

5 НОЯБРЯ – ДЕНЬ ОТКРЫТИЯ КРЕСТОВОЗДВИЖЕННОЙ ОБЩИНЫ СЕСТЕР МИЛОСЕРДИЯ
17 НОЯБРЯ – МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ ОТКАЗА ОТ КУРЕНИЯ. ДЕНЬ БЕЗ КУРЕНИЯ

ПО КОМ ЗВОНИТ КОЛОКОЛ

Прогрессивный американский писатель – антифашист Эрнест Хемингуэй в 1940 году написал роман «По ком звонит колокол». Эпиграфом к этому произведению была цитата английского поэта XVII века Джона Донна: «Нет человека, который был бы как Остров, сам по себе, каждый человек есть часть Материка, часть Суши; и если Волной снесет в море береговой утес, меньше станет Европа, и также, если смоеет край Мыса или разрушит Замок твой или Друга твоего; смерть каждого Человека умоляет и меня, ибо я един со всем Человечеством, а потому не спрашивай никогда, по ком звонит Колокол: он звонит по тебе». Сам Эрнест Хемингуэй в 1918 году вступил в американский отряд Красного Креста и отправился в Европу, в Италию на итало-австрийский фронт. Он понимал, что чужой бедой не бывает.



Э. Хемингуэй в отряде Красного креста

ВИЧ/СПИД и Красный Крест.

Когда в наш мир приходит какая либо беда, люди объединяют свои усилия для того, чтобы противостоять ей. В наше время такая беда обозначилась в эпидемии ВИЧ – инфекции и СПИДа. В недавнем прошлом такая угроза была уделом наркоманов и сексуальных меньшинств. Но мир не стоит на месте. ВИЧ инфекции стало тесно в вышеобозначенной категории населения и она вырвалась за ее пределы. Обычные граждане при определенных обстоятельствах могут стать жертвой этой коварной инфекции. Люди не ангелы. Порой, «случайный» эпизод полового контакта с казалась – бы «порядочным» объектом своей неудержимой страсти может стать причиной трагедии. А далее, для конкретного человека и горе, и беда, а для общества в целом – скорбная статистика. Тут и приходит на ум фраза из песни Булата Окуджавы: «Возьмемся за руки, друзья, чтоб не пропасть поодиночке».

Наши числа, наши даты. Международное Движение Красного Креста и Красного Полумесяца в наши дни объединяет свыше 500 миллионов человек в 181 стра-

не мира. **Всю свою деятельность Российский Красный Крест направляет на оказание помощи нуждающимся в ней людям.** В 1854 году 5 ноября по инициативе великой княгини Елены Павловны была открыта Крестовоздвиженская община сестер милосердия, которая по своей сути была своеобразным прообразом общества Красного Креста. В 1867 году Александр II утвердил устав «Общества попечения о раненых и больных воинах». А уже в 1876 году это Общество было переименовано в «Российское общество Красного Креста», в ведении которого была и Крестовоздвиженская община сестер милосердия.

Развитие инициативы общественных организаций во многом зависит от всесторонней поддержки, доступности ресурсов и актуальности проблемы. **Последнее десятилетие ознаменовано резким ростом эпидемии ВИЧ-инфекции в России. По темпам роста заболеваемости наша страна занимает одно из первых мест в мире. Не исключение в этом процессе и Липецкая область, где регистрируется положительная динамика выявления ВИЧ-инфекции, однако, по количеству зарегистрированных случаев наша область относится к территориям с низким уровнем распространения ВИЧ-инфекции.** Объединение усилий государственных и некоммерческих организаций по противодействию эпидемии ВИЧ-инфекции – это не только консолидация ресурсного обеспечения, но и мировая практика реализации эффективных подходов на межсекторальном уровне. **К сожалению, сектор общественных организаций в настоящее время включает единичных представителей, осуществляющих профилактические проекты и программы по профилактике ВИЧ-инфекции среди населения.** Тем не менее, их количество с каждым годом увеличивается. Реализуются не разовые мероприятия, а плановые акции, программы и комплексные действия. Общественники постепенно занимают «ниши», которые высвобождаются путем переориентирования государственных организаций. Это касается разного вида социальных услуг, которые государство перекладывает на плечи организованных активистов и неравнодушных объединений граждан. **Общественные организации, которые оказывают эти услуги и реализуют мероприятия за счет субсидий бюджета области, относятся к социально ориентированным некоммерческим организациям. В этом строю находится и Липецкое областное отделение общественной организации «Российский Красный Крест».** В Липецкой области деятельность Красного Креста началась в далеком 1954 году, когда было

