

6 АВГУСТА – ДЕНЬ ПАМЯТИ ЖЕРТВ АТОМНОЙ БОМБАРДИРОВКИ ЯПОНСКОГО ГОРОДА ХИРОСИМЫ (ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ДЕЙСТВИЙ ПО ЗАПРЕЩЕНИЮ ЯДЕРНОГО ОРУЖИЯ)

ТАБАК И РАДИАЦИЯ



Последствия ядерного взрыва в Хиросиме



Во тьме заплачут вдовы, повыгорят поля. И встанет гриб лиловый, и кончится Земля



Товарищ Сталин, Вы большой ученый

стие к табаку вовсе не вредная привычка, а болезненное состояние, входящее в психиатрическую рубрику, было делом рискованным и небезопасным.

Сильные мира сего – Черчель, Трумен, Эйзенхауэр, Сталин, Брежнев, были прокурены до мозга костей. К тому же великие литераторы и артисты из портретных рамок взирали на мир, как правило, с трубкой в зубах. Вспомним известные портреты Эрнеста Хемингуэя, Алексея Толстого, Сергея Есенина, Владимира Маяковского. И всякому почитателю их таланта очень хотелось хоть в чем-то быть похожим на своих кумиров.

Цивилизованный мир признал курение пережитком средневековой дикости. В 2003г. в Женеве была подписана Международная Рамочная Конвенция по ограничению табака, в которую включились 175 стран мира, за исключением Китая, Индии, государства тропической Африки. Среди них оказалась и Россия. Почему? На этот вопрос в свое время ответил В.В.Маяковский: «Если звезды зажигают, значит, это кому – то нужно». Россия в 2007г. все-таки подписала эту Конвенцию. Но каких сил это стоило нашим светилам медицинской науки? По правилам участников Рамочной Конвенции по ограничению табака, в России в течение 5 лет произойдут изменения, которые многих заставят думать головой. Зачем столетнему Чернобылю в собственном кармане? В России 23.02.2014 г. был принят антитабачный закон. Кому то он показался очень суровым. Но он соответствует всем нормам международного права. Для справки. В России по причинам, связанным с курением, досрочно умирают до 400 тыс. человек ежегодно.

Редакционная статья.

Не всякая радиация во благо. В конце позапрошлого века Резерфорд и Кюри открывают явления радиоактивности. В 1945г. американцы бросают две атомные бомбы на японские города Хиросиму и Нагасаки. 26 апреля 1986г. весь мир встревожила Чернобыльская катастрофа. Недавно мир был потрясен еще одной радиационной катастрофой. И вновь Япония, Фукусима. А что происходило в это время в научных кругах? Постепенно избавившись от политического и идеологического давления, научная мысль потянулась к углубленному познанию вещей и явлений. Долгие годы самым «крутым» аргументом в антитабачной пропаганде была расхожая фраза: «капля никотина убивает лошадь». Только никто не сообщал, какой именно антеникотинист столь безжалостно обошелся с несчастным животным.

Изучая состав табака и продуктов его горения, ученые выделили в них более 4-х тысяч химических соединений, весьма агрессивных по отношению к живому организму. В 1964 году американскими учеными биохимиками В. Хантом и Э.

Родфордом был выделен из табачных листьев радиоактивный изотоп полоний-210. Во всем мире к 1982 году было выполнено более 100 крупных исследований, подтверждающих прямую связь курения с развитием рака различных органов. При дальнейших исследованиях было аргументировано доказано, что при выкуривании в течение года ежедневно по одной пачке сигарет, каждый курильщик получает дозу радиоактивного облучения равную той, которую он бы получил, пройдя за год 200 рентгенологических просвечиваний. Эти сведения в конгрессе США были засекречены до 1985г., после чего журналисты и прогрессивные политики добились миллиардных вливаний в антитабачную пропаганду в Соединенных Штатах. К концу XX века количество курильщиков в США сократилось с 80% населения до 30%, а по многим штатам до 10%. Курение стало уделом маргинальных слоев населения, людей малообразованных и обделенных. А быть напоказ обделенным и неудачником в США означает поставить крест на всякой

карьере. Появилась мода и выверенный прагматичный экономический расчет на здоровый образ жизни. А курить стало не модно, не культурно, не патристично и не престижно. Основные табачные корпорации убытков не понесли. Производство и реализация табака были ускоренными темпами переброшены в развивающиеся страны, такие как Китай, Индия, государства тропической Африки и в нашу страну. Свыше 96% табачной индустрии на территории современной России являются собственностью транснациональных кампаний. И даже такие, казалось бы «насквозь российские» бренды, как «Беломорканал», «Прима»; не говоря уже о названии «Петр I», всё это стилизованные под «алярус» заморские изделия.

