(cc) BY

Хотиева Людмила Ивановна
воспитатель
Фурса Анна Владимировна
воспитатель
Горбачева Ольга Михайловна
воспитатель
ГБОУ «Шебекинская гимназия-интернат»
г. Шебекино, Белгородская область

О ПАССИВНОМ КУРЕНИИ

Аннотация: *в статье рассматривается массовое распространение курения скак социально опасное явление.*

Ключевые слова*: пассивное курение, табакокурение, никотин.*

Врач-писатель В.В. Вересаев так писал в своих заметках: «Нет на свете никого, кто бы не знал, как вредно даже здоровому человеку находиться в накуренном воздухе. И нечего уже говорить о больных туберкулезом легких, расстройством сердечной деятельности и т. п. И все-таки люди беззастенчиво курят в общежитиях, и на работе, и в гостях …»

Пассивным курением называют состояние, когда некурящие вынуждены дышать табачным дымом от курящих. Поэтому курильщик наносит вред не только своему здоровью, но и здоровью окружающих людей.

С этим мы постоянно сталкиваемся в квартирах и в служебных помещениях, на улице и в поездах. Бывает, открывается у платформы дверь электрички, а оттуда, как из трубы, идет дымище. Входящие в вагон и выходящие из него вынуждены пробираться через настоящую дымовую завесу – это в тамбуре собрались курящие.

А между тем у них перед глазами надпись: «Курить запрещается». Такие же объявления висят и в других общественных местах. Но нередко можно видеть, как под призывом «Просят не курить» какой-нибудь страдающий от отсутствия табака курящий просит другого одолжить сигарету, и они оба дружно

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

закуривают, не обращая внимания ни на объявление, ни на просьбу окружающих не курить.

А кому не приходилось наблюдать картину, когда молодой отец везет детскую коляску или даже несет ребенка на руках, а в зубах у него дымящаяся сигарета.

Разумеется, в этом случае ребенок «накуривается» вместе с отцом, который бездумно отравляет организм малыша. У некурящих из-за окуривания их курящими, могут возникать приступы астмы, развиваться аллергия, обостряться течение ишемической болезни сердца. Дети курящих родителей в большей степени подвержены заболеваниям органов дыхания, чем дети некурящих.

В частности, у таких детей удваивается частота бронхитов и воспаления легких. Наличие полония, радиоактивного свинца и висмута в табачном дыме дает право считать, что табачный дым опасен не только тем, кто курит, но и всем, кто дышит этим дымом, прежде всего детям.

Расстройства сна и аппетита, нарушение деятельности желудка и кишечника, раздражительность, плохая успеваемость и даже отставание в физическом развитии – вот перечень явлений, причина которых в пачке сигарет.

При массовом распространении курение становится социально опасным явлением. Некурящие люди в буквальном и принудительном порядке вынуждены дышать «выхлопными газами» курящих. Головная боль, головокружение, сердцебиение, разбитость – вот частые жалобы некурящих, которым приходится подолгу находиться в прокуренных помещениях, фактически подвергаясь тем же опасностям, что и курящие.

Поэтому необходимы решительные и действенные меры против курения в общественных местах. В настоящее время широко развернулось движение против курения и в нашей стране. Категорически запрещается курение в школах и других средних учебных заведениях. Запрещено курение в лечебно-профилактических учреждениях.

Медики обязаны служить примером воздержания от курения для обращающихся к ним больных. Определенным достижением является запрещение у

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

нас курения во всех видах транспорта, в столовых, ряде ресторанов и кафе и в некоторых других общественных местах. Дальнейшее ограничение мест курения, строжайшее выполнение установленных в этом отношении правил имеют двоякое положительное значение. Благодаря таким запретам значительно уменьшается опасность «пассивного курения», т. е. отравления табачным дымом некурящих.

Это не менее существенно, создание «неудобств» для курильщиков несомненно уменьшает приток «пополнения» в армию курящих и создает предпосылки для прекращения курения тем, кто еще курит и никак не может отказаться от своей вреднейшей привычки.

В настоящее время по борьбе с курением широко развернулось движение против курения и в нашей стране. Впрочем, общественные деятели издавна требовали запрета курения. Л.Н. Толстой в статье «Для чего люди одурманиваются» писал: «Всякий человек нашего среднего воспитания признает непозволительным, неблаговоспитанным, негуманным для своего удовольствия нарушать спокойствие и удобство, а тем более здоровье других людей.

Никто не позволит себе намочить себе комнату, в которой сидят люди, шуметь, кричать, напустить холодного, жаркого или вонючего воздуха, совершать поступки, мешающие и вредящие другим.

Но на тысячу курильщиков ни один не постесняется тем, чтобы напустить нездорового дыма в комнате, где дышат воздухом некурящие женщины, дети… не чувствуя при этом ни малейшего укора совести».

Итак, курить можно бросить в любое время, стоит только захотеть. Прекращение курения не представляет ни малейшей опасности для сохранения здоровья. Очень многие, даже длительное время курившие люди на склоне лет сознательно приходят к благоразумному выводу о необходимости бросить курить и совершенно безболезненно делают это по собственному желанию.

Научные исследования показывают, что более семидесяти процентов курильщиков обладают достаточной силой воли, чтобы прекратить курение, не прибегая к помощи врачей. Трудно ли бороться с вредными привычками? Без-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

условно, но если подойти к этому делу со всей серьезностью, хорошенько настроиться на борьбу, изучить некоторые приемы, то порвать с вредными привычками сможет практически любой человек.

Список литературы

1. Анташеева Ю.А. Курение и здоровье. Программа по профилактике курения среди несовершеннолетних // Социальная педагогика. – 2013. – №3. – С. 70–80

2. Ди Франца Дж. Зависимость с первой сигареты // В мире науки. – 2008. – №8. – С. 60–66.

3. Доцоев Л. Не курить во имя будущего // РФ сегодня. – 2008. – №6 – С. 38–39.

4. Вред не только себе, но и обществу [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://alkogolunet.ru/blog/vred_ne_tolko_sebe_no_i_obshhestvu/2013–09–29–806 (дата обращения: 05.03.2022).

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)