

## 8 МАРТА – МЕЖДУНАРОДНЫЙ ЖЕНСКИЙ ДЕНЬ

### Я НАЗОВУ ТЕБЯ ЗОРЕНЬКОЙ

Современное понимание празднования 8 марта, как Международного женского дня, состоит в дарении каких – либо подарков (цветов, открыток, безделушек, в зависимости от возможностей дарят кому – то драгоценности, меха и даже автомобили или квартиры) женам, матерям, сестрам, дочерям, женщинам, коллегам по работе и зазнабам, которых принято называть любимыми женщинами. В этот день, так уж сложилось, многие мужчины стараются, по возможности, освободить от определенных домашних хлопот и забот женщин из своего окружения. А на завтра, это тоже не редкость, опять двадцать пять – швабру в руки, в те же руки утюг, кастрюли, сковороды. Для облегчения бытовых нагрузок придуманы стиральные машины, кухонные комбайны, пылесосы, машины для мытья посуды и т. д., и т. п., но операторами этих технических конструкций являются все те же женщины. Для многих день 8 марта реальный повод организовать застолье. «Не грех» выпить за милых дам, «сколько душа пожелает» без опаски всяких ограничений. Так сейчас принято. В историческом аспекте все задумывалось совсем по иному. В XIX веке в большинстве стран Европы, Америки и остального мира женщины были традиционно ограничены во многих своих правах. Даже пословицы того времени, как бы отражая «народную мудрость» провозглашали: «Женщине дорога от печки до порога», «Удел женщины – дети, кухня, церковь». Многие поговорки гендерного неравенства носили неприкрытый оскорбительный характер, подобно таким, как «У бабы волос длинный, а ум короток». **И это безобразие надо было заканчивать.** Существует мнение, что

первый в истории «марш пустых кастрюль» текстильщиц Нью – Йорка, прошедший 8 марта 1857 года, стал одной из предпосылок празднования Международного женского дня. Далее, до 1910 года, звучных требований о женском равноправии на политической арене не поступало. Дискриминация по половому признаку оставалась неизбежной, но не бесконечной.

**И вот грянула буря. В Копенгагене в 1910 году состоялась 2-я Международная конференция работающих женщин.** Лидер женской группы социал-демократической партии Германии **Клара Цеткин** выдвинула идею празднования Международного женского дня. Она предложила, чтобы Женский день отмечался ежегодно в каждой стране в одну и ту же дату. **Целью этого праздника Цеткин назвала борьбу работающих (трудящихся) женщин за свои права.**

С того времени Международный женский день 8 марта стал отмечаться как возможность донести до сознания масс нетерпимость к дискриминации трудящихся женщин, высветить достижения женщин в политической, экономической и социальных областях. Женщина стала иметь равноправие в выборной системе, принимать участие в выборах и быть выбранной. Для представительниц прекрасного, но вместе с тем слабого пола, по их же настойчивому требованию были сняты ограничения в большинстве профессий. **В первые годы советской власти женскими профессиями, помимо артистки, сестры милосердия и учительницы стали такие как женщина красный директор, женщина комиссар, женщина дипломат, женщина врач, женщина ученый. Реалии жизни утвердили и такие, казалось – бы, не жен-**



Только женские руки могут так нежно уложить шпалы!

**ские профессии, как кузнец, токарь, слесарь, тракторист, шофер грузовика, каменщик и, конечно же, доярка, свиноводка, телятница, птичница, дворник, укладчик шпал на железной дороге, грузчик и т. д.. Равенство так равенство.** Праздник отмечается Организацией Объединенных Наций, а в некоторых странах – России, Азербайджане, Армении, Белоруссии, Украине – этот день является национальным праздником и нерабочим днем. Права и свободы женщин в современной России закреплены в Конституции Российской Федерации, принятой всенародным голосованием 12 декабря 1993 года. В наши дни привычным стало то, что среди депутатов, министров, политических деятелей нашей страны встречается немало женщин. Женщины на равных представлены в искусстве, журналистике, шоу – бизнесе, спорте.