Настали другие времена. Появилась иная аргументация. Причем в середине прошлого века подход к убеждению курильщиков отказаться от своего пристрастия, а некурящих не начинать, был основан большей частью на научно-подобных доводах и эмоциональном воздействии. В открытую заявлять о том, что пристра-

КУРЕНИЕ И ЗДОРОВЬЕ



А.П. Чехов

В известном рассказе А.П.Чехова «Дома», написанном в 1887 году, повествуется о том, как Е.П.Быковский, прокурор окружного суда, с удивлением узнает, что его семилетний сын Сережа курит, причем табак Сережа брал у отца в столе. Этот случай вызвал в нем воспоминания о давно прошедшем, наполовину забытом времени, когда курение в школе, в детской среде внушало педагогам и родителям странный, не совсем понятный ужас. То был именно ужас. Ребят безжалостно

пороли, исключали из гимназии, коверкали им жизнь, хотя ни один из педагогов и отцов не знал, в чем именно заключается вред и преступность курения. Даже очень умные люди не затруднялись воевать с пороком, которого не понимали. Евгений Петрович вспомнил своего директора гимназии, очень образованного и добродушного старика, который так ругался, когда заставлял гимназиста с папирской, что бледнел, немедленно собирал экстренный педагогический совет и пригова-

ривал виновного к исключению. Уж таков, вероятно, закон общезжития: чем непонятнее зло, тем ожесточеннее и грубее борются с ним. (Для справки: в 1989 г. в г.Задонске из одного среднего специального учебного заведения были исключены 8 учащихся лишь за то, что их фамилии были опубликованы в районной газете как состоящих под наблюдением у нарколога).

Вспоминал прокурор двухтрех исключенных, их последующую жизнь и не мог не подумат

о том, что наказание очень часто приносит гораздо больше зла, чем само преступление. Живой организм обладает способностью быстро приспосабливаться, привыкать и принюхиваться к какой угодно атмосфере, иначе человек должен был бы каждую минуту чувствовать, какую неразумную подкладку нередко имеет его разумная деятельность и как еще мало осмысленной правды и уверенности даже в таких ответственных, страшных по результатам деятельностях, как педагогическая, юридическая, литературная...

(Продолжение на 2 стр.)

КУРЕНИЕ И ЗДОРОВЬЕ

(Продолжение. Начало на 1 стр.)

Далее прокурор рассуждал: «Прежде, в мое время, эти вопросы решались просто – всякого мальчуга, уличенного в курении, секли. Малодушные и трусы действительно бросали курить, кто же похрабрее и умнее, тот после порки начинал табак носить в голенище, а курить в сарае. Когда его ловили в сарае и опять пороли, он уходил курить на реку... и так далее, до тех пор, пока малый не выросстал. Теперь же эти средства представляются ничтожными и безнравственными. Становясь на почву логики, современный педагог (а рассказ написан в 1887 году) старается, чтобы ребенок воспринимал добрые начала не из-за страха, не из желания отличиться или получить награду, а сознательно «... И Евгению Петровичу казалось странным и смешным, что он, опытный правовед, полжизни упражнявшийся во всякого рода пресечениях, предупреждениях и наказаниях, решительно терялся и не знал, что сказать мальчику.

После нелегких, противоречивых, мучительных внутренних рассуждений прокурор не нашел ответа на поставленный самой жизнью вопрос. Что делать? И тут выход из ситуации подсказал сам Сережа: «Расскажи мне что-нибудь! Расскажи сказку».

