

«Віг насолоди до смерті — лише крок»

Такими словами предостерегає поклонников вредной привычки потребления табака заведующий кафедрой пропедевтики внутренней медицины Винницкого национального медицинского университета им. Н.И. Пирогова, доктор медицинских наук, профессор Юрий Михайлович Мостовой в прологе к книге «Тютюнопаління: культуральні та медико-соціальні аспекти», которая увидела свет в 2012 г.

Как отмечают авторы книги, среди которых также доцент кафедры пропедевтики внутренней медицины Винницкого национального медицинского университета им. Н.И. Пирогова, кандидат медицинских наук Наталия Степановна Слєпченко и Андрей Анатольевич Сидоров, целью настоящего издания является не основательное и всестороннее освещение проблемы табакокурения и его влияния на организм человека и бремя болезней цивилизации в целом. В первую очередь книга ориентирована на рассмотрение наиболее важных и любопытных как для практического врача, так и для обывателя исторических, культурных и медико-социальных аспектов феномена курения.

«Кожен лікар, незважаючи на його професійну орієнтацію, має завжди пам'ятати, що одним з найважливіших завдань у його роботі є пропаганда боротьби з палінням», — підкреслюють експерти.

Книга подробно рассматривает исторические аспекты табакокурения, в частности акцентирует внимание на табачных растениях и их происхождении, применении табака в религиозных обрядах (например, аборигены Южной и Центральной Америки использовали табак еще 10 тыс. лет назад, а жрецы майя считали его священным растением); распространении пагубной привычки среди европейцев (растение было привезено на европейский континент Колумбом, быстро снискало славу эффективного лекарства от головной боли и стало ценным торговым продуктом); появлению сигар и сигарет (сигары были наиболее распространенной формой обработанного табака в XVIII веке, более 100 лет сохраняя монополию, уступив в дальнейшем пальму первенства сигаретам); популярности приверженности курению среди женщин (пики повышения активности женской популяции в отношении курения зафиксированы после Первой и Второй мировой войны и связываются с известными представительницами прекрасной половины человечества — танцовщицей Лолой Монтез, писательницей Жорж Санд, кинозвездами Марлен Дитрих и Гретой Гарбо); опыте медицинского использования данного вещества (существуют данные о применении табака при отравлении стрихнином, столбняке, ущемлении грыж (в том числе в виде клизм). В этом разделе также приведены интересные факты, такие как дата основания первой табачной мануфактуры, марка, которая стала прототипом американских сигарет, перечень причин запрета курения и т.д.

«За даними ВООЗ, у світі нараховується 1,1 млрд курців», — указывается в разделе, посвященном эпидемиологии курения и отражающем тенденции к его распространению с учетом гендерных, возрастных и других особенностей. Также авторы представили результаты собственного исследования по оценке распространенности курения среди подростков в Винницкой области (количества курильщиков, соотношения числа юношей и девушек, среднего возраста начала курения и формирования зависимости): в частности, выявлено, что среди 13-летних подростков курят 12,9%, среди 16-летних — 24,2%.

Приведен подробный состав табачного дыма (табак содержит около 2500 соединений, еще 600 веществ образуются в рамках производственного процесса), фармакологии и фармакокинетики никотина (анализируются его эффекты, типы зависимости, симптомы отмены никотина).

Особое внимание уделено взаимосвязи курения с бронхолегочной патологией (раком легких, хроническим обструктивным заболеванием легких, бронхиальной астмой, острыми респираторными вирусными инфекциями и др.), сердечно-сосудистыми заболеваниями, умственными нарушениями в детском возрасте, депрессией, шизофренией, различными формами деменции, болезнью Паркинсона, поражением церебральных артерий и атеросклерозом, раком ротовой полости и гортани, раком пищевода, нарушениями липидного профиля

и обмена глюкозы, сахарным диабетом, расстройствами со стороны пищеварительной системы и печени, гиперплазией и раком предстательной железы, раком поджелудочной железы, шейки матки, заболеваниями мочевыводящих путей, бесплодием, эректильной дисфункцией и андропаузой у мужчин, менопаузой у женщин, нарушениями метаболизма костной ткани и остеопорозом, патологией кожи, андрогенной алопецией, нарушениями системы кровообращения.

Несколько цифр и фактов, приведенных авторами:

- Связь рака легких и потребления табака доказана в 90% случаев у мужчин и 79% случаев у женщин.
- Пассивное курение в случае, когда оба родителя являются курильщиками, ассоциируется с симптомами бронхиальной астмы у детей и подростков.
- У женщин с раком молочной железы, которые курят, достоверно чаще возникают метастазы в легкие.
- Дети, подвергавшиеся воздействию табачного дыма, имеют повышенный уровень агрессивности и больший риск возникновения умственной отсталости, алкогольной и наркотической зависимости в будущем, большую частоту эпизодов криминального поведения.
- У женщин, выкуривающих больше 40 сигарет в сутки, частота инфаркта миокарда увеличивается в 74,6 раза.
- 9 из 10 случаев рака ротовой полости у мужчин и 6 из 10 у женщин обусловлены курением.

• Курение является одной из основных причин андропаузы (так называемого мужского климакса) и алопеции (облысения).