Бизнес – леди преуспевают ничуть не хуже мужчин. Женщины капитаны морских и воздушных лайнеров, женщины космонавты, женщины судьи и прокуроры, женщины адвокаты, следователи и криминалисты. Женщины вышли на все мыслимые и немыслимые профессиональные уровни. При этом большинство из них сохранили и не растеряли своих исконно женских качеств в роли жены и матери. И все это не возникло само по себе. В давний час суровой мглы у истоков демократических преобразований в положении трудящейся женщины, женщины – работницы стояли яркие исторические личности. Их было много в пестрой среде феминисток. Но самыми яркими и незабываемыми в мировой и отечественной истории остались следующие имена: **Цеткин Клара** (1857 – 1933гг.). Участница создания и деятель 2-го Интер-

национала от социал – демократической партии Германии. В Коммунистическом интернационале (Коминтерне) возглавляла международный женский секретариат. **Люксембург Роза** (1871 – 1919гг.). Одна из главных основателей Коммунистической Партии Германии. Участник создания и деятель 2-го Интернационала. Была зверски убита реакционерами. **Арманд Инесса** (урожденная Елизавета Федоровна Стеффен 1874 – 1920гг.). Близкий друг и соратник В.И. Ленина. С 1919 года заведующая женским отделом ЦК Российской Коммунистической Партии большевиков. **Крупская Надежда Константиновна** (1869 – 1939гг.). Жена В.И.Ленина. Член Петербургского (позже Петроградского) союза за освобождение рабочего класса. С 1927 года член ЦК Всесоюзной Коммунистической Партии большевиков.

В наши дни эта часть истории практически забыта. Постепенно, особенно в постперестроечный период, праздник женщин – 8 марта стал носить абсолютно внеполитический смысл и стал таким всеобщим женским праздником для всех без исключения представительниц прекрасного пола, без всякого их разделения на трудящихся женщин и женщин отнюдь не трудящихся. И это хорошо.

*Редакционная подборка исторических и информационных материалов из различных публикаций.*



Клара Цеткин



Роза Люксембург



Инесса Арманд



Надежда Крупская

## Особенности женского алкоголизма

В нашей стране в течение прошлого столетия доля женщин среди учтенных большим алкоголизмом увеличилась в 5 раз. С 30-40-х годов она удвоилась к началу 80-х годов. **Рассматриваются три категории женщин, употребляющих алкоголь: сильно пьющие, умеренно пьющие и малопьющие. Имеется определенная категория женщин непьющих, то есть полных трезвенниц.** По заключению специалистов согласно многочисленным клиническим исследованиям, женщины позднее мужчин начинают злоупотреблять спиртным. В прошлом веке мужчины в преобладающем большинстве случаев начинали злоупотреблять алкоголем в возрасте до 25 лет (96,7%), а женщины от 26 до 45 лет (83,3%). В то же время у женщин отмечается более быстрый темп становления алкоголизма по сравнению с мужчинами. Если мужчинам требуется 3-7 лет злоупотребления алкоголем для формирования алкоголизма, то женщинам 1-2,5 года. В первые пять лет злоупотребления похмельный (абстинентный) синдром формируется у 60% женщин и 20% мужчин. Общая длительность злоупотребления алкоголем перед развитием первого психоза во II стадии алкоголизма у женщин составляет 10 лет, а у мужчин 13 лет. При развитии первого психоза в III стадии соответственно 15,4 и 18,3 года. Приведенные данные иллюстрируют большую злокачественность и прогрессивность (нарастание тяжести заболевания) алкоголизма у женщин. В Липецкой области под наблюдением наркологов на начало 2014 года находятся 3980 женщин, у 3607 – алкоголизм и у 374 – употребление алкоголя с вредными для здоровья последствиями, 66 красавиц перенесли белую горячку. Возросшая экономическая самостоятельность и обеспеченность работающих

# МЕНЯЮТСЯ ВРЕМЕНА,

женщин, склонность к подражанию и внешнему влиянию, неверное понимание эмансипации и стремление не отставать от мужчин в алкоголизации, конституционально обусловленная неуравновешенность эмоциональной сферы, эндокринопатии и эндокринные заболевания, климактерические расстройства и другие факторы определяют сущность быстрого прогрессирования алкоголизма у женщин.