Свободные вечера Евгений Петрович имел обыкновенно рассказывать Сереже сказки. Как и большинство деловых людей, он не знал наизусть ни одного стихотворения и не помнил ни одной сказки, так что всякий раз ему приходилось импровизировать. Обыкновенно он начинал с шаблона «В некотором царстве, в некотором государстве», далее громоздил всякий невинный вздор и, рассказывая начало, совсем не знал, каковы будут сере-

в стеклянном дворце, который сверкал и сиял на солнце, как большой кусок чистого льда. Дворец же, братец ты мой, стоял в громадном саду, где, знаешь, росли апельсины ... бергамоты, черешни, цвели тюльпаны, розы, ландыши, пели разноцветные птицы... Да... На деревьях висели стеклянные колокольчики, которые, когда дул ветер, звучали так нежно, что можно было заслушаться. Стекло дает более нежный и мягкий звук, чем металл... Ну-с, что же еще? В саду били фонтаны... Помнишь, ты видел на даче у тети Сони фонтан? Вот точно такие же фонтаны стояли в царском саду, но только в гораздо больших размерах, и струя воды достигала верхушки самого высокого тополя. Евгений Петрович продолжал: У старого царя был единственный сын и наследник царства, такой же маленький, как ты. Это был хороший мальчик. Он никогда не капризничал, рано ложился спать, ничего не трогал на столе и вообще был умница. Один только у него был недостаток – он курил... Сережа напряженно слушал и, не мигая, глядел отцу в глаза. Прокурор продолжал думать: «Что же дальше?». Он долго, как говорится, размазывал да жевал и кончил так: От курения царевич заболел чахоткой (чахотка – скоротечный туберкулез легких) и умер, когда ему было 20 лет. Дряхлый и болезненный старик остался без всякой помощи. Некому было управлять государством и защищать дворец. Пришли неприятели, убили старика, разрушили дворец и уже в саду нет теперь ни черешен, ни птиц, ни колокольчиков... Так-то, братец... Такой конец самому Евгению Петровичу казался смешным и наивным, но на Сережу вся сказка произвела сильное впечатление. Опять его глаза по-

Задача учителя начальных классов с первых дней обучения ребенка в школе формировать у детей негативную установку на потребление табака, так как уже к середине обучения в первом классе отдельные ученики повторяют поступок чеховского Сережи. По данным Центрального института санитарного просвещения, до 65% всех курильщиков приобретают эту вредную привычку еще в школьные годы. Интересно, что **мужчины, не начавшие курить до 20 лет, как правило, не курят и в дальнейшем.** Это возлагает особую ответственность на антиникотиновую пропаганду в школе, т.к., оградив школьников от курения, мы ограждаем от этой вредной привычки и взрослых. В недавнем прошлом у женщин именно в 20-летнем возрасте наступал «пик» приобщения к сигаретам. В последние годы этот «пик» сместился на возраст 14-15 лет. Проверка успеваемости в московских школах (учащиеся 7-8 классов) показала, что больше всего не успевали те, кто курил. Хотя при изучении самооценки личности курящие подростки считают себя более умными, способными совершить поступок, смелыми, общительными, волевыми. Мотивы, располагающие к курению, обычно сходны для всех возрастных периодов. Это подражание, любопытство, баловство. **Курящие родители, учитель, тренер, просто старший по возрасту в глазах ребенка или подростка является объектом для подражания.** Не следует забывать о многочисленных кинокартинах, телевизионных постановках и телешоу, где герои – мужчины и женщины – много и эффектно курят. Противопоставление этой информационной табачной агрессии в большинстве случаев запаздывает. *Лекции медицинских работников о вреде курения, как правило, читаются старшеклассникам по сути дела вслед уходящему поезду.* Данные статистики свидетельствуют, что 80% злостных курильщиков вырастают в семьях, где курят один или оба родителя. Большинство современных молодых супругов расценивают наличие сигарет, зажигалок, пепельниц как один из атрибутов уюта. И не так уж хочется курить, как не хочется отставать от моды. Когда в такой семье появляется ребенок, то с первых недель жизни малыш вдыхает табачный дым. Проходит немного времени, и ребенку предлагают «сбегать за сигаретами». За эту услугу он получает на мороженое или шоколад. К 7-8 годам у такого ребенка складывается положительное отношение к курению, и он пробует уже сам. **У человека нет врожденной потребности в куре-**

нии. Но он живет среди других людей. Пример родителей убедительнее, чем прочитанная или услышанная информация. Поэтому *анти табачная информация должна быть высокоаргументированной, системной и непрерывной на протяжении всех лет обучения детей и под-*

крепленной годами. **Курение вошло в быт миллионов людей, став прочной жизненной потребностью, условным рефлексом, т.е. очень сложным поведенческим и психосоциальным явлением.**