В отдельный раздел вынесена проблема табакокурения среди беременных. Представлено медицинское обоснование распространенной патологии беременности, в частности преждевременной плаценты, преждевременной отслойки плаценты, самопроизвольного аборта, а также пороков развития, синдрома внезапной смерти новорожденных; предложены меры по борьбе с вредной привычкой.

Описаны риски пассивного курения (нарушения липидного профиля, гемостаза, респираторная патология, онкологические заболевания, психоэмоциональные расстройства и др.); освещены медикаментозные и немедикаментозные методы лечения пациентов с табачной зависимостью (никотинзаместительная терапия, психологическая поддержка, гипноз, акупунктура и пр.); указаны принципы проведения терапевтического мониторинга, стадии отказа от курения и критерии успеха лечения (как успех терапии классифицируют отказ от курения сроком 6-12 мес, как частичную эффективность — уменьшение количества выкуренных сигарет и т.д.); приведены специфические терапевтические ситуации.

Издание классифицируется как научно-популярное, оно содержит множество ярких иллюстраций, касающихся проблемы табакокурения в историческом аспекте (в частности приведены фотографии



художественных работ Йос ван Красбека, Рафаэля, Давида Тенирса Младшего, Винсента Ван Гога, Питера де Хуча, Франца фон Дефреггера, Уолтера Денди Садлера, Анри де Тулуз-Лотрека, Эдуарда Мане, Пабло Пикассо и др.), тематические цитаты и стихи.

«Паління не має авторитетів, паління нищить усіх», — констатують автори книги і приводять біографічні свідчення з життя політиків, письменників, акторів, спортсменів, яких не обошла стороною проблема табачної залежності. Наприклад, Петр I ввел на Руси курение трубки; известными курильщиками являются Дмитрий Менделеев, Марк Твен, Зигмунд Фрейд, Редьярд Киплинг, Федор Шалапин, Сергей Рахманинов, Борис Пастернак, Марина Цветаева, Эрнест Хемингуэй, Сергей Есенин, Леонид Брежнев, Ролан Быков, Владимир Высоцкий, Андрей Миронов и даже врач Сергей Боткин. Рак легких, вызванный курением, стал причиной смерти легендарного футбольного вратаря Льва Яшина и талантливого актера Александра Абдулова.

Сложно представить без сигары и трубки таких политических деятелей, как Уинстон Черчилль и Иосиф Сталин, Фидель Кастро и Эрнесто Че Гевара, а говоря о писательнице Жорж Санд, биографы сходятся во мнении, что у нее было всего три страсти — «литература, любовь и сигареты». Завесу тайны над пагубными привычками и пристрастиями известных людей приоткрывают авторы на страницах своей книги.

При подготовке издания использовано 40 отечественных и зарубежных литературных источников, собраны интересные высказывания, касающиеся курения.

И хотя Уинстон Черчилль как-то сказал: «Если газеты начнут писать о том, что необходимо бросить курить, лучше я брошу читать», авторы издания искренне надеются, что его прочтение поможет курильщикам разорвать порочный круг «Привычка — зависимость — потеря здоровья» и дать отрицательный ответ на риторический вопрос «Курить или не курить?».

Подготовила **Ольга Радучич**



Инструкция по применению книги «Тютюнопаління: культуральні та медико-соціальні аспекти»

Действующее вещество: убежденность экспертов относительно вреда табакокурения и собственный здравый смысл.

Форма выпуска: научно-популярное издание в авторской редакции, объем — 176 с.

Фармакологические свойства: вызывает чрезвычайный интерес к чтению, не угасающий во время еды и поездок в метро; формирует чувство страха за собственное здоровье, сравнимое с таковым при просмотре фильмов Хичкока.

Показания. Рекомендуется

- врачам, которых, несмотря на дождь, вьюгу, зной и проверки из облздравотдела, можно встретить возле входа в поликлинику с сигаретой в руке;
- специалистам, забывающим при сборе анамнеза уточнить наличие/отсутствие у пациента этой вредной привычки;
- людям, день которых начинается с судорожного поиска зажигалки;
- всем, кто беспокоится о своем здоровье и планирует станцевать танго на собственном 100-летнем юбилее.

Применение: дозировка по собственному усмотрению до возникновения аллергической реакции на словосочетание: «Ну что, на перекур?». Рекомендуется использовать до, во время, после, а иногда и вместо еды.

Противопоказания: плохо сочетается с утренней чашкой кофе, песней Виктора Цоя «Пачка сигарет», обеденным перерывом и встречей одноклассников.

Побочные эффекты: улучшает распознавание букв, запускает механизм выброса в ближайшую урну пачки сигарет.

Особые указания: у детей и некурящих используется с целью профилактики.

Передозировка: неоднократное чтение книги укрепляет здоровье, повышает шансы отказа от курения и улучшает финансовое благополучие, позволяя направить сэкономленные средства на приобретение более полезных вещей, например радиоуправляемого вертолета.

Условия хранения: бережные, на видном месте, в помещениях, свободных от табачного дыма. Возможна транспортировка на значительные расстояния (к месту жительства курящих родственников, друзей и знакомых).

Условия реализации: отпускается без рецепта всем желающим.

Дата выпуска: 2012 г.