**В советские годы особое влияние на скорость развития алкоголизма и его распространенность оказывали профессиональная принадлежность, уровень образования и социальный статус женщины. В первую очередь спивались женщины с низким образовательным уровнем, профессиями, связанными с торговлей и строительством, сферой обслуживания. В наши дни немало женщин, имеющих не только среднее специальное, но и высшее образование, занимающие порой высокий социальный статус, так называемые бизнес-леди, офисные сотрудницы различных фирм стали стремительно вовлекаться в алкогольный образ жизни. Различного рода корпоративы и «междусобойчики», «девичники» и «бабьи» посиделки – все это способствует стремительным темпам распространения алкоголизма среди женщин.** Важным фактором, приводящим женщин к алкоголизму, является общественное мнение. Если общественное мнение ранее осуждало пьянство женщин, нетерпимо относилось к случаям их выраженного опьянения, то в последние годы оно более терпимо относится к такому рода фактам. **Особенно привычным стало регулярное потребление алкоголя женщинами, относящимися к так называемому малому бизнесу.**

## Мама, не хочу!



Поездки за товаром, торговля на многочисленных рынках и прочие факторы современных профессиональных взаимоотношений делают женское пьянство делом терпимым и не осуждается обществом. **При эпизодическом употреблении алкоголя и даже привычном пьянстве – вмешательство общества в личную жизнь либо совсем нет, либо оно малоэффективно. Когда же алкоголизм у женщин сформировывается, то общественное мнение начинает их осуждать.** Причины подобного отношения к пьянству женщин со стороны общественного мнения довольно сложны и противоречивы. В послевоенные годы прошлого века пьянство женщин объяснялось тем, что значительная часть женщин, чьи мужья и женихи по-

гибли на фронте, в личном плане оказались неустроенными, что привело к краху их жизненных планов. В то время этот фактор находил определенное понимание и оправдание со стороны общественного мнения. Со временем отношение к пьющей женщине постепенно потеряло причинную связь с породившим его фактором и в сознании некоторых социальных групп в дальнейшем начало носить уже самостоятельный характер. **В наши дни 95% современных юношей и девушек школьного возраста знают вкус алкоголя. Не нормальность регулярно употребления пива и более крепких спиртных изделий стала нормой жизни.** Вместе с тем употреблять алкоголь начинают синхронно, но имеется такая статистика: **9 из 10 мужей**

**бросают женщин, больных алкоголизмом, в то время как 1 из 10 женщин оставляют мужа алкоголика.** Остальные либо пытаются бороться с пьянством мужа, либо спиваются вместе с ним, либо пассивно и устало ждут конца своим мучениям. Но большая часть женщин, больных алкоголизмом (50-60%) не имеют и не имели семьи. Как правило, начало злоупотребления алкоголем у женщин этой группы нередко совпадает по времени с четкой осознанной мыслью о невозможности создания собственной семьи (причины этого могут быть самые разнообразные). При этом выбор женщины падает на такие компании, необходимым атрибутом общения в которых является употребление алкоголя. В этих компаниях они находят себе «возлюблен-

