщики вдыхают только ¼ часть дыма от своей сигареты, а все остальное попадает в воздух. Поэтому курящие становятся невольными убийцами для окружающих их людей. Более 50% населения ежедневно подвергается пассивному курению табака. Справедливым будет отнести его к одному из вариантов социального насилия. Воздействие табачного дыма на окружающих в 4 раза вреднее, чем на самого курильщика. В результате многочисленных исследований установлено, что вдыхание некурящими людьми составляющих табачного дыма (окиси углерода, никотина, альдегидов и т.д.) оказывает влияние на состав крови, мочи и состояние нервной системы пассивного курильщика. Доказано также, что во время пассивного курения человек получает вред, который бы он получил при выкуривании самостоятельно одной сигареты каждые 5 часов. У 70% людей, находящихся в обществе курильщиков, возникает раздражение слизистой оболочки и глаз, у 30% - головная боль, у 25% - кашель. У некурящих членов семьи курильщика на 25% выше вероятность сердечных заболеваний. Табачный дым повреждает дыхательный эпителий, обуславливая утренний кашель курильщика, бронхиты, хроническую обструктивную болезнь легких, эмфизему легких. Исследованиями доказано также, что если один из членов семьи курит, то риск развития рака легких у некурящего возрастает в 20 раз. Жены курящих мужчин в 2-3 раза чаще болеют раком. У детей 15% случаев рака связано с курением родителей. При ежедневном выкуривании в семье 10-20 сигарет вероятность заболеть раком у ребенка увеличивается на 31%. Более 65% детей, страдающих бронхиальной астмой, являются пассивными курильщиками. На 50% возрастает риск внезапной смерти детей раннего возраста. В семьях, где курят родители, к курению приобщается более 50% детей, в некурящих семьях их на половину меньше. Поэтому курящие родители вносят свой вклад в приобщение детей к вредным привычкам. Табачные яды самым отрицательным образом влияют на здоровье беременных женщин, а также на развитие и здоровье плода. У мужчин курение имеет прямое отношение к развитию импотенции и бесплодия.

Сегодня в мире курит табак более одного миллиарда человек, в том числе треть взрослого мужского населения. По данным проведенного исследования в нашей республике курит 29.6% граждан, по Брестской области – курит каждый четвертый. В стране очень низкая культура поведения курящих, далеко не все уважают окружающих и соблюдают законы о запрете курения в определенных местах. Многие курильщики не считают курение бедой, пребывая в уверенности, что их лично она не коснется. Но у каждого человека есть право дышать чистым воздухом и оно выше, чем право курильщика загрязнять его и получать удовольствие. Поэтому чтобы быть здоровыми давайте все вместе защищать и отстаивать права некурящих людей.

Валеолог ЦРБ

Ковалевская О.Г.