Распространению курения способствует и то, что многие не знают о громадном ущербе, который наносит человеку курение. **По данным опроса, более 3 тысяч детей и подростков узнали о вреде курения от родителей – 8,9%, от учителей – 13,8%. Остальные ничего не знают об этом вреде.**

СВОЙСТВА ТАБАКА. Есть ли какая-нибудь польза от табака? Есть, но только в одном отношении. Из табака получают химическое вещество – никотин-сульфат, который используется в сельском хозяйстве для защиты растений от повреждающих насекомых – тлей. Среди ядов, используемых в сельском хозяйстве, никотин-сульфат считается одним из наиболее токсичных, и работа с ним требует больших предосторожностей. Кроме того, иногда еще домашние хозяйки пересыпают табаком шерстяные вещи, чтобы их не повреждала моль.

А ВРЕДЕН ЛИ ТАБАК? Итак, все по порядку. Немного истории. Распространение табака в Европе связано с именем Христофора Колумба. В октябре 1492 года великий мореплаватель открыл не только Америку, но и табак. Спутники Колумба обратили внимание, что туземцы туго сворачивают сухие листья какого-то растения, поджигают их и вдыхают дым, который при этом образуется. Дым этой травы, по образному выражению Колумба, «они пили». Листья, свернутые в трубки, жители Кубы называли «сигаро». При курении «каждый делает из нее три – четыре затяжки, выпуская дым через ноздри». Табак – это растение из семейства пасленовых. Происхождение слова «табак» объясняют по-разному: по одним данным оно происходит от испанского слова «табакос», что означает свернутые для курения листья, по другим – от названия у индейцев Северной Америки трубки для курения «табакко», по третьему варианту – от провинции Табаго, где культивировалась эта трава, она получила у европейцев название «табак». Вопреки строгому запрету великого мореплавателя Колумба, некоторые из его моряков тайно привезли листья и семена табака в Европу и таким образом привезли еще одного «мнимого приятеля» на старый континент. Сначала курение вызывало только удивление, но скоро матросы из экспедиции научили курить и других. Матросы и солдаты испанской армии, колонисты, торговцы, которые посещали Новый Свет, стали первыми курильщи-



Колумб Америку открыл, страну для нас совсем чужую

роствков в школе. Речь идет не только об анти табачном воспитании, но и об анти табачном образовании. Особенность курения детей в младшем школьном возрасте заключается в том, что они курят тайком от родителей и взрослых (как это описано в чеховском рассказе), экономят деньги, выданные на завтрак, кино и т.д. При этом курят сигареты до конца, это очень вредно, так как в последней трети сигареты накапливается табачная смола, в которой содержится в два-три раза больше никотина и других ядов. Боясь разоблачения, курят где-нибудь в подворотне, в спешке, быстро затягиваясь. В таких условиях в табачный дым переходит в два раза больше никотина, чем при спокойном сгорании сигареты.

К курению табака привыкают по определенной схеме, во многом сходной с появлением других форм наркотической зависимости. Сначала – это знакомство с сигаретой и периодическое курение. Затем – регулярное употребление табака. После нескольких лет регулярного курения возникает болезнь – с физической потребностью и абстинентным синдромом, сопровождающаяся расстройством органов и систем человека.

Потребность в курении табака обуславливается в основном двумя факторами: физиологическим (возникающая со временем физическая зависимость от никотина, т.е. токсикомания) и психическим. Последний заключается в организованной форме поведения человека, т.е. в привычке, выработанной и за-



Так начинали многие

дина и конец. Картины, лица и положения брались наудачу, экспромтом, а фабула и мораль вытекали как-то сами собой, помимо воли рассказчика. Сережа очень любил такие импровизации, и прокурор замечал, что чем скромнее и незатейливее выходила фабула, тем сильнее она действовала на мальчика.

– Слушай, – начал он, поднимая глаза к потолку.

– В некотором царстве, в некотором государстве жил-был себе старый, престарелый царь с длинной, седой бородой и ... с такими усиками. Ну-с жил он

дернулись печалью и чем-то похжим на испуг: минуто он глядел задумчиво на темное окно, вздрогнул и сказал упавшим голосом: Не буду я больше курить.

По сути дела на примере рассказа А.П. Чехова «Дома» дан образец коррекции вторичной табачной установки. Ребенок уже закурил. Соблюдая признак «информационного» опережения, подготовка к встрече с табаком должна начинаться в пять-шесть лет. В семье и в детском саду, к сожалению, практически никто этого не делает.

