

студия
ДИАЛОГИИ ИЛЪМ

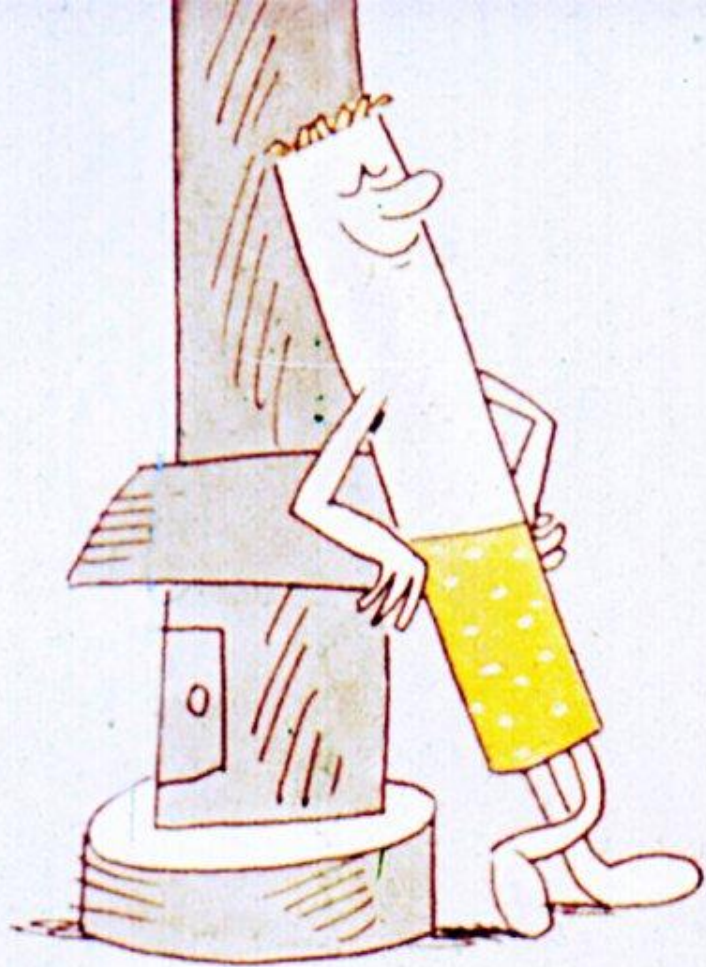


КУРЕНИЕ

БИЛЛИ

ЗДОРОВЬЕ?

Художник Г. Андрианов



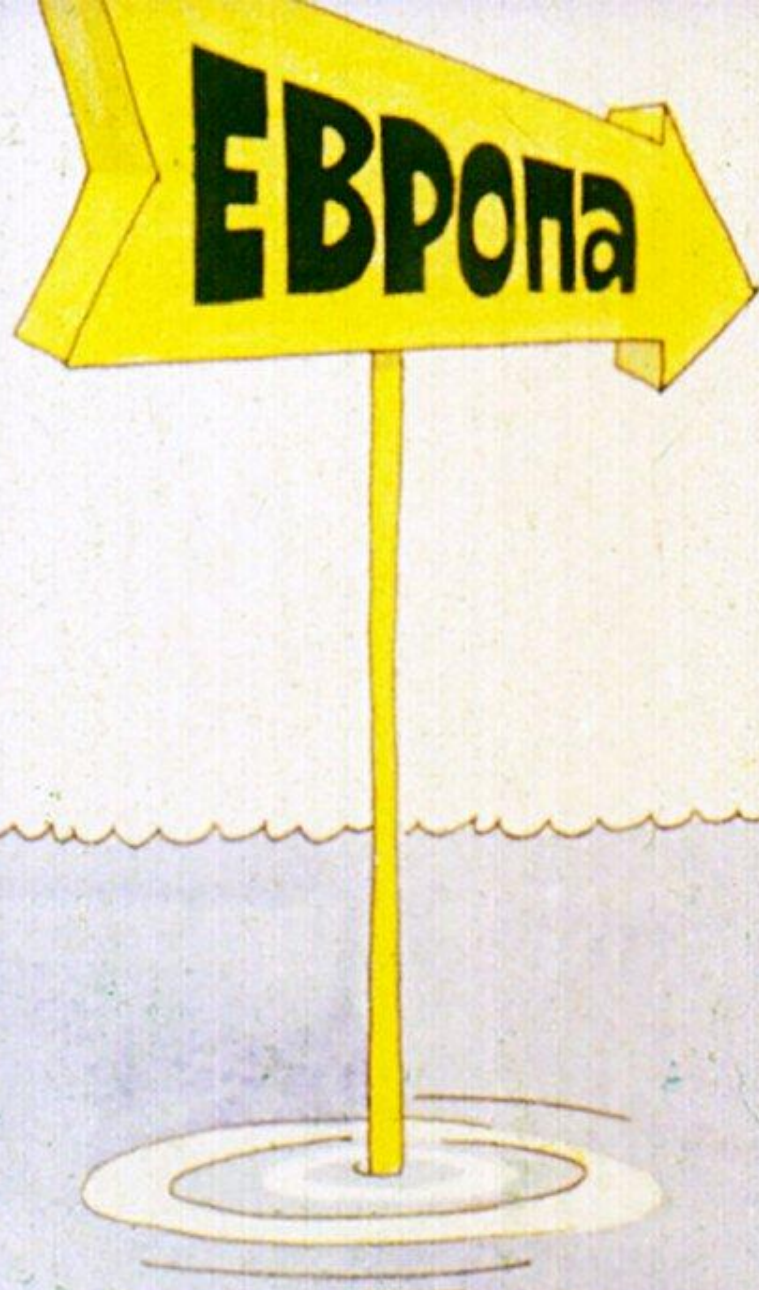
Табак—это скрытый враг человечества. Он наносит непоправимый вред как самому курильщику, так и окружающим. Однако в отличие от алкоголя, с которым люди борются не только убеждением, но и законодательным путем, курение никакими законами не преследуется.