## ЕСЛИ МАМА НАРКОМАНКА

В наш областной наркологический диспансер с определенной частотой поступают запросы из родильных домов, в том числе из перинатальных центров, о консультировании врачами наркологами беременных, рожениц и родильниц, имеющих проблемы с употреблением наркотиков. Женская наркомания встречается значительно реже мужской. По итогам 2013 года на учете у наркологов Липецкой области состояло 1707 больных наркоманией, в числе которых 247 женщин. Среди выявленных потребителей наркотиков, попавших на первых пробах из 1345 человек, 210 представительниц прекрасного пола. В общей сумме 457 красавиц оказались на наркоучете. Реальное же их число примерно в 7, а то и в 10 раз выше известного. Много это или мало каждый расценивает по своему. Если учесть то, что наркомания в основном болезнь молодых, то и ее последствия зачастую «всплывают на поверхность» в родильных домах. Скорость роста женской наркомании

по мнению демографов дает основание говорить о прямой угрозе генофонду нации. Появился новый врачебный термин «наркотический плод», обозначающий ребенка, попавшего еще до рождения в состояние пассивной наркозависимости «благодаря» матери. По данным Минздрава РФ, в нашей стране врожденные аномалии – третья по значимости причина инвалидности детей. Определенная доля в этом явлении принадлежит детям матерей наркоманок. Большинство наркотиков оказывают токсическое (ядовитое) действие на клетки головного мозга, повреждая их. Это вызывает серьезную опасность как для мозга женщины, так и ребенка. **Симптомы потребления наркотиков у беременных.** В общих чертах это нарушения общего состояния (малокровие, инфицированность половых путей, воспаление вен, нарушения работы сердца), особенности поведения (уклонение от режима и анализов, перепады настроения), осложне-

ния родов (ягодичное предлежание, гиперактивность), специфический внешний вид ребенка и другое. **Пассивное отравление ребенка.** У беременной женщины из-за естественных изменений всасывающей активности кишечника и легких, изменяется распределение наркотика по организму и значительное его количество через плаценту поступает к плоду. Из крови матери наркотик весьма неравномерно распределяется в системе кровообращения ребенка, что опасно для него. Например, если через плаценту кровотока снижен, то снижено и снабжение мозга ребенка кислородом. При употреблении наркотиков матерью они, не очищаясь печенью и легкими ребенка, поступают в органы верхней части тела. Помимо этого, ребенок глотает околоплодную жидкость, в которой могут сконцентрироваться наркотические вещества. По мере развития плода эти вещества накапливаются в его печени, почках и легких. **Уязвимый эмбрион.** На

ранних стадиях развития могут возникнуть страшные анатомические и неврологические дефекты. Уже в третью неделю развиваются дефекты центральной нервной системы и сердца. Начиная с четвертой – носоглотки, органов зрения, конечностей. С шестой – зубов и неба, с седьмой – наружных половых органов. Начиная с девятой недели наблюдаются уже дальнейшие функциональные вторичные дефекты, неизбежные и в большинстве случаев неустраняемые. Иными словами, прием любого наркотика матерью еще до зачатия или в самые первые недели беременности чреват тяжелейшими последствиями – медицинскими, моральными, финансовыми и другими. **Послеродовые последствия.** Влияние наркотиков на новорожденного ребенка поистине ужасны, вплоть до смерти сразу после появления на свет. Это могут быть инсульт, наркотическая ломка, недоразвитие черепа, недоразвитие вследствие преждевременных родов, не говоря уже о задержках умственного и физического развития, малом весе, сниженном иммунитете, то есть отставания в развитии могут быть как внутриутробные, так и в мла-