ками табака. В Испании возникли плантации табака – первые в Европе. Табак вначале использовали как декоративное растение. Позднее создались представления о необычайных лечебных свойствах табака. Табак был объявлен всеисцеляющей лечебной травой – панацеей.

Вот как описывались его чудодейственные свойства в одной испанской книге 1543 года: «Табак вызывает сон, избавляет от усталости, успокаивает боль, вылечивает головную боль...»

В середине XVI века табак распространяется во Франции. Этому способствовал Жан Нико, французский посланник в Португалии. Он вырастил табак из семян, высланных ему моряками Колумба из Флоренции. В 1560 году Жан Нико преподнес французской королеве Екатерине Медичи сухие листья табака с рекомендацией нюхать их при головной боли. И она для усиления запаха растирала листья в тонкий порошок. Действие его было гораздо эффективнее. Нюханье табака нашло подражание в среде придворных Людовика XIV (1638-1715гг.) И было введено в круг придворного этикета. И так, Жан Нико впервые вырастил табак во Франции. Он исследовал его и обнаружил в нем одурманивающее вещество, которое стали называть по его имени никотином. Через столетия разведение и курение табака получили повсеместное и широкое распространение не только в Европе, но и во всем восточном полушарии. В России курение табака начало распространяться в первой половине XVII столетия. Вначале оно сурово пресекалось. Применялись различные наказания, которые в иных случаях были весьма жестокими. В царствование царя Михаила Федоровича уличенных в курении первый раз наказывали 60 ударами палок по стопам, во

богомерзкое зелье, пытаться и бить на козле кнутом, пока не признается, откуда «зелье» получено». Частных торговцев табаком повелевалось «пороть, резать носы, ссылать в дальние города». Суровые меры применялись не только в России. В Англии в конце XVI века «виновных» в курении подвергали казни через «отсечение» головы. Затем головы казненных выставляли насаженными на шесты на площадях для всеобщего обозрения. Жестокое меры применялись к поклонникам табака и на его родине – в американских колониях Испании. Известны случаи, когда в 1692 году в городе Сантьяго по решению папы в монастырской стене были заживо замурованы пять монахов, уличенных в тайном курении. Однако борьба с курением не достигла своей цели, и английский король Яков I (1620-1625 гг.) решил обложить высоким налогом табачную торговлю, надеясь этим сократить ее и уменьшить курение. Но торговля не сокращалась, а доход казны значительно вырос. Этот факт заставил многие правительства изменить свое отношение к табаку и использовать его как источник дохода. В России торговля табаком и курение были разрешены в 1697 году Петром I (1492-1697, т.е. через 203 года от завоза табака в Европу). Петр I разрешил английским купцам ввозить табак в Россию, за что те обязались вносить в государеву казну большую пошлину – 200 тыс. фунтов стерлингов, что было для казны весьма выгодно.

При Екатерине II табак стал широко культивироваться на юге нашей страны. В 1763 году был издан высочайший манифест «О разведении как в малой России, так и в великороссийских областях насаждений разных чужестранных табаков». Императрица приказала «всем малороссийским обывателям выдавать безденежно семена американские и печатную инструкцию, как с оными семенами обходиться и как табак собирать, вялить, вязать в папушки и сохранять». В более северных районах стали сажать дешевые сорта табака – самосад. Курение быстро распространилось среди всех слоев населения. Стало модным нюхать табак, что считалось хорошим тоном. Появились богатые табакерки, которые часто были

наградой царского двора особо выслужившимся сановникам и фаворитам. Великолепную коллекцию табакерок того времени можно увидеть в Эрмитаже. Бедный люд курил «самокрутки». Во второй половине XIX века появились папиросы и сигареты. Стали строить табачные фабрики. Возникла целая отрасль промышленности – табачная.

(Продолжение на 4 стр.)

НАРКОМАНЫ ПОНЕВОЛЕ, КОЕ-ЧТО О КОРВАЛОЛЕ

Основная часть больных наркоманией сознательно становятся таковыми. Кто от безделья, кто от глупости. Но есть и такие наркоманы, которые не хотели этого.