создано региональное подразделение. Новейшая история Российского государства трансформировала некоммерческий сектор, что не могло не сказаться на краснокрестном движении, но **основополагающие принципы Красного Креста остаются неизблемыми по настоящее время. Это – гуманность, беспристрастность, нейтральность, независимость, добровольность, единство, универсальность.** Именно поэтому многие вопросы социально-медицинской направленности являются профильными для добровольцев и членов Красного Креста. **В настоящее время Липецкое областное отделение РКК осуществляет социально-медицинские, социально-психологические, социально-педагогические услуги и, традиционно, участие в оказании помощи населению при чрезвычайных ситуациях. Большое внимание уделяется приоритетному виду деятельности по профилактике ВИЧ-инфекции среди уязвимых групп населения, в том числе учащаяся молодежь, наркозависимые, женщины и дети. Мы стали победителями областного конкурса «Лучшая некоммерческая организация 2012 года» по направлению «Популяризация здорового образа жизни, охраны здоровья, профилактики наркомании, алкоголизма и табакокурения» и «Лучшая некоммерческая организация 2015 года» по направлению «Профилактика социального сиротства, поддержка материнства и детства».** По итогам II и III всероссийского конкурса проектов по здоровому образу жизни «Здоровая Россия», проводимым Минздравом РФ в 2011 и 2012 годах, профилактические проекты среди учащейся молодежи вошли в библиотеку лучшего российского опыта по формированию здорового образа жизни.



**ТЫ ОБСЛЕДОВАЛСЯ НА ВИЧ?
ПОМНИ, КОЛОКОЛ ЗВОНИТ И ПО ТЕБЕ**

Филатов Андрей Николаевич

– заместитель главного врача ГУЗ «ЛОЦПБ со СПИД и инфекционными заболеваниями», кандидат медицинских наук, председатель Липецкого областного отделения общероссийской общественной организации «Российский Красный Крест».



Обучен – значит, вооружён, вооружён – значит, защищён. Проекты пропаганды здорового образа жизни среди учащейся молодежи в основном реализованы за счет субсидии областного бюджета при поддержке управления внутренней политики области. Также к мероприятиям были привлечены партнёрские организации Центр СПИД, областной наркодиспансер, центр медицинской профилактики, имеющие многолетний опыт совместной работы с общественниками. **Без профессионалов сложно сделать эффективное мероприятие с адекватным воздействием на молодежную среду.** За последние годы разработаны и исполнены комплексные программы: «Летняя школа добровольцев по профилактике ВИЧ/СПИДа», «Добровольческая кампания по профилактике ВИЧ/СПИДа в учреждениях среднего профессионального образования», «Добровольчество профессионального образования – призыв к здоровью!», «Здоровье студенчества – здоровое будущее региона!».

Теперь добровольцев называют волонтерами. Но смысл это не меняет.

Данные проекты предусматривают подготовку добровольцев среди учащихся среднего, среднего профессионального образования и ВУЗов области и проведение комплексных профилактических мероприятий, направленных на формирование более ответственного отношения к своему здоровью и приобретение навыков здорового образа жизни, безопасного поведения для профилактики наркомании и ВИЧ-инфекции. Это уникальный комплекс мероприятий, выполняющихся в определенной последовательности и усиливающих друг друга, в

котором гармонично переплетаются семинары-тренинги с получением полезной информации, обучение новым технологиям проведения информационных мероприятий и мастер-классы, тематические акции и массовые мероприятия, которые были проведены на площадках медицинских и образовательных организаций с участием молодежи в возрасте от 15 до 25 лет. **Научился сам, научи товарища. Разговор равного с равным. Специалисты готовят добровольцев по специальной программе, а они уже организуют и проводят информационные мероприятия для молодых людей о том, как можно сохранить и укрепить здоровье, побуждая их к этому, «продвигая» определенные модели поведения и полезные привычки путем их «встраивания» в привлекательный, стильный, престижный образ жизни – образ, которому хочется подражать.** Отработанные стратегия и технологии проведения комплексных мероприятий были переданы педагогам, которые позволяют им в дальнейшем самостоятельно проводить профилактическую работу с молодыми людьми и популяризировать добровольчество в сфере профилактики социально обусловленных заболеваний. Основными мероприятиями проекта стали тренинги и мастер-классы, где молодые люди смогли повысить уровень знаний. **Закреплению полученных знаний и усилению эффекта способствовала организация и проведение силами добровольцев и педагогов массовых тематических акций в образовательных организациях. Целью которых является формирование у молодежи здоровых установок, умений и навыков ответственного поведения в области здоровья, а также формирование системы духовно-нравственных ориентиров, воспитание доброты и чуткости, повышение авторитета ценностей и идей, связанных с проблемой профилактики наркомании и ВИЧ-инфекции (семья и брак, воздержание и верность, здоровый образ жизни, ценность жизни, как таковой).**

Продолжение на 2 стр.