# МЕНЯЮТСЯ ПРАВЫ

ных» пьяниц или те находят их. В последующем корни разлада семейной жизни, большое количество разводов и повторных браков, возникновение на этой почве злоупотребления алкоголем лежат чаще в изначальной несостоятельности сложившейся семьи. Анализ браков, заключенных в городе и селе женщинами, страдающими хроническим алкоголизмом, показал преобладание «скоропелых» браков после непродолжительного знакомства с будущим супругом, что приводит к конфликтам с первых дней семейной жизни. Значительная часть мужей ранее злоупотребляли алкоголем, привлекались к уголовной ответственности, не имели определенных занятий и отличались выраженными антициципальными тенденциями. Отсутствие интересов приводит к «одиночеству» вдвоем, к нестабильности в семейных отношениях. **Особенно непрочными оказываются браки жительниц города, где около половины женщин вступили в повторный брак в большинстве случаев с явными алкоголиками и после расторжения второго брака вели аморальный образ жизни.** Несколько большая стабильность браков на селе объясняется сложившимися традициями, способом ведения домашнего хозяйства и др. **Воспитание в условиях «пьяного быта» способствует развитию у части женщин своеобразной социальной толерантности, терпимости к проявлениям алкогольного образа жизни. Вырастая и создавая собственные семьи, они без должной актуальности и ответственности относятся к алкоголизации в социальной среде. Алкогольная компания для таких женщин – нормальная и естественная среда обитания, следуя алкогольным традициям**

**которой женщина быстро спивается.** Многие исследователи отмечают трудности организации лечения женщин и меньшую их эффективность.

**Факторы, провоцирующие алкоголизм у женщин и ускоряющие его развитие.** Среди факторов предрасполагающих к возникновению женского алкоголизма, можно отметить: наличие злоупотребляющих алкоголем среди друзей и знакомых, общение со злоупотребляющими алкоголем, доступность алкоголя, раннее приобщение к курению, раннее начало половой жизни, антисоциальное поведение, склонность к беспорядочным половым связям, враждебность, импульсивность, заниженная или завышенная самооценка. В большинстве случаев будущие алкоголики воспитываются в условиях сниженного внимания родителей, недостатка опеки и контроля над поведением, отсутствия истинного интереса родителей к духовной жизни. С другой стороны, вовлечению в алкогольный образ жизни способствует протест против гиперопеки родителей, или вседозволенность, высокомерие, излишняя самоуверенность и болезненное стремление к независимости от всего и от всех, неконтролируемое времяпрепровождение в кругу себе подобных. **Среди особенностей личности у женщин, склонных к злоупотреблению алкоголем, как и у всех больных алкоголизмом, преобладают истероидные черты. Склонность к демонстративному поведению. Желание быть в центре внимания окружающих. Размытость реальных планов на будущее. Повышенная экстравертированность, то есть объяснение всех своих неудач «происками» окружающих.** Устоявшиеся в последнее время многочисленные сожителства,

именуемые неверно гражданским браком (по всем канонам логики, брак бывает церковный и гражданский, то есть зарегистрированный в учреждении под названием ЗАГС «запись актов гражданского состояния») способствуют нестабильности таких семей. Участники такого рода ячеек общества не именуют себя супругами, а являются своеобразными партнерами. **Обычными стали в обиходе выражения «я проживаю с молодым человеком», «я живу с парнем» и т.д. Партнер, злоупотребляющий алкоголем – основной мотив приобщения к алкоголизации женщины.** Это преимущественно сексуальные партнеры, иногда мужья, иногда сожители, а в отдельных случаях злоупотребляющие алкоголем мужчины, к которым пациентки испытывают только эмоциональную привязанность. Влияние сексуального партнера определяет не только начало злоупотребления алкоголем (приобщение к алкоголизму), но и формирование болезни под названием алкоголизм. Вместе с сексуальным партнером употребляют алкоголь многие женщины. Следует отметить, что **мужчины алкоголики в качестве сексуальных партнеров предпочитают избирать женщин также не осуждающих пьяный образ жизни.** Изменения личности в результате злоупотребления алкоголем выявляются у всех больных, и у мужчин, и у женщин. У женщин, так же как и у мужчин, в процессе алкоголизации формируются психопатоподобные расстройства. Однако в их структуре у женщин в значительно большей степени, чем у мужчин, выступают эгоистичность, жажда внимания, почитания, сочувствия, лживость, склонность к рисовке, позерству, которые определяют их склад личности. Одновременно нарастает