Не было печали, так черти накачали. Так говорится тогда, когда досадуют по поводу какой – либо неожиданно свалившейся заботы или неприятности. Оставим происки нечистой силы для сказок. Обратимся в мир реальных событий. По какой – либо причине обычный гражданин оказался на обследовании у нар-

кологическим врачом. Врач спрашивает: «Что случилось?» Пациент отвечает: «Я ничего не знаю, я просто чувствую себя плохо». Врач назначает лечение. Пациент принимает лекарство. Но через некоторое время состояние не улучшается. Пациент возвращается к врачу. Врач спрашивает: «Что случилось?» Пациент отвечает: «Я ничего не знаю, я просто чувствую себя плохо». Врач назначает лечение. Пациент принимает лекарство. Но через некоторое время состояние не улучшается. Пациент возвращается к врачу. Врач спрашивает: «Что случилось?» Пациент отвечает: «Я ничего не знаю, я просто чувствую себя плохо».

растает. «Любители» корвалола со временем для получения эффекта снятия внутреннего эмоционального напряжения, снятия неприятных ощущений в области сердца, получения снотворного действия принимают «лошадиные» дозы препарата. Глодают его уже не по 15 капель. При вынужденном прекращении приема фенobarбитала возникает синдром отмены, который характеризуется тревогой, потливостью, бессонницей, снижением аппетита, повышением температуры и даже делирием (бредовым состоянием, подобным белой горячке при алкоголизме), отмечаются провалы в памяти и может наступить коматозное состояние, присоединяются судороги. При бесконтрольном постоянном приеме барбитуратов успокаивающий эффект замещается эйфорией. И многие бабушки – старушки превращаются в стандартных фенobarбиталовых наркоманок. Их домашние аптечки без всякой меры переполнены запасами корвалола. Порой на корвалол «подсаживаются» и граждане иных возрастных категорий.

Первое медицинское сообщение о расстройствах вследствие приема барбитуратов



Так начинается

колога. И вдруг – как гром среди ясного неба: «Извините, уважаемый, но в ваших биологических средах выявлено наркотическое вещество». Встречный вопрос: «Откуда?». Врач в свою очередь задает ряд своих вопросов и все становится на свои места. Человек действительно принимал наркотические вещества в составе, казалось бы, обычных лекарств. Речь пойдет об известном многим корвалоле. Как сообщается в рецептурном справочнике, корвалол принимают при неврозах с повышенной раздражительностью, при резко выраженных спазмах коронарных сосудов (сосудов сердечной мышцы), тахикардии – частых сердечных сокращениях, при бессоннице, при спазмах кишечника. Этот препарат относится к группе седативных (успокаивающих) и нейролептических средств, отнесенных в подрубрику: «средства для наркоза и снотворные». Исходя из этого, следует, что препараты входящие в выше указанную рубрику назначаются строго по объективным показаниям лечащим врачом в исключительно определенной дозе и исключительно ограниченном временном промежутке. В большинстве экономически развитых стран мира за деньги в аптеке можно купить, пожалуй, бинты и зеленку. Остальное все по рецепту врача и для больного бесплатно. Так принято в цивилизованном мире. Наши все издержки от затянувшегося переходного периода от одного вида экономического развития к другому. Поэтому и процвета-



Так заканчивается. В лучшем случае – наркологический стационар, в худшем – морг

лепсии, хорее и спазматических параличах. Современная Международная Классификация психических болезней 10 пересмотра (МКБ 10). В России она применяется с конца 90-х годов прошлого века. В рубрике «Психические и поведенческие расстройства вызванные употреблением психоактивных веществ» это наряду с опиатами, канабиоидами, психостимуляторами, галлюциногенами, кокаином, табаком – выделена отдельная подрубрика – «Психические и поведенческие расстройства в результате употребления седативных и снотворных веществ». При регулярном приеме барбитуратов, куда входит и фенobarбитал, в результате бесконтрольности дозы препарата постепенно на-

относится к 1934 году. Сам фенobarбитал давно включен в список наркотических средств. Корвалол и его аналоги во многих странах мира изъяты из фармрынка. Если у туриста из России в Евросоюзе в чемодане или сумке найдут пузырек корвалола, серьезные неприятности будут гарантированы. Незнание закона не освобождает от ответственности. Не занимайтесь самолечением. В случае возникновения синдрома зависимости наша помощь к вашим услугам.

М. Коростин – главный нарколог области, заслуженный врач России.

В. Трушов – зав. отделением профилактики ГУЗ «ЛОНД» заслуженный врач России.



