Можно ли справиться с курильщиками?

Кем нужно быть, чтобы, имея такую емкую информацию о вреде курения, продолжать курить?

Минздрав предупреждает...
Врачи уговаривают...
Домашние умоляют...

Но эффект равен нулю. И сегодня можно констатировать тот факт, что число курящих увеличивается.

Современная реклама помогает убедить некурящих начать курить и мешает курильщикам отказаться от курения и что там бурчание участкового терапевта, когда с рекламных щитов на нас смотрят «мужественные люди со вкусом свободы и праздника жизни», красивые, уверенные, дорого одетые, у которых нет страха перед табаком, а главное – они очень хорошо выглядят, вопреки тому, что курение опасно для жизни. И молодые люди хотят быть похожими на них.

А как действуют на психику герои любимых фильмов, герои которых при малейшей проблеме тянуться к пачке сигарет. И как красиво, элегантно и не спеша. Совсем другое можно наблюдать наяву: прибегают к сигаретам в силу своей слабости и неумения решить проблемы и жизненные неурядицы другим путем. С какой нервозностью курильщик достает сигарету и до тех пор, пока не произойдет первая затяжка – перед вами жалкий и неуравновешенный, уязвимый и зависимый, достойный разве что только сожаления человек.

Присмотритесь, как курящий садится в транспорт. Как он спешно и жадно делает затяжки, а затем с досадой бросает сигарету на землю (обратите внимание, как замусорены улицы и остановки окурками, сигаретными коробками, спичками).

Употребление табака для многих – уход от решения проблемы. Многие считают, что

сигареты помогают им успокоиться, снять психологическое напряжение, разрядиться. Это неправда. В этой ситуации человек просто отвлекается. Другие в такой ситуации много едят, перебирают четки и т.д.

Одного из самых богатых людей мира спросили: «Какие сигареты вы курите?», на что он ответил: **«Я очень богат и очень люблю себя и жизнь, поэтому не нуждаюсь в допинге. По моему мнению, курят только те люди, у которых много проблем. Лично для меня курение и умение зарабатывать большие деньги несовместимы»**
(Из книги «Счастье каждый день» В. Панкратов, Л. Щербинина.)

С такой формулировкой не согласиться нельзя. Ведь в жизни, если мы голодны, нам нужна – еда, для утоления жажды – вода, для жизни – воздух, чтобы быть в тепле – одежда. А для чего нужны сигареты? Человеку необходимо здоровье, чтобы не бегать по врачам и не вбухивать деньги в аптечный бизнес. А ты здоров, человек с сигаретой во рту, от которого дурно пахнет?

В обществе сформировалось благодушное отношение к курению. Возраст, с которого можно продавать сигареты, не в счет, в России всегда много отзывчивых прохожих, которые помогут подростку купить курево. Часть населения уверена, что вред курения не доказан, а медики просто нагнетают страсти.

Многие жители городов пользуются услугами «маршруток», в которых в большинстве случаев в салоне присутствует едкий запах табачного дыма. Интересно, что пассажиры, садясь в маршрутку, в которой в прямом смысле нечем дышать, не возмущаются и не делают замечание. Что это? Безразличие к происходящему или страх напомнить водителю о соблюдении закона, так как ответ водителя предугадать несложно?

Население мало понимает, что курильщики опасны для окружающих, а они ни с кем не считаются. Курит человек или нет – его личное дело, но это остается таковым до тех пор, пока не начинает противоречить интересам других людей. И если курильщики добровольно обрекают себя на болезнь, то почему мы, сами того не желая, должны из-за них рисковать своим здоровьем?

Ведь они причиняют большой вред не только себе, но и другим людям. Ради собственного удовольствия разрушают здоровье родных и близких сослуживцев и случайных прохожих.

Можно ли справиться с курильщиками

Автор: admin

27.06.2011 17:18 -

Подсчитано, что от пассивного курения страдают в три раза больше людей, чем самих курящих.

Проветривание помещения, даже неоднократное, не спасает от вредного воздействия табачных токсинов.

В боковой струе табачного дыма, идущей от тлеющей сигареты, канцерогенов гораздо больше, чем в основной струе, вдыхаемой во время затяжки. И поэтому, проходя мимо человека, который отвел в сторону руку с сигаретой, или мимо урны, где тлеет бычок (курильщики редко считают необходимым затушить его) случайный человек получает большой ущерб здоровью. Дозовые нагрузки вдыхаемого табачного дыма вроде и невелики, но велика повторяемость их воздействия, и поэтому проблемы со здоровьем у людей будут.

Сейчас молодое поколение проводит время в табачном дыму, организм насыщается вредными веществами, повреждающими половые клетки, и как итог, сливаясь, они, образуют больные зародыши, которые чаще всего получают уродами, поэтому их отвергает материнский организм – происходят выкидыши. Если зародыш продолжает развиваться, плод приобретает разнообразные пороки. И родители будут винить в этом кого угодно, только не себя.

Употребляя табак, курильщики обрекают на вырождение человеческий род, способствуют деградации народа. Многие это понимают, но избавиться от табачной зависимости могут далеко не все. Привыкнуть к сигаретам очень просто и быстро, а вот избавиться от табачной зависимости сложно.

Среди российских старшеклассников и студентов 53% юношей и 28% девушек – зависимы от табака. Антитабачная реклама, где персонажи вроде Васи и Пети катаются на великах, любят кино и не курят, выглядит неубедительно и, как выяснили исследователи, ее не замечают некурящие, а вот у зависимых само слово «курить» вызывает порыв взяться за сигарету.

В бюджете РФ уже заложены средства на меры по присоединению к Рамочной конвенции Всемирной организации здравоохранения по борьбе против табака, предусматривающей запрещение или ограничение рекламы табачных изделий, осуществление налоговой политики, направленной на сокращение потребления табака, введение более жестких требований к маркировке табачных изделий и их обороту. Но

Можно ли справиться с курильщиками

Автор: admin

27.06.2011 17:18 -

справиться с этой проблемой национального масштаба можно только всем вместе.

Автор - **Лилия Шельмина**

[Источник](#)