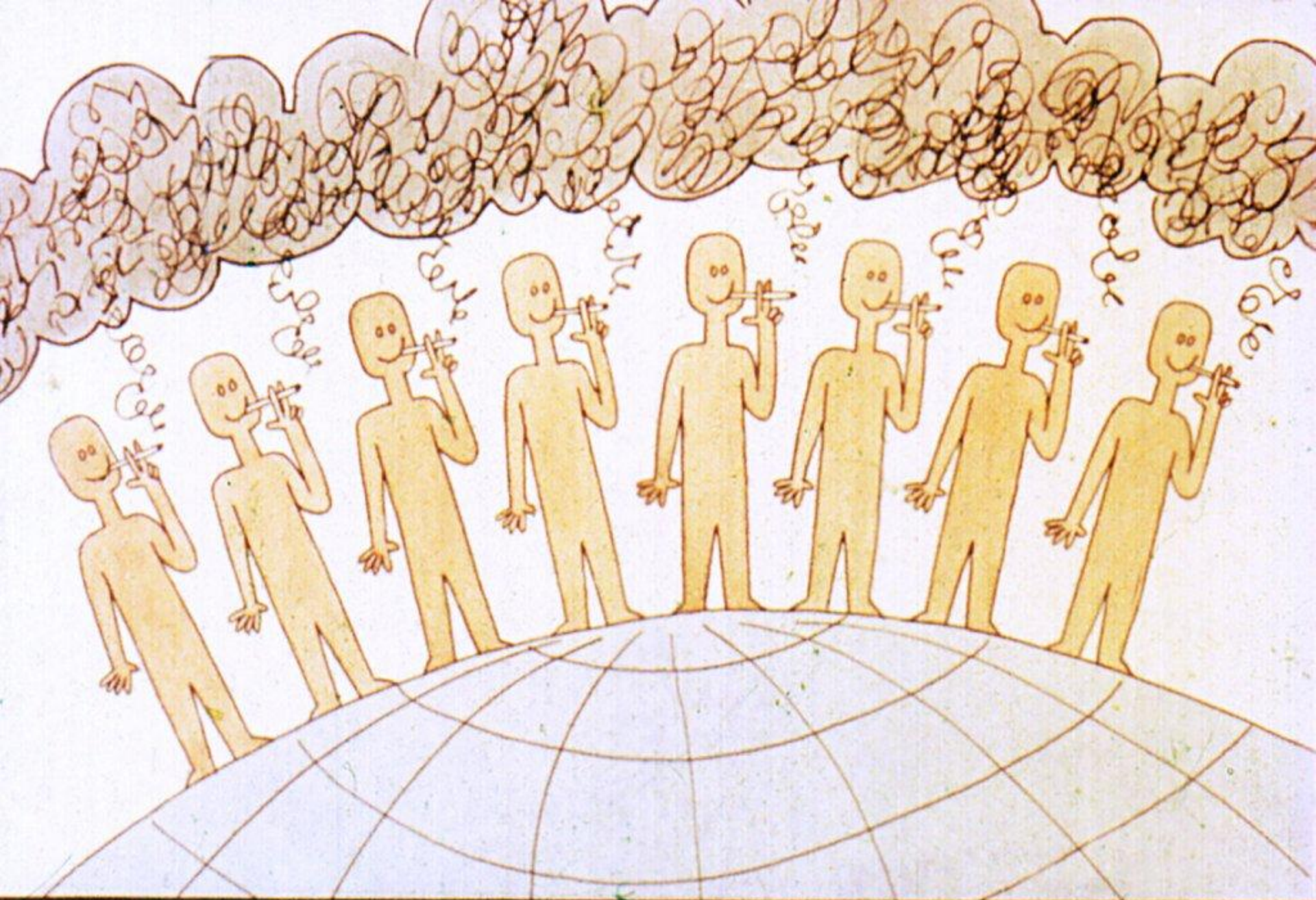
В октябре 1992 года человечество отметит, подчеркиваем — отметит, а не отпразднует, печальный юбилей — 500-летие курения.