волевой дефект, заостряются черты неустойчивости. Женщины-алкоголички становятся гораздо быстрее зависимыми от окружения, легко попадают под влияние, более подчиняемы, легко внушаемы. **Они очень быстро утрачивают трудоспособность по основной профессии, ищут такую работу, на которой прием алкоголя является чем-то обыденным и не осуждаемым.** Большинство женщин, злоупотребляющих алкоголем, теряют интерес к учебе. Правонарушения после вовлечения в алкоголизацию выявляются у большинства пациенток. Злоупотребление алкоголем женщинами в большинстве случаев приводит к расстройствам сексуальной функции: наряду с беспорядочной половой жизнью постепенно снижается половая активность, понижается либидо (половое влечение), развивается фригидность (утрата остроты сексуальных ощущений). **Обычным спутником алкоголизма женщин является комплекс заболеваний, передаваемых половым путем (ЗППП), которые в недавнем прошлом назывались венерическими болезнями.** В отличие от мужчин, некоторые из них у женщин протекают с маловыраженной симптоматикой, но это вовсе не говорит об их меньшей опасности для собственного здоровья и здоровья своих партнеров. При длительном алкогольном образе жизни у женщин начинается развиваться нерегулярность менструального цикла. Длительность отсутствия месячных может составлять от 2-х недель до 3-х лет. **Среди злоупотребляющих алкоголем женщин часто отмечаются выкидыши и преждевременные роды, отставание детей в росте и весе.** В литературе есть данные о том, что более 1/3 алкоголичек ни разу не посещали врачей за

время беременности. **В дальнейшем у детей, рожденных от женщин, употребляющих в течение беременности алкоголь, часто встречаются неврологические нарушения, умственная отсталость разной степени выраженности, поведенческие расстройства.** Большинство пациенток, имеющих детей, проявляют полное безучастие в воспитании, доверяя детей родственникам. Более 1/3 всех детей воспитываются отдельно от матерей, зависимых от алкоголя. Следует обратить особое внимание на лживость и склонность всех больных алкоголизмом к манипулированию родственниками, окружающими, в том числе медперсоналом. Часто такие пациентки в беседах с врачами пытаются подчеркнуть свою «беззащитность», «слабость» и т.д. Все полученные от больных сведения приходится подтверждать и перепроверять со стороны родственников. Утрата чувства материнского долга, а также пренебрежение детьми выявляются у женщин, зависимых от алкоголя, с высокой частотой. **Алкоголизм матери является главенствующей причиной принятия судебного решения о лишении родительских прав.** О масштабах этого явления можно судить по количеству детей, воспитывающихся в домах ребенка, детских домах и интернатах при живых родителях. Их количество в нашей стране составляет 670 тысяч. Из них 87% являются «социальными сиротами», то есть у этих детей есть живые родители. Именно такая информация была недавно обнародована омбудсменом Павлом Астаховым. **Получив равноправие и свободу, определенная часть прекрасной половины человечества постепенно стала утрачивать свои прекрасные качества, данные Богом и природой.**

Из книги В.П.Трушова «Пьянство не может быть нормой жизни».



Яблочко от яблони...

денчестве. Постоянное внутриутробное воздействие малых доз наркотиков вызывает у ребенка повышенный расход энергии, высоких – противопо-

ложный эффект, то есть замедленное развитие. Так как от уровня синтеза и расхода энергии зависит общий обмен веществ, уровень иммунитета,

способность противостоять перепадам содержания кислорода, нарушениям в снабжении мозга глюкозой, токсичным веществам и масса других

факторов, то такой ребенок заведомо инвалид от рождения. Так стоит ли сомнительное удовольствие употребления наркотика трагедии рождения пожизненного инвалида? Почему ребенок должен расплачиваться за матерей наркоманок?

**Что делать? Что можно посоветовать женщинам?** Прежде всего, осознать риск, которому вы подвергаете жизнь неродившегося ребенка, и не пробовать наркотики вообще, а если уже принимаете, то, решив отказаться от них, обратитесь к наркологу за помощью – синдром самостоятельной отмены не менее опасен для здоровья ребенка. И ни в коем случае не скрывайте от врача даже случайный эпизод приема наркотического средства – и «легкого», и тем более тяжелого.