ПО КОМ ЗВОНИТ КОЛОКОЛ



Работа с волонтерами. Если не мы, то кто же?

(Окончание. Начало на 1 стр.)

Достигнутые результаты за 3 года реализации проектов: подготовлено более 300 добровольцев из числа школьников и студентов образовательных организаций области; подготовлено более 200 педагогов по вопросам комплексной организации профилактических мероприятий; с помощью добровольцев и педагогов вовлечено более 3000 учащихся в массовые акции и профилактические мероприятия по здоровому образу жизни, профилактике наркомании и ВИЧ-инфекции; подготовлена и роздана в образовательные организации области профилактическая литература для молодежи и методическое пособие для педагогов; повышение уровня знаний учащихся по вопросам профилактики наркомании и ВИЧ-инфекции на 40-50%; повышение уровня сформированных навыков и моделей безопасного поведения, в отношении социально обусловленных заболеваний, на 40-60%; повышение личной ответственности за безопасное поведение и собственное здоровье до 85%.

От сессии до сессии живут студенты весело. В настоящее время по данным областного наркодиспансера лидирующее место по потреблению наркотических веществ занимают студенты высших учебных заведений области. В связи с этим специалистами Красного Креста принято решение продолжить проектные меропри-

ятия еще на один год. Разработан очередной социально значимый проект «Будь здоров, студент! Получи знания, передай другому!» по направлению «профилактика и охрана здоровья граждан, пропаганда здорового образа жизни». **Не остается в стороне от внимания общественников и проблема наркомании, а, особенно, сами потребители наркотиков.** Это большая социально-медицинская проблема, требующая комплексного совместного подхода как государственных медицинских учреждений (Областной наркодиспансер, Центр СПИД), так и общественной организации в лице «Российского Красного Креста», которой и разработан проект «Профилактика социально значимых болезней – путь к реабилитации и здоровью наркозависимых». Мероприятия проекта направлены на оказание информационно-просветительных и консультативных услуг по профилактике инфекционных заболеваний (ВИЧ-инфекция, гепатиты) и мотивации отказа от наркотиков среди людей, зависящих от наркотиков. **В качестве целевой группы проекта были выбраны пациенты наркодиспансера области, проходящих курс реабилитации.** Для этой целевой группы проведены 2-дневные семинары-тренинги по разработанной программе с приглашением специалистов (врачи, психологи, «равные» консультанты). Наркозависимые, в ходе комплексной программы

реабилитации, смогли повысить уровень знаний по вопросам профилактики ВИЧ-инфекции, вирусных гепатитов, общим вопросам сохранения здоровья и поддержке мотивации на прохождение курса реабилитации. Также, семинары-тренинги были направлены на формирование у клиентов проекта здоровых установок, умений и навыков ответственного поведения в области здоровья, а также формирование системы духовно-нравственных ориентиров, воспитание доброты и чуткости, повышение авторитета ценностей и идей, связанных с проблемой профилактики заражения ВИЧ, гепатитами. В целом в течение года проведено 10 семинаров-тренингов с охватом 156 человек на базах 3 отделений реабилитации. Вторичную целевую группу со-

нахождения/проживания наркозависимых. Была организована так называемая «уличная» работа. **Этому способствовало вовлечение в разработку и активное участие в реализации проекта представителей целевой группы – наркозависимых, находящихся в длительной ремиссии («равных» консультантов), в качестве добровольцев. За один год деятельности проекта общее количество охваченных наркозависимых составило 586 человек (156 человек обучено на семинарах-тренингах и 430 человек – охвачено консультативной услугой).** Количество консультаций по профилактике инфекционных заболеваний (ВИЧ-инфекция, гепатиты, здоровьесбережение) и мотивации отказа от наркотиков, оказанных лицам, актив-