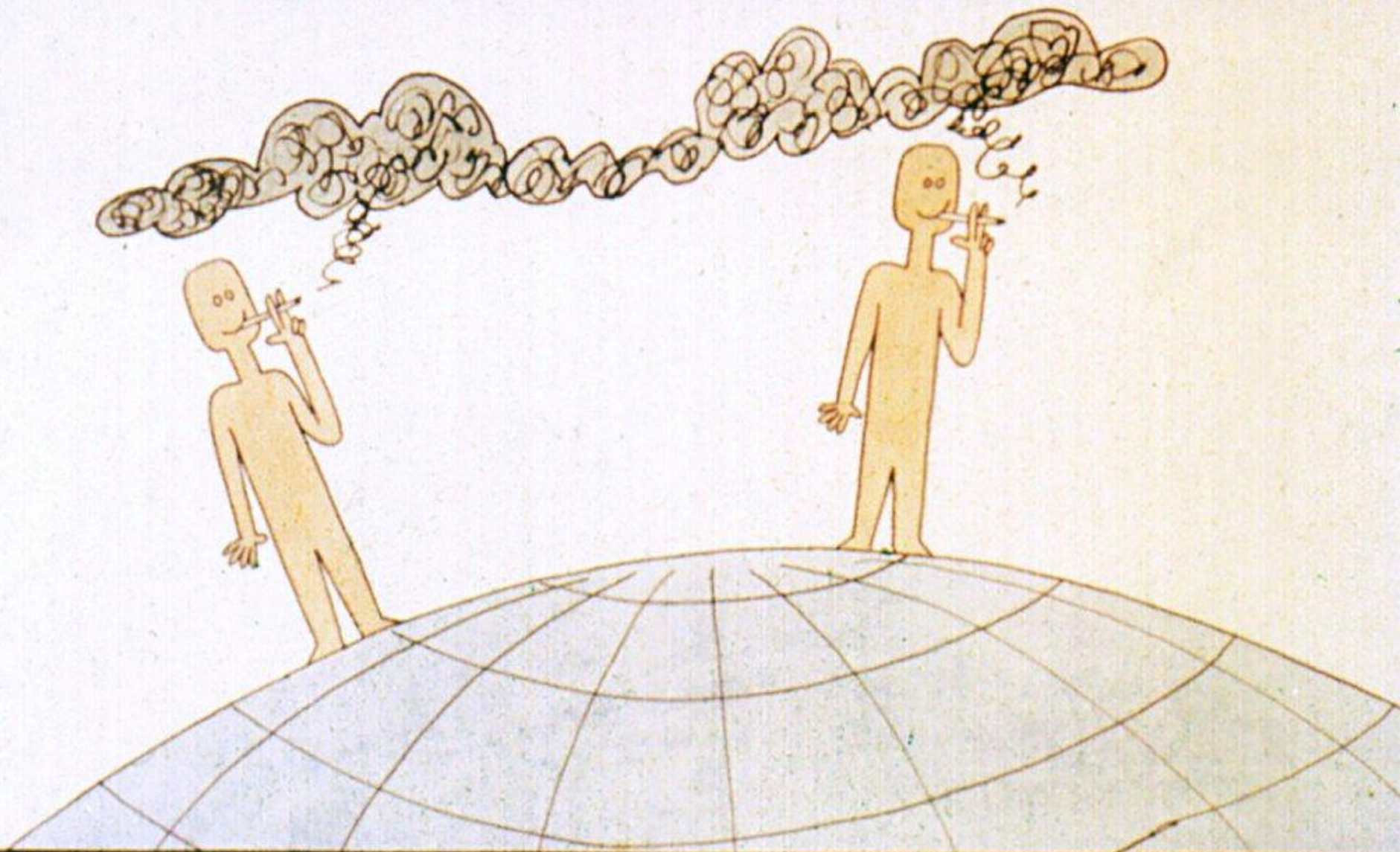
В октябре 1492 года Колумб впервые увидел человека, «пьющего дым».



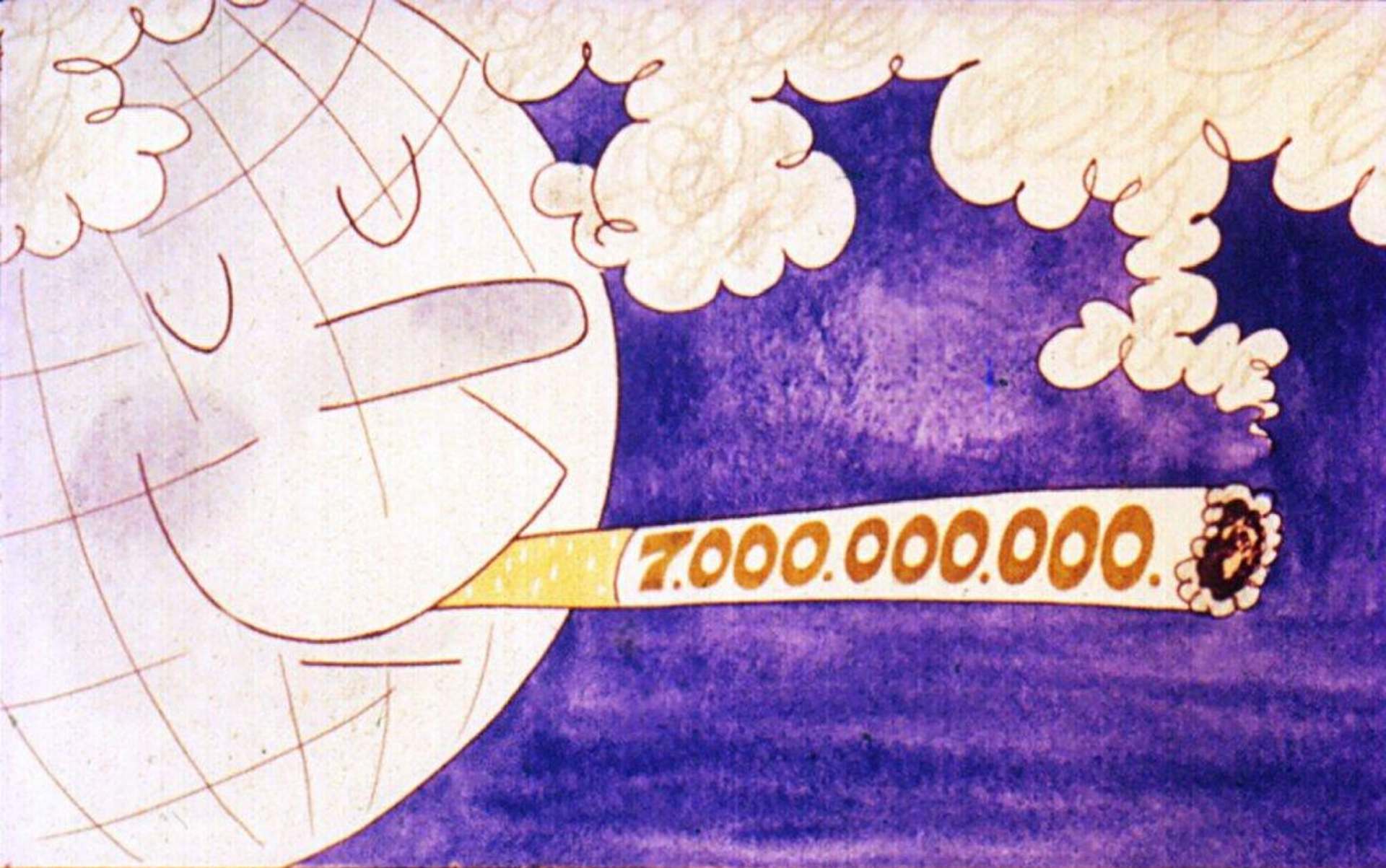
Спустя четыре года семена табака попали в Европу...



