

Прикаспийского газопровода, который должен увеличить объем поставок туркменского газа в Россию. Российско-туркменские отношения остаются дружескими и добрососедскими. Участие России во многих проектах на территории Туркменистана и, прежде всего, в развитии газового комплекса, предполагает расширение и углубление взаимодействия двух государств. Последний визит Бердымухамедова в Москву в конце марта 2009 года должен был продемонстрировать солидарность правительств двух государств в условиях мирового финансового кризиса, а также ускорить реализацию проекта Прикаспийского трубопровода.

КУРЕНИЕ – ВРЕДНАЯ ПРИВЫЧКА, ИЛИ ОПАСНАЯ БОЛЕЗНЬ, КОТОРУЮ НАДО ЛЕЧИТЬ?

УО «Гродненский государственный медицинский университет»

Новаш Е.О., 2 к., 26 гр., ЛФ

Кафедра гуманитарных наук

Научный руководитель – к.и.н., преподаватель Королёнок Л.Г.

Табак появился в Европе в XVI веке. Известно, что уже в те времена курильщиков преследовали очень жестоко. На старинных английских гравюрах можно найти изображения отрубленных голов с трубками во рту. В России XVII века за курение били кнутом и «драли ноздри». Даже сейчас в ряде стран курение в общественных местах преследуется в судебном порядке. Так, запрет на курение имеется в Ирландии, Британии, Швеции, Франции, Италии, Эстонии, Иране, Уругвае, Ботсване, Уганде, Гвинее, Нигере, Бутане, Кипре (с января 2010 г.), Хорватии (с 6 мая 2009 г.), Греции (с 1 июля 2009 г.). В Турции запрещено курить в кафе, ресторанах и барах с 19 июля 2009 г. (штраф – 45 долларов). С 2009 г. в некоторых городах Индонезии, включая Джакарту, запретили курение в общественных местах [1].

О вреде курения знают все. Этой проблеме посвящены статьи в газетах, передачи на радио и интервью в телепередачах и т.д. На каждой пачке сигарет имеется надпись соответствующего характера. Однако это не уменьшает количества курящих. В Европе 38% мужчин и 23% женщин являются курильщиками. В Беларуси курят более 64% мужчин и 20% женщин в возрасте старше 15 лет [4]. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), ежегодно во всем мире табак убивает 5 млн. людей (11 тыс. человек каждый день). Согласно прогнозам, к 2030 году табак станет ведущей причиной смерти 8 млн. человек во всем мире [5].

На сегодняшний день потребление табака является самой серьезной причиной возникновения хронических болезней, преждевременной инвалидности и смертности. Доказана связь табакокурения с 12 формами рака у человека. Наиболее часто встречаемые заболевания курильщиков – это рак легкого, пищевода, гортани и полости рта, рак мочевого пузыря, поджелудочной железы, в ряде случаев рак почки, желудка, молочной железы, шейки матки,

носовой полости. Экспертами ВОЗ подсчитано: в развитых странах примерно 30% всех опухолей человека и смертей от рака связано с курением. По данным исследований, проведенных в Европе, Японии и США, от 87 до 91% случаев рака легкого у мужчин и от 57 до 86% – у женщин связаны с курением сигарет [4]. В случае прекращения данной пагубной привычки повышенный риск индуцированного курением рака резко снижается. Положительный эффект очевиден в течение пяти лет, и эта тенденция со временем прогрессирует.

В Беларуси от болезней, связанных с курением, ежегодно умирают около 15,5 тыс. человек. За последние 10 лет в Республике из 338000 человек 101000 заболели из-за своего пристрастия к сигаретам [4].

Но курение вредит не только непосредственно самому курильщику, а также и людям, находящимся рядом. И чаще всего от пассивного курения страдают дети. Заболевания детей – пассивных курильщиков – не менее опасны. Это бронхит и пневмония, развитие и усиление астмы, инфекционных болезней уха, которые являются частой причиной глухоты у детей. У курящих отцов и матерей дети в 4 раза чаще болеют раком, чем у некурящих родителей.