возросло до 68%. Эффективность комплексной профилактической деятельности государственных и некоммерческих организаций подтверждается отсутствием вспышечной заболеваемости среди уязвимых групп и формированием приверженности к лечению среди людей, инфицированных ВИЧ, и расширением доступа пациентов к медико-социальным услугам доверенных специалистов, и психологической адаптации к диагнозу, и поддержке родственников, и многими другими аспектами, которые государственными органами без привлечения общественного сектора охватить не представляется возможным. **Выбранные направления Липецкого областного отделения общероссийской общественной организации «Российский Крас-**



Ночной клуб. Студенты – группа риска. Мы за туманом в тайгу не поедем. У нас и так в голове сплошной туман

ставили люди, активно употребляющие наркотики, проживающие в г. Липецке. Для этой целевой группы предусмотрено оказание консультативной помощи по вопросам профилактики ВИЧ-инфекции, инфекций, передаваемых половым путем, профилактики наркозависимости и формирование мотивации на прохождение курса лечения и реабилитации наркозависимых. Для оказания такого вида помощи предусмотрено привлечение 2-х «равных» консультантов и 5 волонтеров. Консультирование клиентов проекта осуществлялось в местах сбора/

но употребляющим наркотики, составило 1200 штук. Уровень знаний респондентов о профилактике социально значимых заболеваний возрос с 50% до 92%, уровень информированности наркопотребителей по вопросам реабилитации и ресоциализации увеличился с 47% до 97%. После проведенных мероприятий количество респондентов, у которых повысилась личная ответственность за собственное здоровье и снизилось рискованное поведение в отношении заражения социально значимыми заболеваниями,

ный Крест» гармонируют с комплексом межведомственного взаимодействия государственных структур. Принимая во внимание актуальность многокомпонентной проблемы ВИЧ-инфекции и наркомании, хочется надеяться на расширение перечня государственных ведомств и структур бизнеса, для которых востребованы услуги общественных организаций, а также увеличения единомышленников, инициаторов и активистов. Именно этим капиталом обладает развитое гражданское общество.

ДОКТОР СОВЕТУЕТ УЛЫБАТЬСЯ

Если электронные сигареты – для тех, кто мечтает бросить курить, значит, электронные книги – для тех, кто мечтает бросить читать?

Если на сигаретах пишут «Легкие», то почему на водке не пишут «Печень».

Вывеска на бензоколонке: «Курение во время заправки может помочь бросить курить навсегда!».

Плакат в туалете: Господа курящие! Убедительная просьба – не бросайте окурки в писсуары! Мы же в ваши пепельницы не пишем! Не курящие.

Из вредных советов Григория Остера: «Если хочешь в электричке сигарету закурить, не спеши скрываться в тамбур – там курить запрещено. Смело выкури в вагоне пару пачек сигарет. А на штраф не хватит денег – сможешь в банке взять кредит».



Эпидемиолог центра антиСПИД Звягин А.А. вручает приз победительнице. Если не миллион алых роз, то хотя бы это

ЛИПЕЦКАЯ СТУДЕНТКА ВЫИГРАЛА 1000 ПРЕЗЕРВАТИВОВ

Такая статья была опубликована в газете «Житье» №46 от 15.11.2016 года, предлагаем вашему вниманию её текст.

В октябре я прослушала курс лекций в центре «АнтиСПИД» о проблеме распространения ВИЧ, – рассказала Мария. Мне захотелось внести свой вклад в борьбу с ВИЧ. Я увидела сообщение о конкурсе фотографий «сдай ВИЧ тест». Сделала несколько звонков, чтобы организовать знакомых. Всего на конкурс центра «АнтиСПИД» пришло более 40 фотографий. Фото Марии набрало 207 лайков и стало победителем, рассказала читательница Нина Макарова. Студентка факультета автоматизации и информатики получила призовой фонд конкурса – тысячу презервативов. Девушка, в свою очередь, организовала собственную акцию, раздавая контрацептивы студентам. Тема СПИДа громко зазвучала после того, как озвучили статистику по заболевшим в России – министр здравоохранения заявила, что критическая ситуация с распространением заболевания сложилась в 10 регионах. По данным центра «АнтиСПИД», лишь каждый пятый липчанин в этом году сдал тест на ВИЧ. Бесплатно пройти его можно по адресу: г. Липецк, ул.Гагарина, 135, т. 35-54-64. С начала 2016 года в области зарегистрировано 239 случаев ВИЧ, это почти на треть меньше, чем годом ранее, и в 2 раза меньше, чем в среднем по стране.

