

Аль Харба А.

БОРЬБА С КУРЕНИЕМ В РАЗНЫХ СТРАНАХ МИРА

Научный руководитель ст. преп. Людчик Н. Н.

Кафедра белорусского и русского языков

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Табакокурение (или просто курение) — вдыхание дыма тлеющих высушенных или обработанных листьев табака, наиболее часто в виде курения сигарет. Люди курят для получения удовольствия, из-за сформировавшейся вредной привычки, или по социальным причинам (для общения, за «компанию», «потому что все курят», и т. д.). В некоторых социумах курение табака является ритуалом.

Эффекты воздействия никотина включают временное снятие усталости, сонливости, вялости, повышение работоспособности и памяти.

Медицинские исследования указывают на явную связь табакокурения с такими заболеваниями как рак и эмфизема лёгких, заболеваний сердечной системы а также других проблем со здоровьем. По данным ВОЗ за весь XX-й век табакокурение явилось причиной смерти 100 миллионов человек по всему миру и в 21-ом веке эта цифра возрастёт до миллиарда.

Табак содержит никотин – наркотическое лекарственное вещество, которое заставляет возвращаться к нему вновь и вновь, но основной вред здоровью при курении наносит вовсе не никотин, а другие 4000 химических вещества, содержащихся в табачном дыме. Именно они вызывают множество болезней, которые мы связываем с курением.

Курение трубки столь же опасно, как и курение сигарет, или это всего лишь домыслы сторонников здорового образа жизни.

Практика курения кальяна стала настоящим массовым явлением и сегодня продолжает активно развиваться. Исследования показывают, что в то время как дым сигареты затрагивает маленькие окончания дыхательных путей бронхиол участвующих в легочном кровоснабжении, дым кальяна производит немедленный эффект на крупные дыхательные пути.

Опасно курение и для подростков. Курящие подростки станут курящими взрослыми и в будущем пострадают от его последствий.

В течение последних лет все больше появляется сведений о том, что пассивное курение способствует развитию у некурящих заболеваний, свойственных курильщикам.

У детей, родители которых курят, вдвое чаще регистрируются респираторные заболевания по сравнению с детьми, родители которых курят .

Пассивное курение увеличивает вероятность появления у человека слепоты, а женам курящих мужчин труднее забеременеть. Пассивное курение повышает риск возникновения заболеваний сердца и нарушает деятельность головного мозга.

Свои способы борьбы с курением сегодня есть практически в каждой стране мира (США, Италия, Швеция, Дания, Великобритания, Бельгия, Германия и др).