

Гульдерова Виктория Николаевна

студентка

Поддубный Олег Юрьевич

канд. хим. наук, доцент, преподаватель

ФГБОУ ВО «Армавирский государственный

педагогический университет»

г. Армавир, Краснодарский край

НЕГАТИВНОЕ ВЛИЯНИЕ КАЛЬЯНА НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА

***Аннотация:** в статье поднимается актуальный вопрос: «Знает ли молодежь, какие последствия вызывает курение кальяна на организм человека?». Авторы сравнительный анализ влияния сигарет и кальяна на здоровье. Методом анкетирования установили процент курящих среди 175 опрошенных.*

***Ключевые слова:** здоровье, кальян, сигареты, табачные смеси.*

В настоящее время все большую популярность среди молодежи приобретает кальян, который становится одним из обязательных пунктов увеселения на шумных вечеринках. Но знает ли подрастающее поколение, какое воздействие оказывает кальян на организм человека? Действительно ли он безвреден и приносит пользу? Или же, наоборот, слишком вреден? Поэтому попробуем найти ответы на эти вопросы.

Согласно Всемирной Организации Здравоохранения, курительная смесь, используемая для кальяна, воздействует на организм несколько не меньше, чем обычные сигареты. Единственное отличие между ними заключается в том, что кальян имеет приятный вкус и аромат, который обеспечивается добавлением листьев сухих трав и кусочков фруктов.

Однако табак остается табаком со всеми примесями и его, так называемая, способность без вреда расслабить нервную систему и снять стресс – это всего лишь стратегический ход рекламодателя для увеличения продаж.

Многие задаются вопросом, можно ли приготовить кальян так, чтобы он приносил пользу? Это возможно только в том случае, если в кальяне не будет

курительной смеси вообще, т.е. никакого никотина, смол и других отравляющих веществ, и при условии использования исключительно только аптечных эфирных масел с чистой водой.

Следовательно, мы приходим к выводу, что именно такой «кальян» используется в медицинской практике как прибор для ингаляций, для лечения людей с заболеваниями лёгочной системы.

Нельзя не отметить, что никотиновая зависимость у курильщиков кальяна намного сильнее и опаснее, чем от сигареты. Причина заключается в том, что курильщик «насыщается» никотином только в процессе выкуривания сигареты, т.е. не более 5–10 минут. Но при курении кальяна никотин поступает в организм человека минимум от получаса и до нескольких часов.

Важно отметить, что последствием группового курения кальяна может стать стафилококковое отравление, также можно заразиться такими инфекциями как сальмонеллёз, герпес, гепатит, туберкулёз, но большинство статей в интернете часто упускают подобную информацию.

В основном заблуждения людей о положительном влиянии кальяна на организм, основываются на убеждении в том, что длинные трубки и прохождение табачного дыма под давлением через жидкость, практически полностью освобождают его от вредных веществ. Но главное не забывать, что пусть даже и холодный, но табачный дым с никотином и смолами раздражает стенки бронхов и способствует развитию хронического бронхита, который может стать первым шагом на пути к раку или эмфиземе лёгких.

Стоит упомянуть, что кальян негативно влияет как на кровеносную систему (нарушение тонуса кровеносных сосудов, повышение артериального давления, атеросклероз, ишемическую болезнь сердца и стенокардию), так и вызывает рак. А при наполнении его алкоголем, в несколько раз увеличивает скорость развития болезней различных органов дыхательной, кровеносной и нервной систем.

В последние годы курение кальяна в кафе и ресторанах – одна из модных тенденций в молодежной среде. Тысячи заведений в России предлагают своим

гостям эту услугу, привлекая посетителей небольшими ценами и экзотическим табаком с разнообразными вкусами.

Главный психиатр-нарколог Минздрава России Евгений Брюн предупреждает о том, что зафиксированы случаи, когда в обычный кальян подмешиваются так называемые спайсы или курительные смеси, угрожающие здоровью и реальной наркотической зависимостью.

По статистике Минздрава России основными потребителями кальяна являются граждане в возрасте от 16 до 30 лет. Также в зоне не меньшего риска находятся и те, кто просто находится рядом во время курения кальяна, так как вдыхают тот же губительный дым, что и сам курящий.

Для того, чтобы изучить отношение молодежи к кальяну, их знания и причины повышенного пристрастия к курению кальяна, мы провели исследование методом анкетирования среди студентов Армавирского государственного педагогического университета и школьников МОБУГ №2.

В данном исследовании приняли участие 175 человек. Средний возраст опрошенных – 19 лет.

Выяснилось, что среди 175 людей (учеников и студентов) некурящих кальян оказалось только 75 человек (43%). Следовательно, 100 человек (57%) курит.

Стоит отметить, что частота курения кальяна по результатам может утешить, ибо большинство людей (58%) выбрали вариант ответа «Редко (1–2 в месяц)», а «часто» только 12%, другой вариант «крайне редко» показал 30%;

На вопрос: «Где вы чаще всего курите кальян?» – ответ в 76% показал, что в специально-отведенных местах для раскуривания кальяна.

Относительно вопроса: «Смешиваете ли Вы курение табачных смесей с распитием спиртных напитков?» – результат оказался отрицательный, так как варианты ответов «Да» (25%) и «Иногда» (29%) в сумме превосходят вариант ответа «Нет» (46%).

На вопрос: «Пробовали ли вы курить кальян?» – результат оказался отрицательным, так как 87% ответили положительно.

Ситуация оказалась совсем противоречивой в ответе на вопрос: «Знаете ли Вы какое воздействие оказывает курение кальяна на организм?». Несмотря на то, что опрошенные осведомлены о последствиях употребления кальяна и курительных смесей (спайсов), они в силу уже сформировавшейся зависимости от никотина продолжают курить (28%), то есть сформирована не только физическая, но и психическая зависимость.

Из результатов нашего анкетирования видно, что популярные и рекламируемые продукты не всегда являются положительными. Сравнительный анализ негативного влияния сигарет и кальяна показал, что тяжелые болезни и преждевременную смерть вызывают и те и другие. Здоровье самая большая ценность в жизни человека, которую нужно беречь.

Таким образом, исходя из всего вышеизложенного, можно сделать вывод, что каким бы не было курение, оно в любом случае негативно отражается на здоровье человека. Не следует верить всему, что говорит реклама. Ведь основная цель рекламодателя – это продать свою продукцию и сделать ее наиболее популярной. Об отрицательном влиянии на организм вам скажут только профессиональные ученые и врачи. Поэтому своевременно полученная информация о каком-либо продукте заставит вас задуматься о своём здоровье и поможет в принятии решений.

Список литературы

1. Александрова А.А. Профилактика курения у подростков // Вопросы психологии. – 2012. – №2. – С. 55–61.
2. Баринова А. Вы готовы бросить курить? // Здоровье. – 2013. – №5. – С. 96.
3. Бергер Л. «Клуб» против курения: «Подростки – будьте умнее, а взрослые – станьте взрослее и от вредной привычки избавьтесь быстрее!» // Клуб. – 2012.