ВНУТРИМОЗГОВОЕ ЗАДЫМЛЕНИЕ НЕ МОЖЕТ ПРОДОЛЖАТЬСЯ ДО БЕСКОНЕЧНОСТИ



Коростин Михаил Иванович – главный внештатный эксперт – нарколог управления здравоохранения Липецкой области, главный врач ГУЗ «ЛОНД», заслуженный врач России, член областной общественной палаты и общественного Совета при УМВД РФ по г. Липецку, председатель областного общества православных врачей.

Каждый человек должен быть проинформирован о последствиях курения для здоровья, наркотическом характере и смертельной опасности в результате употребления и воздействия табачного дыма. Ежегодно в каждый третий четверг ноября, а в этом году эта дата приходится на 17 ноября, по инициативе ЮНЕСКО отмечают Международный день отказа от курения. День без курения. В течение многих лет курение табака в нашей стране является серьезной проблемой. Воздействие этого фактора риска жизни человека приводит не только к патологическим изменениям нейрофизиологической сферы, выраженной в никотиновой зависимости (никотин, по своим физиологическим и биохимическим свойствам, является социально – адаптированным, узаконенным веществом наркотического действия), но и патологическим нарушениям и повреждениям различных органов и систем. Нынешняя памятная дата ЮНЕСКО в нашей стране по времени отмечалась по прошествии более трех лет со вступления в силу с 1 июня 2013 г. Федерального закона Российской Федерации от 23 февраля 2013 г. № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия табачного дыма и последствий потребления табака». В 2009 году было установлено, что Россия находится в числе мировых лидеров по распространённости курения, а показатель 39,1% курильщиков – один из самых высоких в мире. Актуальность обсуждаемой проблемы. Дёмин А.К., доктор политических наук, кандидат медицинских наук, профессор, написал в 2012 году книгу «Россия: дело табак. Раследование массового убийства». В главе «Так было в 2011 году» опубликовано: «Страна вышла на первое место в мире по распространённости курения, число потребителей табака – легального наркотика, превышает 50 миллионов – более трети населения России. Ежегодно преждевременно умирает от потребления продукции табачных компаний 400 тысяч наших сограждан, производится около 400 миллиардов штук сигарет стоимостью 13 миллиардов долларов США. На продвижение продукции расходуется более 1 миллиарда долларов США в год. После уплаты ничтожных акцизов, прибыль вывозится за рубеж, ущерб не возмещается. Основные страны – получатель астрономического размера табачных финансовых потоков из России – Япония, США, Великобритания, Южная Корея». Потребление табака является существенной угрозой для

здоровья граждан РФ. С потреблением табака и воздействием табачного дыма связан ряд социальных, экономических и экологических последствий, а ущерб здоровью от потребления табака ложится тяжёлым бременем на общество и государство. Потребление табака увеличивает риск развития сердечно – сосудистых, бронхолегочных, желудочно-кишечных, эндокринных и онкологических заболеваний, заболеваний репродуктивной системы и других видов патологии. Распространённость потребления табака среди взрослого населения Российской Федерации до принятия анти-табачного закона составляла 65% среди мужчин и 30% среди женщин. Распространённость потребления табака среди юношей и девушек составляла соответственно 40% и 7%. Среди учащихся ПУ курили 75% юношей и 64% девушек. Наибольший рост потребления табака в последние годы (в 3 раза) отмечался среди женщин, детей и подростков. Во время беременности более 40% курящих женщин продолжали курить, что

приводило к увеличению числа детей, родившихся больными, росту недоношенности и раннему прерыванию беременности. О пассивном курении. Около 80% населения Российской Федерации до недавнего времени подвергались ежедневному пассивному курению табака. Вещества, содержащиеся в табачном дыме, обладают токсичными, мутагенными и канцерогенными свойствами. Побочный дым особенно опасен для детей, так как детский организм беззащитнее перед токсичными веществами. Дым от горящих табачных изделий называют вторичным табачным дымом (ВТД). Основной поток, выдыхаемый курильщиком, содержит сильнейшие канцерогены: радиоактивный элемент Полоний-210, бензол, бутадиен, бензпирен,



