

## САМОЕ ВРЕМЯ ОТКАЗАТЬСЯ ОТ ТАБАКА



На Земле целых два международных дня, посвященных борьбе с курением – Всемирный день без табака (31 мая) и Международный день отказа от курения, который отмечается ежегодно в третий четверг ноября. Первая из этих дат установлена Всемирной организацией здравоохранения в 1988 году, вторая появилась даже раньше – в 1977 году, по решению Американского онкологического общества.

### **По данным Всемирной организации здравоохранения:**

- в мире 90% смертей от рака легких, 75% от хронического бронхита и 25% от ишемической болезни сердца обусловлены курением;
- каждые десять секунд на планете умирает один заядлый курильщик (к 2020 году этот уровень может повыситься до одного человека за три секунды);
- каждая десятая женщина в России – курит, а 50-60% мужчин заядлые курильщики.

Несмотря на усилия здравоохранительных организаций, не так уж много людей бросает курить, не помогает даже риск смерти: курение и заболевания, которые оно вызывает, каждый год убивают около миллиона россиян. Это куда больше, чем от СПИДа, аварий на дорогах или употребления наркотиков.

**Цель Международного дня отказа от курения** — способствовать снижению распространенности табачной зависимости, вовлечение в борьбу против курения всех слоев населения и врачей всех специальностей, профилактика табакокурения и информирование общества о пагубном воздействии табака на здоровье.

## ИСТОРИЯ ТАБАКОКУРЕНИЯ

Ученые давно выяснили, откуда родом одна из самых отвратительных человеческих зависимостей – никотиновая. В основном все они сходятся во мнении, что начало табакокурению положили американские индейцы. Именно они стали культивировать первые растения табака. Употребляли же листья последних в качестве средства, выделяющего никотиновый дым, еще 6000 лет тому назад. Христофор Колумб в конце XV века стал свидетелем процесса курения, осуществляемого местными жителями. Они сворачивали лист табака в трубочку, поджигали кончик импровизированной папиросы, дым вдыхали через рот, а выпускали через ноздри. Индейцы майя называли эти приспособления «сикар». Так появилось слово «сигара». Табаком же специфические растительные культуры именовались по названию провинции на о. Гаити, где произрастали: Табаго. Есть версия, согласно которой табакокурение было распространено еще в среде фараонов, и это вполне возможно, однако если сие имело место быть, то египтяне унесли свой секрет в могилу, а индейцы самостоятельно открыли для себя свойства необычного растения и явились, таким образом, первооткрывателями в данной сфере.

Как же табак очутился на европейском континенте? Этим мы обязаны миссионеру из команды Колумба – Роману Панэ. Взяв с собой семена табака, находчивый испанец на своей родине начал выращивать диковинную культуру в качестве декоративной. Но очень быстро наркотическими растениями стали засеивать целые плантации с целью получения курительного сырья: нюхательных порошков, просто сушеных листьев. Европейцы увлеклись употреблением табака не на шутку. Они возвели его в ранг едва ли не священных растений – по крайней мере, лечебными свойствами наделили. Любопытно, что слово «никотин» вошло в табачную терминологию как итог необычной истории. Французский посол Португалии Жане Нико подарил королеве Екатерине Медичи семена и листья уже известного нам растения в качестве «средства ото всех недугов». В знак благодарности венценосная особа нарекла новоявленное лекарство «никотином» в честь презентовавшего его лица.

Что касается нашей страны, то в Россию табак завезли в XVI веке. Массовое же выращивание наркотического растения зафиксировано в XVII столетии, местом сосредоточения табачных плантаций стала Украина. Люди, также, как и в Европе, быстро привязались к новому развлечению. Это привело в протестным акциям правительства, в частности, указ, предписывающий телесные наказания продавцам и покупателям табака. С приходом к власти Петра Великого все ужесточения были аннулированы, потому что новый правитель сам любил табак. С его легкой руки сегодня мы имеем то, что имеем...

Следует отметить, что при хорошей осведомленности о вреде табакокурения для здоровья, немногие люди стремятся избавиться от никотиновой зависимости. Либо человек не осознает всей тяжести последствий употребления табака для своего здоровья или считает, что болезнь его не коснется, либо привычка курить настолько сильна, что нет возможности от нее отказаться. Поэтому в рамках Дня отказа от табакокурения во многих странах активистами и представителями учреждений здравоохранения проводятся различные просветительские, благотворительные и другие мероприятия, призванные просвещать население о вреде никотина и способах отучения от курения.

В Российской Федерации с 2013 года действует закон по защите здоровья населения от последствий потребления табака (от 23.02.2013 № 15-ФЗ), который регулирует отношения, возникающие в сфере охраны здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака, и направлен на соблюдение статей 41 и 42 Конституции Российской Федерации, согласно которым, каждый имеет право на охрану здоровья и благоприятную окружающую среду.

Управлением Роспотребнадзора по Хабаровскому краю, в отношении лиц, допустивших нарушения установленных требований законодательства за 9 месяцев 2016 года вынесено 69 постановлений о привлечении юридических лиц, должностных лиц предприятий и граждан к административной ответственности в виде штрафа на общую сумму 936,5 тыс. рублей.

## **Не глупи, сигарету загаси!**

При подготовке материала использованы источники информации:

<http://27.rosпотребнадзор.ru/content/335/53875/>; <http://www.calend.ru/holidays/0/0/1563/>;

<http://www.inmoment.ru/holidays/international-no-smoking-day>;