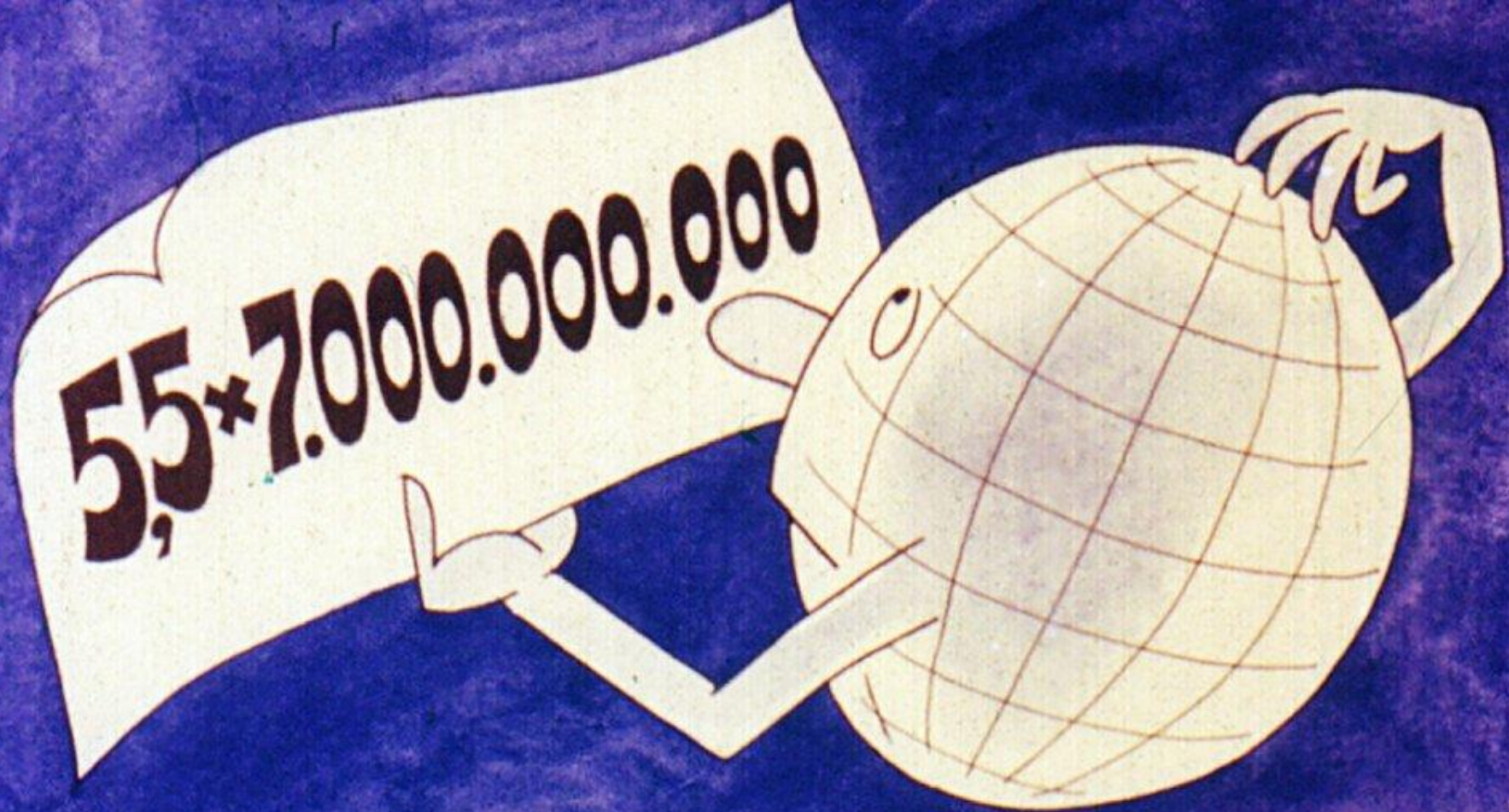
и началось!