Сейчас в Беларуси действует немало правовых актов, направленных на борьбу с табакокурением. Декретом президента «О государственном регулировании производства, оборота, рекламы и потребления табачного сырья и табачных изделий», принятым в 2002 г., запрещено курение в общественных местах. В 2005 г. в стране ратифицирована Рамочная конвенция ВОЗ по борьбе против табака и утвержден план мероприятий по реализации ее положений. Согласно ст. 17.9 Административного кодекса Беларуси, курение табачных изделий в запрещенных законом местах влечет штраф в размере от 0,1 до 0,5 базовой величины [2].

Запрещено курение в медицинских, учебных и спортивных заведениях, учреждениях культуры. Нельзя курить на вокзалах, в аэропортах, подземных переходах, на станциях метрополитена и во всех видах общественного транспорта. Существуют территории, свободные от курения. В Минске это Центральный детский парк им. М. Горького (в течение 6 последних лет); Центральный ботанический сад Национальной Академии наук и Минский городской зоопарк (с 2006 г.), а также парк развлечений «Дримленд» (с 2008 г.). Планируется такой статус придать парку 60-летия Октября в Ленинском и Александровском скверу во Фрунзенском районах. На звание свободных от курения претендует еще много мест [3].

Профессор, зав. отделом РОНЦ им. Н. Н. Блохина, президент Противоракового общества России Давид Заридзе отмечает, что по статистике большинство курильщиков бросают курить без помощи врача – усилием воли. Однако, чтобы этот метод сработал, нужно определить для себя, почему необходимо бросить курить. Курильщиков чаще всего разделяют на две категории: никотинозависимые люди, которым нужна доза никотина, и «социальные» курильщики, которым сигарета необходима, чтобы снять психологический стресс. Традиционно этот тип курильщиков сравнительно легко может отказаться от сигарет, им достаточно только найти для себя веские причины отказа от табака и

получить моральную поддержку. А вот никотинозависимым нужны помощь врача и лечебные средства.

Существует несколько наиболее известных способов борьбы с курением: жевательные резинки и пластырь, специальные лекарственные средства, кодирование и иглоукалывание.

Жевательные резинки и пластырь поставляют в организм никотин. При жевании он всасывается через ротовую полость, а с помощью пластыря поступает через кожу. Отличие же этих способов от непосредственного курения в этом, что сигаретный яд – это не сам по себе никотин, а канцерогены и токсины, которые попадают в полость рта, гортани, глотки, пищевода и т.д. при курении. Именно они вызывают рак этих органов и ряд других форм рака. Токсические вещества, сужая стенки сосудов, провоцируют тромбозы, атеросклероз и другие сердечно-сосудистые заболевания.

Принцип работы препаратов для лечения табакозависимости основан на реакции рецепторов головного мозга на никотин. Лекарственные средства занимают место никотина в этой цепочке. Это очень эффективное средство лечения никотинозависимости, однако имеющее много побочных эффектов, что может выражаться как в обострении психических расстройств, так и привести к летальному исходу.

Под кодированием понимается психотерапевтический метод воздействия, который дает мотивацию для отказа от сигарет. Иглоукалывание и другие методики физического воздействия производят скорее психологический эффект.

Таким образом, как бы мы ни называли курение – привычкой или болезнью, это порок, от которого надо избавляться, дабы продлить жизнь себе и окружающим. И здесь важную роль играют не только запреты, но и осознание данной проблемы самими курильщиками.

Список литературы:

1. Гарматина, Ю. Бой с дымом / Ю.Гарматина // Аргументы и факты. – 2009. – 18 ноября – С. 36.
2. Кодекс Республики Беларусь об административных правонарушениях // Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь [Электронный ресурс]. – 2009. – Режим доступа: <http://www.pravo.by/WEBNPA/text.asp>. – Дата доступа: 30.11.2009.
3. Маркевич, М. «Бычки в свободной зоне» / М.Маркевич // Рэспубліка. – 2009. – 28.07. – С. 5.
4. Роль курения и алкоголя в канцерогенезе // Советская Белоруссия [Электронный ресурс]. – 2009. – 21 марта. – Режим доступа: http://www.sb.by/post/rol_kureniya_alkogolya_kantser/. – Дата доступа: 23.12.2009.
5. Only 5.4% of world's population covered by comprehensive smoke-free laws // World health organization [Электронный ресурс]. – 2009. – Режим доступа: <http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2009/>. – Дата доступа: 30.12.2009.