Автор: В.А.Нараленков,главный государственный санитарный врач Гомельской области

Известный русский писатель Антон Чехов, сам, кстати, врач по образованию, весьма оригинально сравнил целование курящей женщины с поцелуем пепельницы.

Это было высказано более ста лет назад, и тогда уже вовсю стояла проблема никотиновой зависимости, ее влияния на здоровье. Сейчас Беларусь, имея такого промышленного монстра, как Гродненская табачная фабрика, потоком гонит сигаретно-папиросный вал. И, судя по той обширной рекламе, которая периодически появлялась еще в прошлом году на страницах ведущих республиканских газет, темпы производства отнюдь не снижаются.

То есть, налицо давняя истина, что спрос рождает предложение. Причем слабый пол уверенно догоняет мужчин. Ведь сплошь и рядом можно видеть нелицеприятные наброски с натуры, когда курят совсем девчонки, а иные мамаши одновременно дымят и ведут ребенка за руку или везут его в коляске. О каком же здоровом потомстве можно вести речь? Выбор здесь достаточно прост: здоровый ребенок или сигареты. Известно, что курение во время беременности может привести к гипотрофии плода (задержке в развитии и росте), так как малыш не получает достаточно кислорода и питательных веществ, крушениям в свертывании крови, увеличению риска преждевременных родов, синдрома внезапной смерти новорожденного.

Вместе с тем, вряд ли с курением возможно бороться банальными декларациями и призывами подобно «курить – здоровью вредить» и предупредительными надписями на сигаретных пачках. Хотя и это, согласитесь, необходимо. А как иначе, если в республике курит треть населения. Получается, как в строках крыловской басни «Васька слушает, да ест». В данном случае - люди продолжают курить.

Поэтому в противостоянии: Минздрав и табачная промышленность – безоговорочная победа должна быть за первыми. И никакого паритета вроде «легких», «мягких», «с пониженным содержанием смол» сигарет. Здоровье нации – главный принцип.

В настоящее время в Гомельской области, по данным социологических исследований, никогда не курили – 52,2% населения. Есть перспективы надеяться на увеличение числа тех, кто за основу будет брать здоровый образ жизни, решительный отказ от никотина. Ведь нашем регионе наблюдается снижение доли курящих с 39 % в 2004 году до 31,9 % в настоящее время. В числе причин отказа от вредной привычки: ухудшение самочувствия, недовольство близких, родственников, коллег по работе, желание сэкономить деньги. Анализ данных за период 2001 - 2009 гг. показал, что процесс отказа от курения происходит более интенсивно среди мужчин (с 64,1% в 2001 году до 50,2% в 2009), чем среди женщин. Среди женщин за период 2001 - 2006 гг. наблюдалось снижение доли курящих (с 19,7% в 2001 году до 15,4% в 2004), за период 2006 - 2009 гг. отмечается увеличение доли курящих женщин (с 16,3% в 2006 году до 21,4% в 2009).

Чаще всего в Беларуси курят в возрасте 30-49 лет (38,3 %). В возрасте от 16 до 29 лет - 36,5 %.

Так вот, если от болезней, связанных с курением, ежегодно умирают почти 15,5 тысяч жителей Беларуси, то каким будет число различных болезней и осложнений от вдыхания никотиновых отходов?

Все курильщики должны знать, что каждая выкуренная сигарета – кусочек непрожитой жизни. Сказанное – не просто обыденная фраза. Ведь в состав табачного дыма входит около трёх тысяч химических веществ, способных повреждать живые ткани. Среди них табачный деготь, который образует смолы и родственные им соединения; никотин; высокотоксичные соединения и газы: окись углерода, аммиак, синильная кислота; окиси азота и другие.

В течение 30 лет курильщик выкуривает примерно 20 тысяч сигарет, или 160 кг табака, поглощая в среднем 800 г никотина. Подобная доза поступает ежедневно в кровь после выкуривания 20-25 сигарет (в одной сигарете содержится примерно 6-8 мг никотина, из которых 3-4 мг попадает в кровь). Впечатляет, не правда ли?

