

# Курить или не курить? Вот в чем вопрос!

В который раз встречаюсь с этой дилеммой. Хорошо еще, что она возникает не у меня в голове – я-то давно для себя все решил! А теперь и вам помочь хочу. Вы мне расскажете о вреде курения, а я – о пользе, ладно? Того и глядишь, прибудет в полку курящих. Хотя... читайте и решайте сами.

Есть многое в курении, о чем сознательно не любят говорить ученые-медики. К примеру, курение снижает риск заболевания болезнью Паркинсона. Ну и что с того, что оно обладает множеством других, не столь положительных эффектов (повышенный риск онкологических, сердечно-сосудистых заболеваний, болезни нервной, дыхательной системы, ухудшение зрения и т.д.). А все одно – какой-то плюс в нем есть, пусть он даже один! Если вы любите адреналин, то представьте каждую вашу сигарету в виде патрона в барабане револьвера у вашего виска и спусковой крючок – зажигалка. Один из патронов несет пользу. Остальные – вред. Русская рулетка получается: круто, правда?

Вторая правда, о которой молчат медики, – о затажном, глубоком, захлебывающем каждое утро курильщика кашле. Какая же польза может быть от кашля? Это неправда, что никакой. Во-первых, это отличный массаж и, если хотите, то и тренировка отдельных мышц грудной клетки, причем чем глубже кашель, тем больше мышц вовлекается в процесс. Во-вторых, при кашле происходит какая-никакая очистка легких от всяческих накопившихся отложений. И это уже не столь важные частности, что отложения образуются в результате курения.

Третье. Никотин. Слыхали? Это один из алкалоидов табака. Природа мудра и не могла создать вредных для нас вещей. Давайте-ка искать пользу. Теоретически ведь никотин может в результате метаболизма превратиться в никотиновую кислоту! А это уже витамин! И еще: никотин сужает сосуды и, следовательно, ухудшает кровоснабжение конечностей и других периферических органов. Навскидку польза от этого такова: снижается отдача организмом драгоценного тепла в окружающую среду.

Помните те золотые времена, когда по телевизору показывали рекламу сигарет? Какие красивые и мужественные парни обнимали дымящийся белый сигаретный стан? Господа, верните рекламу сигарет обратно! Ведь только на ней видно, насколько выгоднее выглядят парни с сигаретой, чем без нее. Что, скажите, делал бы тот пресловутый ковбой, садясь после тяжелого рабочего дня на завалинке, если бы не

закуривал сигарету с мечтательным видом? На звезды бы любовался? Тьфу, глупо! И неважно, что актер из той рекламы умер от рака легких. С кем не бывает...

А голос? Что еще делает ваш голос ниже по тембру и придает ему такую сексуальную хрипотцу? Не найдете средства лучше, чем сигарета. Конечно, можно устроиться на работу, сопряженную с повышенной нагрузкой на голосовой аппарат, или простужаться постоянно, но зачем столько жертв, когда решение – вот оно? И недорого обойдется: чтоб усилить эффект, курите дешевые сигареты и обязательно без фильтра. Только помните, что хрипотца возникает не через один год после первой сигареты. Требуются устойчивые органические изменения в голосовых связках, а это вам не фунт изюма.

Девушки! Женщины! Вам – особые «за» в курении. Выпуская клубы дыма для маскировки, можно постоянно снижать количество применяемых для макияжа средств. В результате – на лицо налицо экономия средств. А если вы хотите, чтобы ваша кожа имела едва заметный серо-желтый красивый оттенок, то ни в коем случае не расставайтесь с сигаретой. Одышка от курения даст вашему партнеру лишний повод вас пожалеть. Ведь женщина должна быть слабой?

Кстати, совсем забыл! Факт, о котором говорят все, кому не лень, но не обращает внимания никто. Сигарета способствует похудению. Да-да! И эта «никотиновая» диета опять же получила статус непризнанной обществом. Механизм опишу совсем вкратце. Никотин сам по себе способствует сжиганию избыточной энергии в организме (не нужно ходить в спортзал, да и вообще двигаться лишний раз, по большому счету). Кроме того, курение способствует снижению аппетита за счет снижения остроты вкусовых ощущений. А платой за это – всего-то повышенный риск язвенной болезни от сигареты, выкуренной натошак или вместо приема пищи.

Вы уже увидели, сколько пользы может принести курение? Теперь пора определиться. Я выбрал свой путь. Будучи в душе аскетом и иногда самобичевателем, решил бросить приятное и полезное занятие – курение. Да и не может быть так все хорошо! Чую, где-то кроется подвох. А вы все еще не сделали свой выбор?

Автор - **Александр Матвиенко**

[Источник](#)