Малыш ещё не родился, но уже прокоптился

рящими родителями значительно повышается риск заболеваемости детей тонзиллитами, бронхитами, ангиной, хроническими заболеваниями среднего уха (отитами). У мальчиков, родившихся от курящих матерей, яички меньших размеров. После достижения половой зрелости концентрация сперматозоидов в их семенной жидкости порой на 20% ниже по сравнению со сверстниками, рожденными от некурящих матерей. Уровень бесплодия среди курящих молодых мужчин почти вдвое превышает среднестатистический. Высок риск хронического кашля, задержки развития функциональных возможностей легких, раздражения слизистой оболочки глаз, носа, горла: у грудных детей может развиваться синдром внезапной смерти, для справки: у

курящих женщин, применяющих гормональные контрацептивы, также зарегистрированы случаи синдрома внезапной смерти. У детей курящих родителей тяжелее протекает бронхиальная астма. Дети курящих матерей чаще сами становятся курильщиками и у них быстро развивается табачная зависимость. К тому же, они чаще в последующем становятся наркоманами. По данным Главного санитарного врача России, возраст начала активного курения долгие годы оставался для мальчиков – 11-12 лет (дебют в 8-10 лет), девочек – 12-13 лет (дебют в 10 лет). Следовательно, в этом возрасте необходим усиленный контроль родителей за увлечениями детей и подростков. Как бы трудно это ни было. По материалам международной группы исследования (США 1961г.) была обнаружена прямая зависимость между курением женщин и последующей склонности их детей к преступлению. Пассивное курение детей и подростков в огромной степени – результат пренебрежения к их здоровью со стороны взрослых, в основном на уровне семьи. Роль государства в этом процессе стремительно меняется в лучшем направлении. Государство своим обновленным законом четко определило приоритеты охраны здоровья граждан над интересами табачных организаций. Новый закон обязывает проводить информирование населения об отрицательных медицинских, демографических и социально-экономических последствиях потребления табака. Впервые, за всю отечественную историю борьбы с курением табака, новый закон предусматривает информирование населения о сущности табачной промышленности. Этот закон обязывает проводить антитабачные мероприятия в процессе воспитания



Трушов Вячеслав Петрович – заведующий отделением профилактики ГУЗ «ЛОНД», заслуженный врач России, член общественной палаты г. Липецка и общественного Совета при УМВД РФ по Липецкой области.

При этом курение среди студентов университетов варьирует в диапазоне от 13,8 до 45% в зависимости от регионов, этнических и социальных групп. По усредненным данным, в возрастной группе женщин 19-24 лет доля курящих составляла 37,9%, а среди имеющих высшее образование – 26,6%. В обследованных группах доля курящих девушек в 1,4 раза выше, чем среди юношей. По данным анонимного анкетирования учащихся старших классов и студентов образовательных учреждений Липецкой области по итогам 2015 года: курят менее 5,0% школьников (в 2010г. этот показатель был 25%), среди учащихся ПУ и студентов СУЗов – курят порядка 40,0% (в 2010г. их было 35,4%), среди студентов ВУЗов – курят менее 33,0% (в 2010г. их было 66,7%). В Липецкой области (по данным



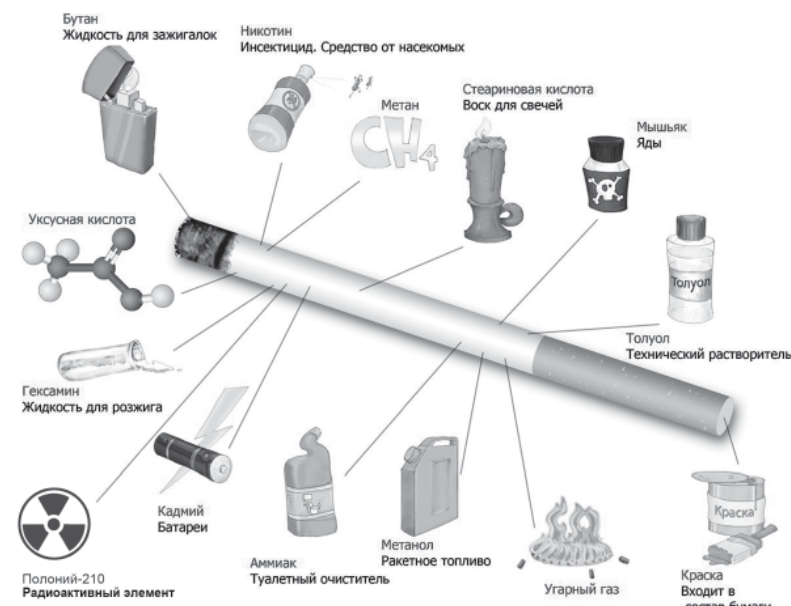
Пока учителя и врачи будут спорить – кому лечить, а кому учить, мы тем временем покурим

и обучения в образовательных учреждениях.

