

## ***Пассивное курение***

(Памятка для населения)

В течение последних лет появляется все больше сведений о том, что так называемое пассивное курение (вдыхание воздуха с табачным дымом) способствует развитию у некурящих заболеваний, свойственных курильщикам.

Зажженная сигарета является источником бокового дымового потока (помимо главного потока, которым наслаждаются курильщики), который действует на окружающих.

Пассивный курильщик, находясь в помещении с безостановочно курящими в течение одного часа, вдыхает такую дозу некоторых газообразных составных частей табачного дыма, которая равносильна выкуриванию половины сигареты. Однако доза вдыхаемых твердых частичек, в том числе смолы, несколько меньше и соответствует выкуриванию 0,1 части сигареты.

На рост ребенка влияет пребывание под воздействием табачного дыма в домашних условиях, особенно если в семье курят двое и более человек и если курили во время беременности матери. Бронхиты и воспаления легких у детей в течение первого года жизни развиваются чаще, если курят родители.

Маленький ребенок значительно хуже защищается от пассивного курения, чем взрослый. В семьях курильщиков у детей, находящихся в одном помещении с курящими родителями, вдвое чаще регистрируются респираторные заболевания по сравнению с детьми, родители которых курят в отдельном помещении, или с детьми, родители которых не курят.

### ***Мифы о пассивном курении***

#### ***Миф 1. Табачный дым безопасен для окружающих.***

На самом деле, табачный дым одинаково опасен как для самого курящего, так и для окружающих его людей. Парадоксально, но факт – дым даже менее вреден для курильщика, поскольку в его легкие он попадает в основном фильтрованным. Многочисленные ссылки на якобы научные подтверждения безвредности табачного дыма на поверку оказываются либо апелляцией к значительно устаревшим исследованиям, либо выясняется, что спонсорами таких работ выступали табачные компании. Пассивное курение приводит к 200 тысячам смертей в год только на рабочих местах (это примерно 14% всех профессиональных заболеваний в мире). Особенно страдают работники сферы развлечений, пассивное курение является причиной 2,8% рака легких у этих людей.

#### ***Миф 2. Концепция «добровольного выбора» поможет примирить курящих и некурящих.***

Концепция предусматривает добровольный отказ некоторого количества курящих от курения на рабочих и в общественных местах. В ответ на эту уступку подразумевается, что другая часть курящих может не отказываться от удовольствия

подымить, и некурящие будут относиться к этому толерантно. Эта концепция очень активно продвигается табачными компаниями. Но практика применения «добровольного выбора» в Финляндии, Ирландии, Новой Зеландии, Уругвае, штате Калифорния (США) показала, что добровольно отказывается от курения лишь мизерная часть курильщиков, так что опасность для некурящих практически не уменьшается. Именно поэтому означенные страны перешли на полный запрет курения в общественных и на рабочих местах.

***Миф 3. Современные системы вентиляции надежно защищают некурящих от воздействия табачного дыма.***

Табачные компании призывают закупать дорогие современные системы вентиляции, которые якобы способны защитить некурящих от табачного дыма. На практике же даже самые новейшие системы не в состоянии удалить все компоненты дыма сигарет, так как для решения этой задачи потребуется такая мощность вытяжки, которая сделает невозможной работу в данном помещении. Значительная часть табачного дыма оседает на одежде, мебели, офисной технике – и впитывается в них.

***Миф 4. Концепция «Зон, свободных от курения» не будет работать.***

На самом деле, пример стран, которые практикуют у себя «зоны, свободные от курения», показывает, что система работает. В Ирландии, Норвегии и Новой Зеландии получены результаты, показывающие улучшение состояния здоровья работников пабов, баров и ресторанов, в которых раньше было разрешено курить.

***Миф 5. Введение запретов на курение в ресторанах, пабах и барах приведет к убыткам хозяев этих заведений.***

На самом деле это не так. Независимые исследования в странах, где курение в подобных заведениях запрещено, свидетельствуют об обратном. Опыт Канады, Ирландии, Италии, Норвегии, а также городов Эль Пасо и Нью-Йорк показывает, что доходы кафе и ресторанов даже выросли. Исследования в других странах мира показывают, что частичные или полные запреты на курение на доходах учреждений общепита либо никак не сказываются, либо сказываются положительно.

***Миф 6. Запрет на курение нарушает права курильщиков, лишает их свободы выбора.***

Законы о зонах, свободных от курения, защищают здоровье людей, регулируя, в каких местах можно курить, а в каких – нет. Следует также помнить, что некурящих людей больше, а среди курильщиков немалое число желающих избавиться от этой привычки. Право человека на чистый воздух выше по приоритету, чем право курильщика закурить в общественном месте, подвергнув тем самым опасности здоровье окружающих. Именно на предотвращение опасности для других людей и направлены законы о свободных от курения зонах.

Текст подготовлен по материалам «Медпортал.ру»