Эх, Екатерина, ты была не права

второй раз – отрезанием носа или ушей. После опустошительного пожара Москвы в 1634 году, причиной которого оказалось курение, оно было запрещено под страхом смертной казни. При Алексее Михайловиче, сыне Михаила Федоровича, борьба с потреблением «богомерзкого зелья» усилилась. В специальном «Уложении» от 1649 года «было велено – всех, у кого будет найдено

АЛКОГОЛЬ И РАДИАЦИЯ. ОПАСНЫЕ ЗАБЛУЖДЕНИЯ

Среди значительных групп населения нашей страны, вне зависимости от их социального статуса, профессии и уровня образования, прочно укоренилось представление о том, что алкоголь оказывает профилактическое и лечебное действие при радиоактивных поражениях.

Слышал звон, да не знаешь где он. Так говорят тому, кто сам как следует не знает того, о чем говорит. Откуда у слухов «растут ноги»? Обычно ссылка у людей, далеких от биологии и химии, аргументируется тем, что **в онкологической практике для профилактики лучевой болезни при рентгено – радиотерапии раковых образований, а также для лечения больных хронической лучевой болезнью применяют ... спирт.**

Но какой спирт? Об этом, кроме специалистов, мало кто знает. И так, обо всем по порядку. В состав всех спиртов входят три компонента – углерод, водород, кислород. Общее название по химической принадлежности – углеводороды. В ходе химических преобразований исходными являются такие углеводородные соединения, как этил, метил, пропилен, батил и т.д. Стало – быть, из этила появляется этиловый спирт (он же винный), из метила – метиловый, из пропила – пропиловый, из батила – батилловый и т.д. У каждого спирта свои химические свойства и своя химическая формула.

В практике онкологов и специалистов по лечению лучевой болезни применяется батилловый спирт. В своей химической формуле он включает 21 атом углерода, 44 атома водорода и 3 атома кислорода. В целом линейная формула его молекулы $C_{44}H_{88}O_3$. Этиловый, он же винный спирт имеет многим известную формулу – C_2H_5OH – это значит, что количество атомов водорода в нем равно 6 (шесть). **Это во-первых.** Батилловый спирт вовсе не жидкость, а желтоватый порошок без вкуса и запаха. В лечебной дозе 0,02 грамма применяется 2 раза в день для лечения больных хронической лучевой болезнью и в той же дозе 3 – 4 раза в день для профилактики осложнений при лучевой терапии. В индивидуальных аптечках военнослужащих имеются таблетки батилола (батилового спирта), которые по инструкции нужно принимать при угрозе ядерного взрыва. Название этого препарата в индивидуальной аптечке – **радио-защитное средство №1.** После выпадения радиоактивных осадков применяется **радио-защитное средство номер №2.** В его состав входят соединения йода, которые наполняют щитовидную железу и не пропускают туда нуклеопротеиды радиоактивного йода. При взрыве атомной, водородной или нейтронной бомбы в течение нескольких секунд все живые организмы поражаются гамма – лучами и потоком нейтро-



И никаких 100 грамм нам не давали

нов. А атомы водорода батилола препятствуют этому явлению. На зараженной же после ядерного взрыва территории нет ни гамма излучения, ни потока нейтронов. Там «царствуют» альфа и бета частицы. Там никакой батилол уже не помогает. **Во-вторых,** лечебный эффект порошка батилового спирта состоит в стимулировании выработки организмом лейкоцитов (белых кровяных телец), он повышает уровень гемоглобина. Ни о каком действии, связанном с выведением из организма радиоактивных нуклеопротеидов, речи быть не может. Поэтому применение винного спирта с выше указанной целью абсолютно бессмысленно, и более того, опасно. Слухи о лечебных свой-

ствах красного вина в отношении радиационных осложнений также безосновательны. А то, что членам экипажей атомных подводных лодок в дальних морских походах выдают по 50 граммов в сутки сухого вина, это к радиации не имеет никакого отношения. На атомных субмаринах сухое вино, по мнению интендантов, снимает психологическое напряжение. Более того, при ликвидации последствий радиационной катастрофы в Чернобыле потребление алкоголя категорически пресекалось. **Никаких наркомовских 100 грамм в Чернобыле не существовало. Эти слухи о пользе алкоголя при работе с источниками радиоактивного излучения культивируются в**

одном случае специалистами от медицины, несведущими в элементарных вопросах биологической химии, в другом случае слухи подогревают и распространяют осознанно представители алкогольного бизнеса.