Впрочем, определенные сдвиги к лучшему есть. Способствует подвижкам, в числе прочего, республиканская акция «Беларусь – против табака», что проводится с 2002 года, в мае, накануне Всемирного дня без табака. Примечателен рост количества участвующих в этой оздоровительной кампании. Так, если в 2004 году в ней приняли участие более полутора тысяч жителей Гомельской области, то в 2006 году - свыше 25

тысяч человек, а в нынешнем году - более 500 тысяч.

К тому же по инициативе управления здравоохранения Гомельского облисполкома и Гомельского областного центра гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья приказом управления торговли и услуг Гомельского облисполкома ежегодно во Всемирный день борьбы против табака 31 мая приостанавливается реализация табачных изделий в учреждениях торговли всех форм собственности на определенный промежуток времени, а в некоторых районах – в течение всего дня. Надо полагать, доброе начинание будет иметь достойное продолжение.

Благодаря успешному осуществлению целого комплекса мероприятий по снижению потребления табака на государственном уровне, определенная часть нашего населения намерена бросить курить. Разработан и действует ряд нормативных документов, регламентирующих антитабачную деятельность. В числе их: Декрет Президента Республики Беларусь от 2002 года №28 «О государственном регулировании производства, оборота, рекламы и потребления табачного сырья и табачных изделий», Постановление Совета Министров Республики Беларусь от 2003 года №349 «Об утверждении положения о порядке размещения рекламы алкогольных напитков и табачных изделий в средствах массовой информации и наружной рекламы алкогольных напитков и табачных изделий», Закон Республики Беларусь от 14 июня 2005 года «О ратификации Рамочной конвенции ВОЗ по борьбе против табака» и упомянутая уже выше «Комплексная программа борьбы против табака в Республики Беларусь на 2008 – 2010 годы».

Несомненно, эти меры должны дать свои положительные результаты, оздоровить нашу нацию. Но многое, если не всё, зависит от готовности и желания каждого конкретного человека.

И все же, ради справедливости, следует откровенно сказать, что табакокурение требует еще более строгих, оградительных мер. Как, например, установлено в ряде стран мира.

В США запрещено курить в закрытых общественных помещениях и служебных автомобилях. Штраф за нарушение - 1000 долларов.

В Италии штраф за курение в общественных местах составляет от 250 до 2000 евро.

В Швеции, если студент хочет получить стипендию, не должен курить.

В Германии в Закон о страховании внесена поправка: взнос некурящего на 40% меньше, поскольку для медицины он обходится дешевле. Известно, что в Германии выделяется время на перекуры. Но время тех, кто добровольно отказался от курения, суммируется и плюсуется к отпуску.

В Великобритании запрещено курение во всех кафе, ресторанах, клубах, офисах и организациях. Штраф за нарушение может достигать 2500 фунтов.

В Бельгии подписан закон о запрете курения в общественных помещениях. За нарушение - штраф 480 долларов.

В Голландии всем подросткам от 12 до 16 лет, которые после специальных тестов докажут, что они не курят, ежемесячно выплачивают 200 долларов.

В Финляндии принят закон, по которому курение разрешено только на улице.

В Польше запретили курить в общественных местах и с улиц убрали автоматы, продающие сигареты.

В Венгрии за курение в неположенном месте взимается штраф 125 долларов, за нарушение правил продажи - до 420 долларов.

В Канаде курить запрещено во всех госучреждениях страны, курильщикам запрещено появляться с сигаретой на службе, в аэропортах, на вокзалах. Пепельницы исчезли из

баров и ресторанов. Табачным компаниям не разрешается быть спонсорами спортивных соревнований.

В Японии фирмы выплачивают премии некурящим сотрудникам. В ряде стран (Германия, Голландия, США, Франция и др.) стоимость любых сигарет достаточно высока, что, естественно, сдерживает покупательский спрос.

Безусловно, будет еще лучше, если бы вред, наносимый курением, осознавался всеми без исключения, а помощь со стороны медицинских работников - была ощутимой.