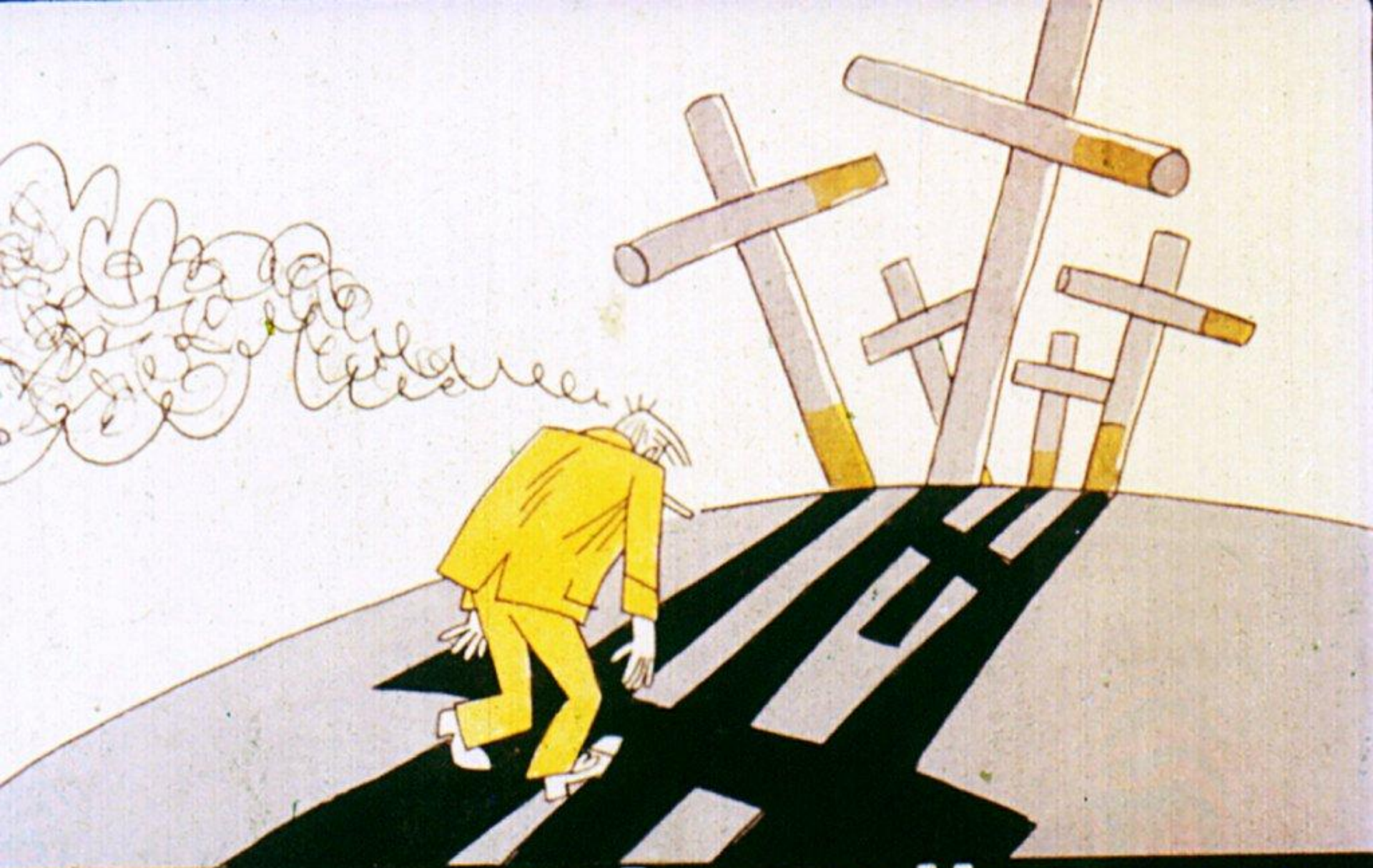
Но мы смотрим в будущее с оптимизмом. По прогнозам ученых, число курильщиков в мире к 1992 году должно сократиться в четыре раза по сравнению с семидесятыми годами. 7



Борьба предстоит нелегкая: венгерские медики подсчитали, что на сегодня обитатели нашей планеты ежедневно выкуривают 7 миллиардов сигар, сигарет и папирос.



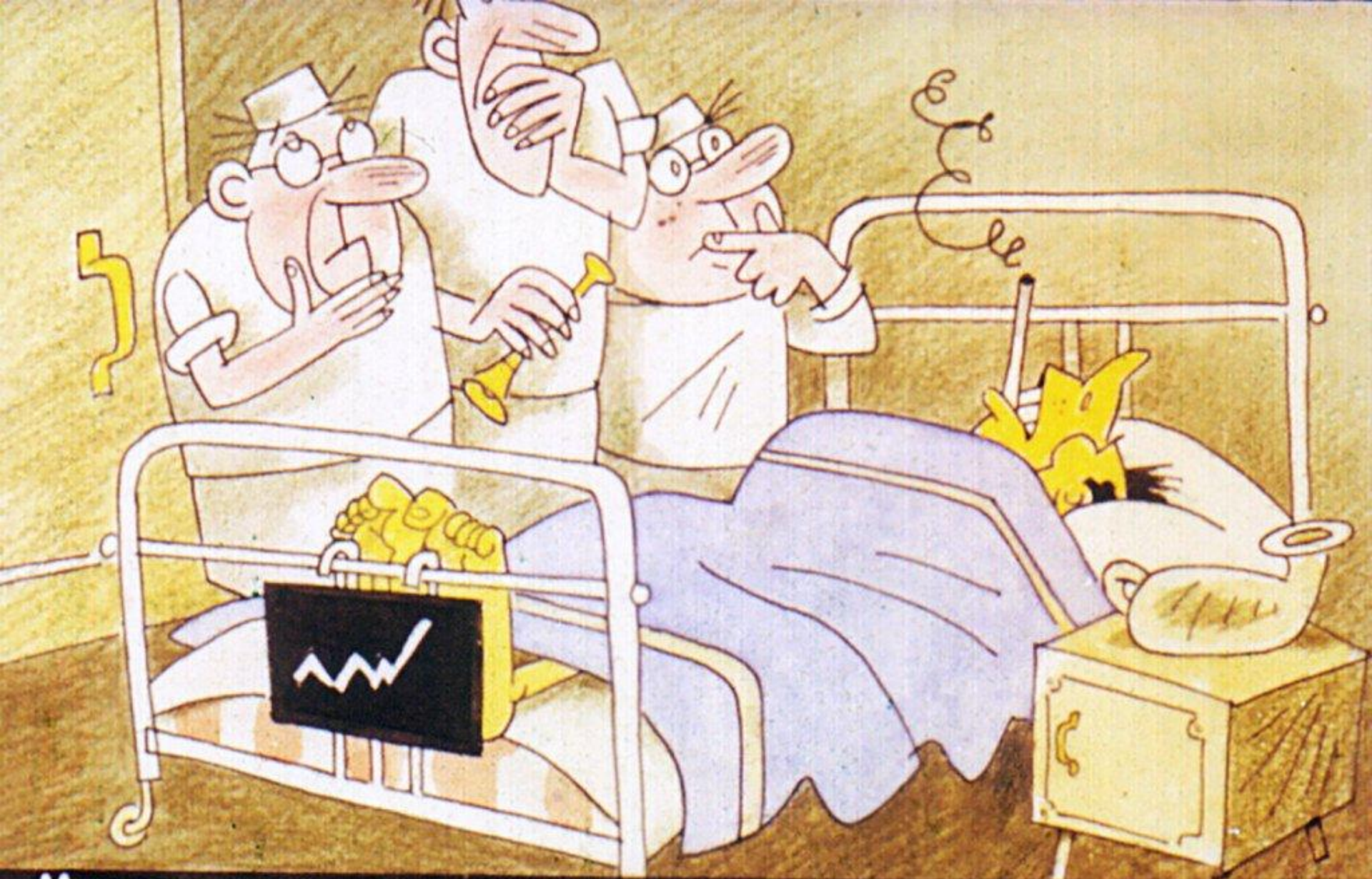
В 1980 году английский союз врачей опубликовал печальные данные о том, что одна выкуренная сигарета сокращает человеческую жизнь на пять с половиной минут. Умножьте 5,5 минуты на 7 миллиардов и получите чудовищную цифру. И это только за день...