По материалам публикации Н.Флоровой, кандидата биологических наук в интернет сайте, а так же публикаций научного центра акушерства, гинекологии и перинатологии Российской Академии Медицинских наук.

# СОРОК ПРОЦЕНТОВ КУРИЛЬЩИЦ КУРЯТ ВСЬ СРОК БЕРЕМЕННОСТИ

Что скрывается за дымовой завесой. Курение и организм женщины. *Курящие девушки, хуже развиваются физически, чаще болеют простудными заболеваниями, чем некурящие сверстницы.* Но самым страшным является то, что курящая девушка подвергается серьезной опасности здоровью своих будущих детей. **Материнство является жизненной потребностью практически каждой женщины.** Каждая женщина желает стать счастливой мамой, имеющей здорового малыша. И тут курильщицу подстерегает наказание. Репродуктивные органы женщины отличаются от мужских не только своей анатомией. Половые клетки мужчин (сперматозоиды) в течение репродуктивного возраста постоянно обновляются. Сперматозоиды продуцируются непрерывно. У женщин же подобного обновления не происходит. Еще во внутриутробном развитии каждая будущая женщина получает набор яйцеклеток в яичниках (примерно 500-600 яйцеклеток), который в течение всей последующей жизни не обновляется. По мере взросления яйцеклетки начинают созревать и, если не наступают

оплодотворение, яйцеклетка выходит из организма женщины в период менструации. И поэтому, **если курить начинает девушка рано, она наносит непоправимый вред своему будущему потомству.** Облученные табачным полонием яйцеклетки раз и навсегда утрачивают свою биологическую полноценность. Поэтому, если женщина начала курить до рождения своих детей, она не просто совершает непоправимую глупость. Она совершает преступление перед неродившимся ребенком. Народная мудрость гласит: «От плохого семени не жди хорошего племени». У курильщиц дети при рождении весят на 300-500 граммов меньше нормы. У курильщиц почти в два раза чаще бывают выкидыши, преждевременные роды и мертворождения. Рождаются дети с врожденными уродствами (водянка головного мозга, образование шестого пальца на руке или ноге, несращение верхней губы, микроцефалия – уменьшение объема головного мозга, врожденные пороки сердца и другие). Все это нарушает нормальное развитие плода и может привести его к гибели. **Неблагоприятное влияние на ребенка та-**

**бачных ядов продолжается при кормлении.** В молоке курящей матери содержится значительное количество никотина (0,5 мг на 1 л). От такого молока дети плохо развиваются, тревожно спят, капризничают, часто болеют. Каждая женщина испытывает необходимость быть привлекательной. Но **курение меняет внешний вид – кожа лица приобретает желтоватый оттенок, утрачивается эластичность, появляются преждевременные морщины. Сиплый голос, неприятный запах табака изо рта дополняют этот «букет».** Помимо всего этого, **страдает не только репродуктивная система женщины, но наносится огромный ущерб сексуальности и эротически-чувственной сфере. Действие никотина на половую сферу чаще всего проявляется в нарушении менструаций.** Удлиняется или сокращается менструальный цикл, менструации протекают болезненно, а иногда и преждевременно прекращаются. Оказывая влияние на ткань яичников, продукты сгорания табака нарушают их регулируемую роль в обмене веществ, что ведет к увеличению массы организма, но чаще, к ее уменьшению. Это мешает женщинам бросить курить. При прекращении курения женщины начинают полнеть в результате нормализации процесса обмена веществ. Однако этот факт воспринимается превратно. Боязнь располнеть сверх нормы и тем утратить элегантную внешность заставляет таких женщин продолжать курить. *Существует тесная связь между систематическим курением и ранним климаксом.* **Афоризм «не кури, а то быстро состаришься» очень точен для женщин.** Следует помнить о пагубном влиянии табака и на женскую красоту, быстро увядающую при курении. Лицо быстро морщится. Особенно опасно курение беременным. Токсикозы