Владимир Высоцкий в одной из своих песен про радиацию указывал на «специалиста» радиационной безопасности. Им оказался ... кочевар котельной, где «страдальцы» «принимали на грудь». **Истопник сказал: ««Столичная», очень хороша от стронция»** (стронций радиоактивный элемент).

В. Трушов.
Заслуженный врач России.



**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)
ЭЛЕКТРОННАЯ ПОЧТА: ufskn@lipetsk.ru

КУРЕНИЕ И ЗДОРОВЬЕ

(Окончание. Начало на 1 стр.)

РАСПРОСТРАНЕНИЕ КУРЕНИЯ ТАБАКА И ЕГО ПРИЧИНЫ.

В настоящее время невозможно утверждать, что Америка является единственной родиной курения. Древнегреческий историк Геродот, живший в V веке до нашей эры, при описании быта скифов упоминает о намеренном вдыхании дыма от сжигания известных им растений с целью получения бодрости и силы. На вдыхание дыма сжигаемых растений указывается и в древнекитайских летописях. Дым определенных растений при их горении вдыхали и обитатели некоторых стран Африки. Благовонные окуривания от сжигания трав практиковались в Греции и Древнем Риме во время различных праздников и церемоний. Отсюда, очевидно, происходит и принятое в христианских церквях сжигание в специальных приспособлениях, кадилах, ладана – затвердевшего сока бальзамических растений, растущих в Сомали и на Аравийском полуострове. Полагают, что и курение табака индейцами Америки также возникло на религиозной основе. Индейцы, применявшие вначале дым горящих растений

с целью отпугивания мучавшей их мошары и москитов, заметили своеобразное действие на организм дыма некоторых трав, стали считать их священными, а дым – волшебным. Так эти травы (а это были различные виды табака) стали применяться в религиозных обрядах и церемониях. Раскуривая трубку, жрецы или вожди первые клубы дыма направляли в сторону солнца, где, по верованиям североамериканских индейцев племени алгонкинов, живет «великий дух» Манту-Бог всего сущего.

После того, как суровые гонения на курильщиков постепенно ослабли и затем совсем прекратились, а ограничения вроде запрета курения на улицах городов, существовавшие в некоторых странах Европы до 50-х годов XIX века, не могли уже заметно влиять на курение, оно распространилось почти по всему миру.

Вначале курили исключительно мужчины, с 80-х годов XIX века к курению стали прибегать и женщины. Большинство мужчин начинали курить в 14-19 лет, первые пробы приходятся на 7-8 лет, женщины обычно первую папиросу выкуривали в 20-25-26 и даже 30 лет. Особен-

но заметно стало возрастать число курящих с начала 40-х годов прошлого столетия.

В последнее время средний возраст начинающих курить значительно понизился, а число курящих девушек увеличилось. По данным анкет, собранных среди югославских школьников в возрасте 15-19 лет, пробовали курить 72% мальчиков и юношей, из них стали систематически курить 28%. Среди девочек и девушек того же возраста пробовали курить 56% и приобрелись к курению 9%. На основе статистических данных разных стран можно утверждать, что в настоящее время около 60% мужчин и 20% женщин – жителей Земного шара систематически употребляют табак для курения, иначе 40% населения нашей планеты являются курильщиками. Из расчета, что каждый из них выкуривает в среднем 15 папирос или сигарет, выходит, что за каждую секунду человечество выкуривает 300 тыс. сигарет и папирос.

**Из книги В.П.Трушова
«Наркология в практике педагога и школьного психолога».**

Липецкие наркологические вести.
Главный редактор: Трушов В.П.
Компьютерный набор текста: Игошина Е.В.
Учредитель и издатель: ГУЗ «Липецкий
областной наркологический диспансер»
Индекс подписки 73757.

12+

Адрес издателя: 398006, г. Липецк, ул. Ленинградская, 18, телефон 73-06-45.
Адрес редакции: 398006, г. Липецк, ул. Студенческая, 11, телефон 73-05-21.
Газета зарегистрирована в ФГУ ЦЧ МТУ МПТР России,
рег. № ПИ 6-0311 от 21.05.2001г.
Тираж 900 экз. Объем 1 п.л. Цена свободная.

Отпечатано в ООО «Веда социум»,
398055 г. Липецк, ул. Московская, 83.
Подписано в печать по графику 26.08.2014 г.
в 12.00 фактически в 12.00.
Заказ № 1666.