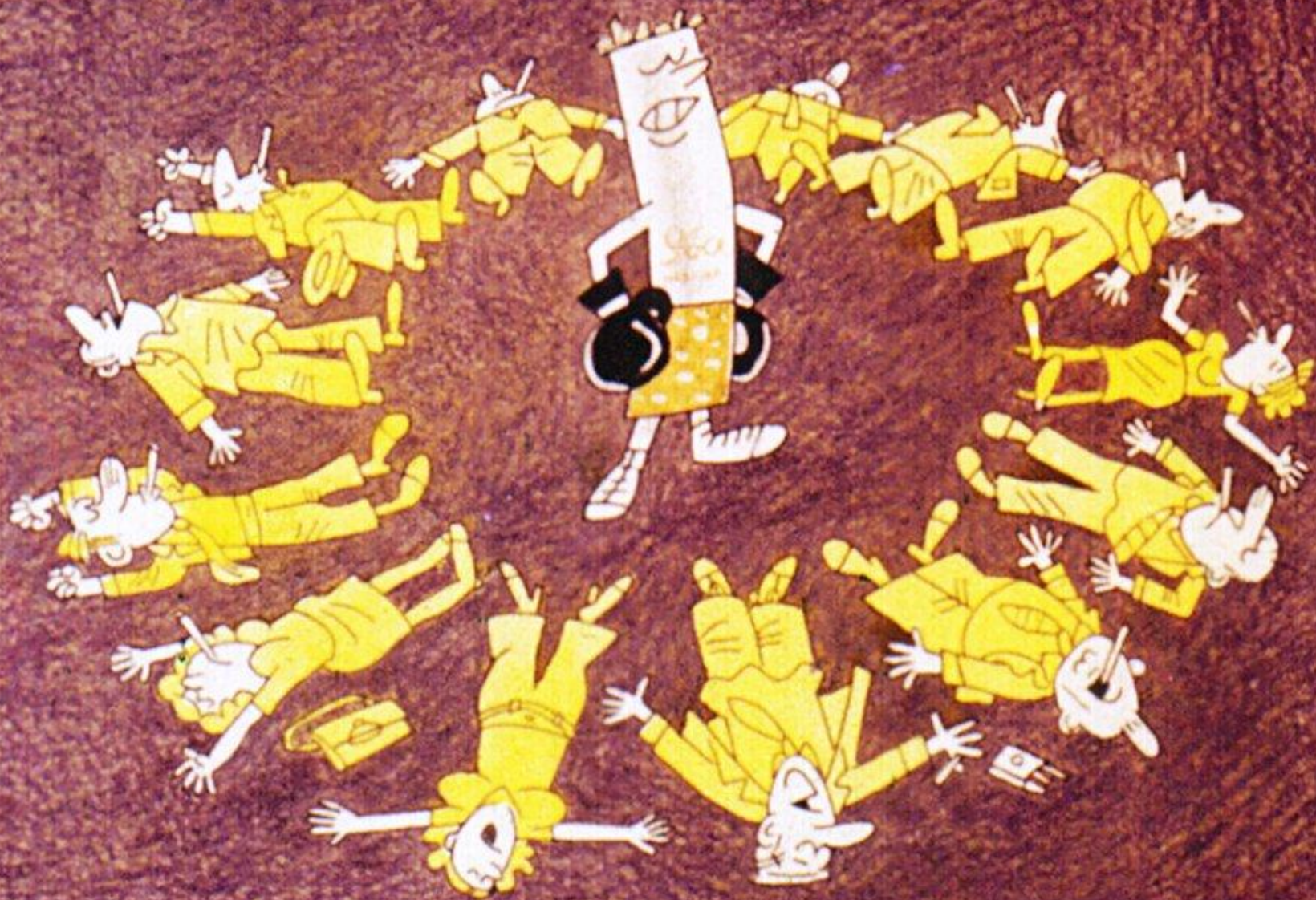
Впрочем, сделайте проще. Перемножьте 5,5 минуты на число выкуриваемых вами сигарет за день, за год, за 10, 20, 30 лет... и узнаете, скольких лет жизни вы не досчитаетесь.