Предусмотрен государственный контроль в сфере охраны здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака. Определена ответственность за нарушение настоящего Федерального закона. Предусмотрены дисциплинарные, гражданские и административные меры в соответствии с законодательством Российской Федерации.

Статистические данные. В ежемесячном научно – практическом журнале «Наркология» Российской академии наук №3-2016г. опубликована статья «Распространённость и интенсивность курения среди студентов младших и старших курсов некоторых университетов Российской Федерации» представлена такая информация. В среднем по РФ курят 39,1% взрослого населения (2015 год) (по Липецкой области этот показатель составляет 42%).

УМВД) в 2015 году составлено 1836 протоколов антитабачного закона. Среди взрослого населения различных категорий число курящих опустилось с 54% в 2011 году до 42% в 2015 году. В 2011 году в ГУЗ «ЛОНД» обращались по поводу лечения от табачной зависимости 153 человека, в 2013 году – 249 (из них 215 успешно закончили лечение от табачной зависимости). В 2014 году – 269 (из них – 128 находятся в ремиссии). В 2015 году – 442 (из них 360 успешно закончили лечение, 264 – находятся в ремиссии, отказались от лечения или прервали его 51 человек, продолжали лечение на конец года – 40 человек). Анализ данных за 2016 г. будет осуществлен по завершению текущего года. Исполнение всеми государственными структурами вступившего в силу 1 июня 2013 года антитабачного закона направлено на длительный период времени.



Сигарета напичкана химией. И эта химия тебя «осчастливит»?

ВНУТРИМОЗГОВОЕ ЗАДЫМЛЕНИЕ НЕ МОЖЕТ ПРОДОЛЖАТЬСЯ ДО БЕСКОНЕЧНОСТИ



Мы не в курилке, мы в парилке

(Окончание. Начало на 3 стр.)

Вся правда о том как нас обманывают. Электронная сигарета. Кальян. В последнее время на смену традиционным сигаретам, курение которых законодательно существенно ограничено, пришла новая «забава» – курение электронных сигарет и кальянов. Агрессивно навязывается мода на электронные системы доставки никотина (ЭСДН). Организуются целые сообщества и клубы любителей электронно – никотинового и кальянового времяпрепровождения. В данный процесс вовлекаются многие подростки. В наши дни вейпы (электронные сигареты) и кальяны без ограничения курят в общественных местах, а вейпы и на детских площадках, и на работе. Нередко это вызывает недовольство со стороны окружающих. **Что**



Брюн Е.А., главный нарколог Минздрава РФ: «Электронные сигареты бьют по мозгам и ослабляют человека»

же на самом деле скрывается за клубами пара? Курение вейпов и кальянов по своей сути является такой же пропагандой курения, как и в случае с обычными сигаретами. Парение (парить) и курение кальянов могут стимулировать несовершеннолетних к желанию закурить обыкновенную сигарету. Как правило, курение кальяна в одиночку не бывает. Курение кальяна в компании – это риск получить заболевание через слюну или подхватить такие микробы, как синегнойную палочку, золотистый стафилококк, туберкулезную палочку, вирусные гепатиты и много иных возбудителей инфекционных заболеваний. Причина. Мундштуки к кальянам индивидуальные, а переходные трубки постоянные, и никогда, и никем не дезинфицируются. Более того, не стерилизуются. В 2008 году Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) заявила, что электронные сигареты не рассматриваются ею в качестве никотинозамещающей терапии: «ВОЗ не располагает научными данными, подтверждающими безопасность и эффективность этого изделия». В нынешнем 2016 году специалисты определили, что при термическом разложении пропиленгликоля и глицерина, содержащихся в составе жидкостей для заправки электронной сигареты, приводит к освобождению акролеина и формальдегида, которые обладают значительными токсическими свойствами.

Акролеин раздражает слизистые оболочки глаз и дыхательных путей, вызывает слезотечение, а также проявляет мутагенные свойства. Формальдегид также оказывает воздействие на центральную нервную систему. По заявлению главного нарколога



Через кальян можно «подловить» и синегнойную палочку, и туберкулёз, и гонорею с сифилисом

Минздрава РФ Е.А. Брюна, все это бьет по мозгам и ослабляет человека.

