

ЯК НЕ ПОТРАПИТИ НИНІ В ТЮТЮНОВИЙ ПОЛОН

Куріння таким, як ми його знаємо тепер, з'явилося лише трохи більше п'ятсот років тому. Проте людство так до нього пристратилося, що нині ледь не на кожному кроці можна побачити курців, які не приховують цю свою шкідливу залежність. А будь-яка залежність, як відомо, є дуже небезпечною, адже руйнує не лише здоров'я людини, але й в цілому її особистість

Від психічного – до фізичного

І хоча медики виділяють залежність від нікотину і залежність від куріння в окремі поняття – суті справи це не змінює. Адже нікотинова залежність формується на основі взаємодії цієї речовини зі специфічними утвореннями в організмі (так званими рецепторами), внаслідок чого людина відчуває всю масу «нікотинових» відчуттів. Тобто нікотинова залежність формується як фізичне звикання.

Залежність же від куріння медики називають психологічним звиканням. Вони стверджують, що спочатку формується саме психологічна залежність, тому що будь-яка людина починає курити для прилучення до певного «ритуалу», де цигарка є джерелом певних емоцій, обстановки, спілкування. А вже потім формується і фізичне звикання.

Особливо негативно куріння позначається на здоров'ї людей. Навіть некуряща людина, яка тривалий час знаходиться в накуреному приміщенні, може відчувати симптоми легкої інтоксикації (отруєння): виникає головний біль, нудота, нездужання. А самі курці в 15 разів частіше хворіють різними захворюваннями серця. Власне тютюн є причиною 95% випадків виникнення раку легенів. Кожні 4 хвилини в нашій країні помирає людина, смерть якого викликана курінням.

Закон суворий, проте це закон

16 грудня 2012 року набув чинності Закон України про повну заборону куріння в громадських та на робочих

місцях, включаючи приміщення закладів ресторанного господарства.

За цим Законом заборонено куріння тютюнових виробів, електронних сигарет і кальянів у приміщеннях закладів ресторанного господарства; у приміщеннях та на території навчальних закладів, спортивних і фізкультурно-оздоровчих споруд та закладів фізичної культури і спорту, закладів охорони здоров'я, у приміщеннях об'єктів культурного призначення та органів державної влади і місцевого самоврядування, інших державних установ; на стаціонарно обладнаних зупинках транспортних засобів. Тож відводити місця для куріння в цих місцях заборонено.

За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я лише від викликаних пасивним курінням хвороб у світі щорічно помирає 600 тисяч некурців, які вимушені дихати тютюновим димом. Щороку від тютюнового диму йдуть з життя понад 100 тисяч українців. Більш 10% із них – «пасивні курці».

Щороку 31 травня у всьому світі проводиться міжнародна акція по боротьбі з курінням – Всесвітній день без тютюну. Він був встановлений у 1988 році. Перед світовою спільнотою нині поставлене завдання – позбавлення людства однієї з найпоширеніших епідемій за всю історію людства – нікотиноманії, що перебуває в одному ряду з алкоголізмом і наркоманією.

Майбутнє – без реклами тютюну

В Україні на початку 2017 року стартувала інформаційна кампанія

«Тютюнові корпорації полюють на дітей», яка започаткувала важливу справу, зокрема необхідність законодавчої заборони рекламної викладки сигарет у кіосках та касах супермаркетів, під вплив якої найбільше потрапляють підлітки.

Насамперед – це майбутнє підростаючого покоління. А воно мусить бути без тютюну, тим більше – без його реклами. Учасники кампанії стали: юна гімнастка, золота медалістка «Кубку Дерюгіної» Христина Погранична, 15-річний переможець проекту «Голос. Діти» Роман Сасанчин, режисер-документаліст Сергій Лисенко, лідер рок-гурту «Гайдамаки» Олександр Ярмола та відома телеведуча Марічка Падалко.

Зокрема режисер Міжнародного фестивалю документального кіно про права людини Docudays UA Сергій Лисенко зняв соціальний ролик про те, як діти наражаються на тютюновий маркетинг. Яскраві вітрини магазинів із привабливими пачками сигарет ніби полюють на школярів. Це створює ілюзію, що курити нормально, і підштовхує підлітків до цієї згубної залежності. Ця соціальна реклама транслювалася під час кінофестивалю Docudays UA 2017 та вирушила потім в Мандрівний фестиваль містами України. Не випадково саме фестиваль документального кіно про права людини включив до своєї програми цей соціальний ролик. Адже та кіль-

кість яскравих вітрин із сигаретами, яку діти бачать щодня на вулиці, є своєрідним психологічним насильством та нав'язуванням смертельної продукції. Цим самим порушуються основоположні права дитини на здоров'я, життя та здоровий розвиток. Адже 90% курців почали курити у віці до 18 років, тобто ще неповнолітніми. Тютюнові компанії цілеспрямовано використовують маркетингові інструменти для залучення дітей до куріння. Саме дітей вони бачать своїми потенційними клієнтами, які прийдуть на заміну тих курців, які помруть. Про це відкрито говорять виробники сигарет. Дослідження показують, що діти, які бачать сигаретні вітрини, на 64% більш схильні почати курити.

Інформаційна кампанія «Тютюнові корпорації полюють на дітей» має на меті досягти заборони виставляти тютюнові вироби у вітринах магазинів, припинили продавати ароматизовані сигарети та запровадили великі страшні зображення хвороб на обох боках пачок сигарет. А також формувати у підростаючого покоління здорові звички, які допоможуть їм не піддаватися шкідливим. Нещодавнє опитування Київського міжнародного інституту соціології підтверджує, що українці виступають проти розміщення сигарет у вітринах магазинів, а 68% опитаних підтримують таку заборону.

Підготувала Віра Фазлєєва