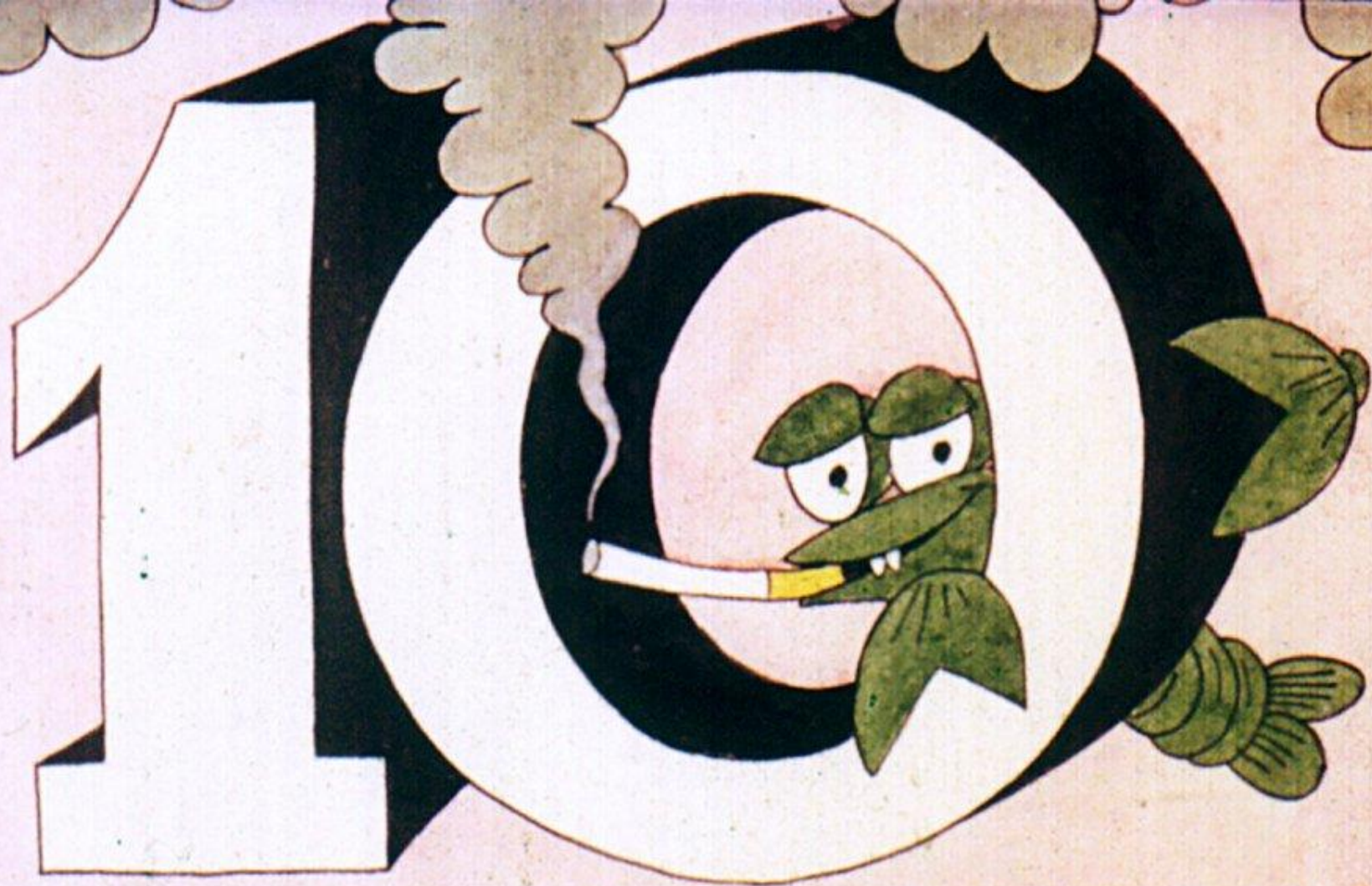
**Вред табака установлен давно, и боролись с ним с неза-
памятных времен. Английский король Яков I свой труд «О
вреде табака», опубликованный в 1604 году, заканчивал
словами: «...привычка, противная зрению, невыносимая для
обоняния, вредная для мозга, опасная для легких».**



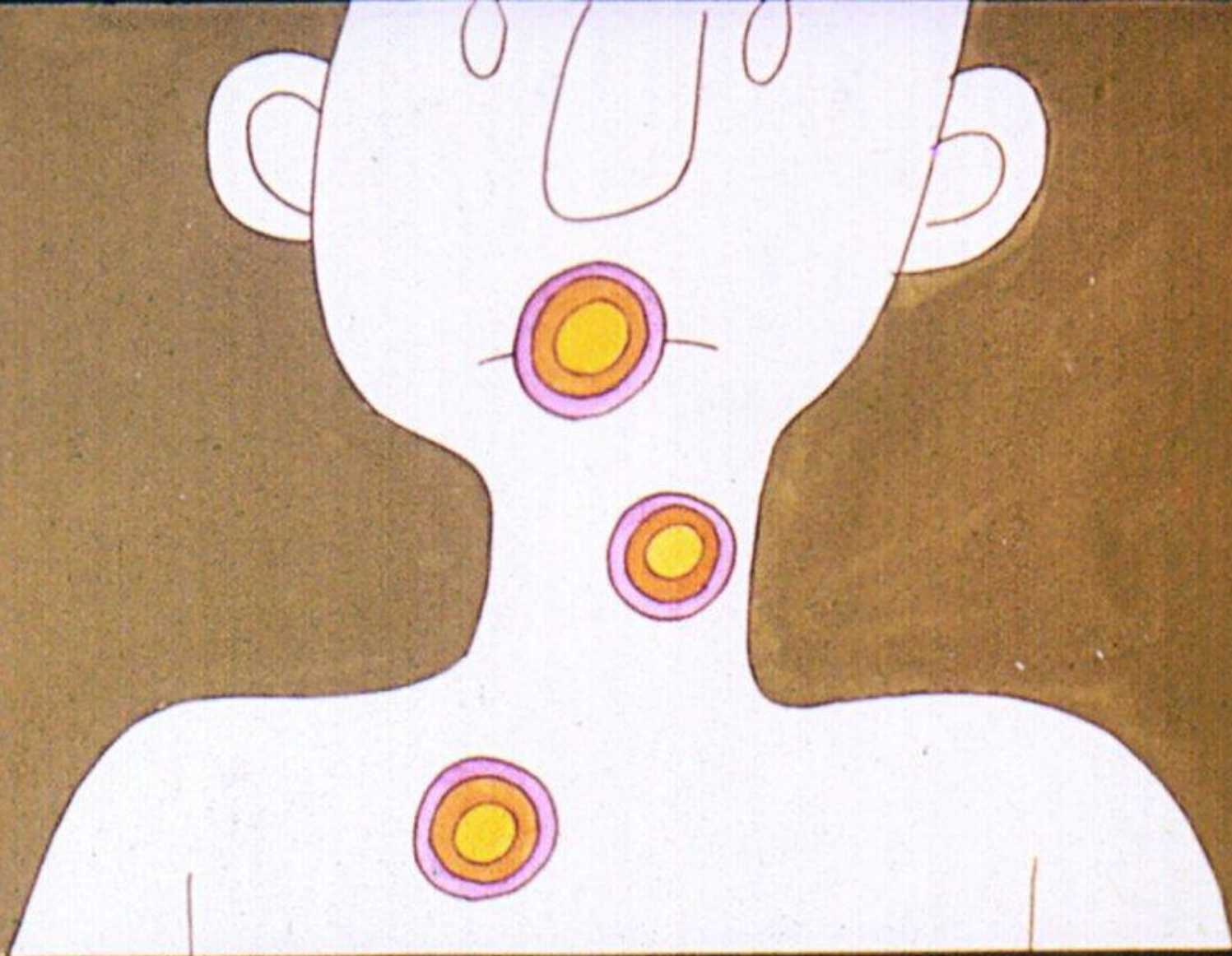
Многие медики, ученые уже давно подозревали, что табак разрушает здоровье, но доказательств у них не было почти до середины XX века.