беременности, преждевременные роды значительно чаще наблюдаются у курильщиц. Частицы табачного дыма проникают через плаценту и переходят из крови матери в кровь плода, **курящая мать еще до рождения своего ребенка отравляет его табачной химией.** Отсюда самопроизвольные аборты, рождение мертвых детей, различные аномалии развития. Согласно мировой статистике, **30% курильщиц болеют гипертрофией щитовидной железы.** Частота этого заболевания у некурящих не превышает 5%. Нередко у курящих женщин наблюдаются симптомы, похожие на базедову болезнь (сердцебиение, раздражительность, потливость и др.). Это отражается на внешнем виде – худоба, пучеглазие и т.д. От действия табака нарушаются функции и органов чувств. У хронических курильщиков снижается острота зрения, ухудшается цветоощущение, наблюдается стойкое расширение зрачков. Неблагоприятно влияет курение и на слух – он заметно понижается. За время существования королевского симфонического оркестра в Швеции ни один курильщик, даже если он является виртуозным исполнителем, в со-

став этого знаменитого оркестра не принимался. Расстраивается восприятие запахов, особенно у лиц, выпускающих дым через нос. Нарушается ощущение вкуса. Следует сказать, что в нарушении обоняния и вкуса значительную роль играют, помимо никотина, и другие составные части табачного дыма – аммиак, эфирные масла, кислоты, метиловый спирт. Таков перечень (далеко не полный) явлений, вызываемых в женском организме табачным дымом. Ученые считают, что курящие по одной пачке сигарет в день сокращают свою жизнь на 10-15 лет, а те, кто курит по 2 пачки – на 25 лет. В цивилизованном мире сегодня курить не модно, курить не престижно. **Наши пожелания девушкам и женщинам.** Если вы не курите, то и не начинайте курить ни при каких обстоятельствах, курящие должны попробовать самостоятельно избавиться от болезненного пристрастия к табаку. У кого это не получается – лечитесь. Телефоны: 43-00-98; 43-22-13.

**М.Коростин,  
В.Трушов –  
памятка для населения  
«Курение и организм  
женщины».**



**ЕСЛИ У ВАС ЕСТЬ ИНФОРМАЦИЯ  
О ФАКТАХ СБЫТА НАРКОТИКОВ ИЛИ ДРУГИХ  
ПРЕСТУПЛЕНИЯХ В СФЕРЕ НЕЗАКОННОГО  
ОБОРОТА НАРКОТИКОВ, ОБРАЩАЙТЕСЬ**

ПО ТЕЛЕФОНУ ДОВЕРИЯ УПРАВЛЕНИЯ  
ФСНН РОССИИ ПО ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ  
(4742) 25-27-25 (КРУГЛОСУТОЧНО, АНОНИМНО)

## ДОКТОР СОВЕТУЕТ УЛЫБАТЬСЯ

Дорогая!!! Что тебе подарить на 8 марта?  
– Ой, ну я даже не знаю...  
– Тогда я даю тебе еще один год на размышления.

\*\*\*

Наконец – то я получила замшевое пальто, о котором давно мечтала! Неужели муж на 8 марта подарил? Нет, я побрила свою норковую шубу.

\*\*\*

Муж на кухне моет посуду и говорит жене:  
– Дорогая, в нашей с тобой совместной жизни есть один положительный момент и один отри-

цательный. Положительный момент заключается в том, что каждый день с тобой – это праздник. Отрицательный момент заключается в том, что этот праздник – 8 марта.

\*\*\*

Мужчина пьет с женщиной в двух случаях: с красивой – чтобы понравиться ей, а с некрасивой – что бы она понравилась ему.

\*\*\*

Отрывок из стихотворения В.Бокова: «...Я назыву тебя зоренькой, только ты раньше вставай. Я назыву тебя солнышком, только везде успевай...».