Содержащиеся в парах электронной сигареты диэтиленгликоль и нитрозамин по своим свойствам являются канцерогенами, то есть соединениями приводящими к раковому заболеванию. Электронные сигареты в своем паре испускают аэрозоли, содержащие как никотин, так и ряд токсических веществ, воздействующих не только на курящего, но и на окружающих его лиц. В основных тезисах доклада ВОЗ, который был озвучен на шестой сессии Конференции сторон Рамочной конвенции ВОЗ по борьбе против табака, которая прошла в Москве 13-18 октября 2014г., было отмечено: К электронным сигаретам должны применяться те же ограничения по продаже, рекламе и использованию, что и к обычным сигаретам; Запретить электронные сигареты, которые имеют в составе жидкости вкусовые добавки (электронные сигареты со вкусом), для уменьшения привлекательности курения у детей и подростков. Реклама и продажа электронных сигарет запрещена в Бразилии, Канаде, Дании, Турции, Норвегии, Австрии, Уругвае, Иордании, Италии, ОАЭ. Ограничения в той или иной степени или запрет на кальяны введе-

ны в Турции, Украине, Казахстане, Кувейте, ОАЭ, Австрии, Германии, Швеции, Италии, Беларуси, Иране, США и Канаде.

А наша Госдума пока еще думает. В Госдуму РФ внесен законопроект о запрете курения электронных сигарет в общественных местах. Обсуждается вопрос об изменениях в рекламе и об усилении административного наказания в виде штрафов от 500 до 150000 руб. за продажу этих изделий несовершеннолетним и их вовлечения в процесс использования электронных сигарет. Есть надежда, что законодотворцы не забудут и про кальяны. **Курить не модно, курить не престижно, курить опасно для здоровья и жизни.**



Россия. Клуб вейперов. Не ту страну назвали Гондурасом

Я СЧАСТЛИВ!

Граждане,
у меня
огромная радость.
Разулыбьте
сочувственные лица.
Мне
обязательно
поделиться надо
стихами,
хотя бы
поделиться.
Я
сегодня
дышу, как слон,
походка
моя
легка,
и ночь
пронеслась,
как чудесный сон,
без единого
кашля и плевка.

Неизмеримо
выросли
удовольствий дозы.
Дни осени
баней воняют,
а мне
цветут,
извините,
розы,
и я их,
представьте,
обоняю.
И мысли,
и рифмы
покрасивели
и особенные,
аж вытаращит
глаза
редактор.
Стал вынослив
и работоспособен,

как лошадь
или даже
трактор.
Бюджет
и желудок
абсолютно превосходен,
укреплен
и приведен в равновесие.
Стопроцентная
экономика
на основном расходе -
и поздоровел,
и прибавил в весе я.
Как будто
на язык
за кусом кус
кладут
воздушнейшие торта -
такой
установился
феерический вкус
в благоуханых
апартаментах
рта.

Голова
снаружи
всегда чиста,
а теперь
чиста и изнутри.
В день
придумывает
не меньше листа,
хоть Толстому
ноздрю утри.
Женщины
окурили,
платья испестря,
все
спрашивают
имя и отчество,
я стал
определенный
весельчак и остряк -
ну просто
душа общества.
Я
порозовел
и пополнил в лице,

забыл
и гриппы,
и кровать.
Граждане,
вас
интересует рецепт?
Открыть?
Или...
не открывать?
Граждане,
вы
утомились от жданыя,
готовы
корить и крыть.
Не волнуйтесь,
сообщаю:
граждане -
я
сегодня
бросил курить.

Владимир Владимирович
МАЯКОВСКИЙ.

Наши координаты: 398006 г.Липецк, ул.Ленинградская, д. 18.
Телефоны: 73-06-45, 43-00-98, 34-85-86, 73-06-47.
Сайт Государственного учреждения здравоохранения
«Липецкий областной наркологический диспансер»: NARKOLOG48.RU
Адрес электронной почты: narkolog48@mail.ru.

16+

Ответственный за выпуск информационного
наркологического бюллетеня В.П. Трушов -
заведующий отделением медицинской профилактики ГУЗ «ЛОНД»,
врач психиатр-нарколог высшей категории, заслуженный врач России.
Оператор компьютерного набора Е.В. Игошина.

Отпечатано
в ООО «Веда социум»,
398055 г. Липецк,
ул. Московская, 83.
Тираж 900 экз. Заказ № 1904.