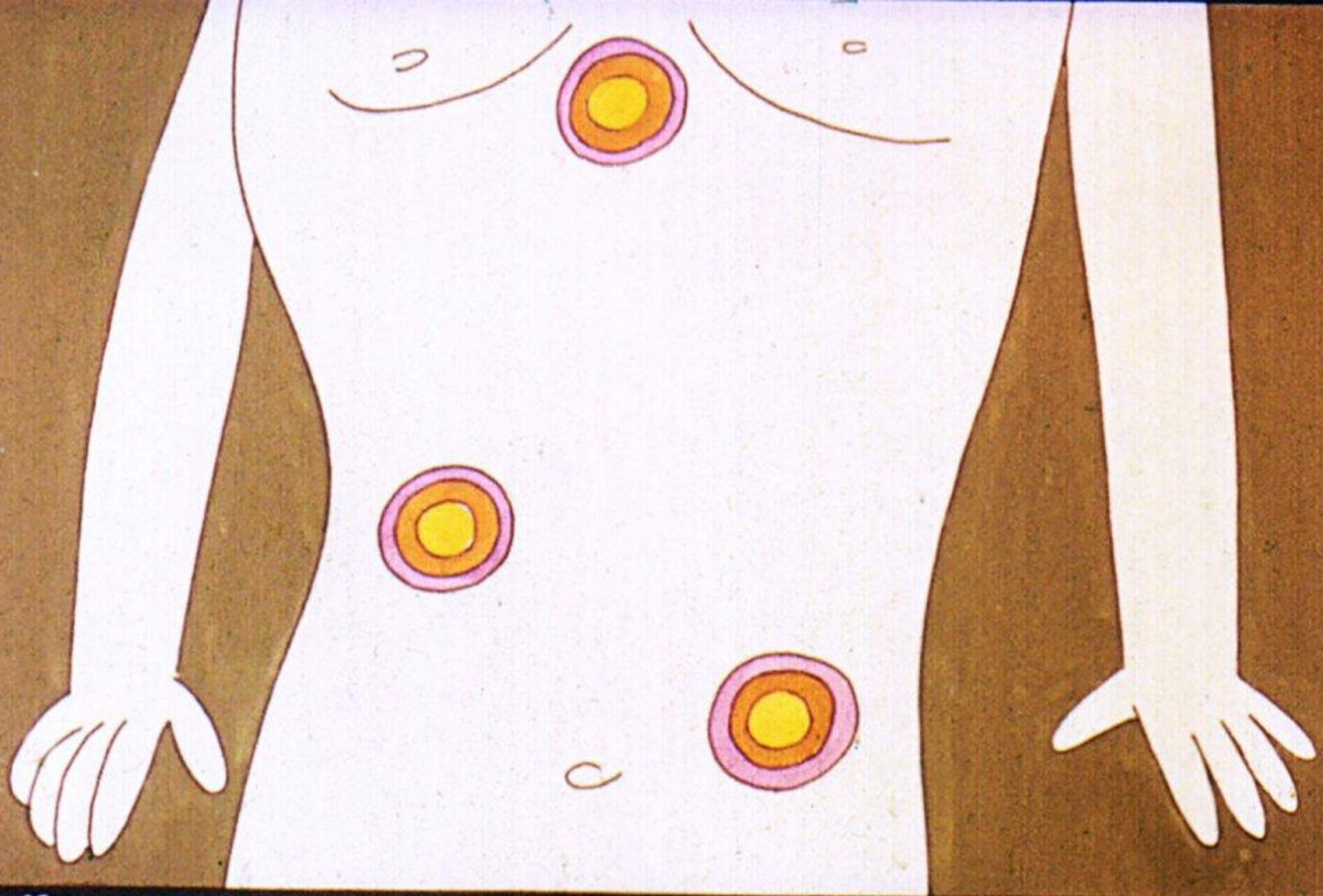
Внезапный скачок смертности от рака легких в Европе и Северной Америке впервые заставил серьезно признать риск, которому подвергают себя курящие.



Проведенные исследования показали, что вероятность рака у курильщиков сигарет в 10 раз выше, чем у некурящих. Из 10 случаев рака легких 8-9 вызваны курением.



У хронических курильщиков уязвимыми для рака становятся кроме легких и другие органы. Курить—значит повышать вероятность возникновения рака полости рта, глотки и гортани, особенно если курильщик еще и пьет.



Курение сигарет способствует развитию рака пищевода, поджелудочной железы и мочевого пузыря.



Зрители, вероятно, обратили внимание на то, что почти всюду в тексте фигурирует слово «сигарета». Сигарета—самый опасный вид потребляемого табака. Исключения не составляют и такие всемирно известные сорта, как «Кэмэл», «Мальборо» и т. д. Финские медики ставят на них штамп «Особо вредные». Не следует считать, будто сигары и папиросы для здоровья менее вредны.



Двойная атака на легкие загрязненного воздуха и табачного дыма вызывает все возрастающую частоту заболевания дыхательных путей. Число случаев смерти от хронического бронхита и эмфиземы легких среди курящих в 5 раз больше, чем среди некурящих.



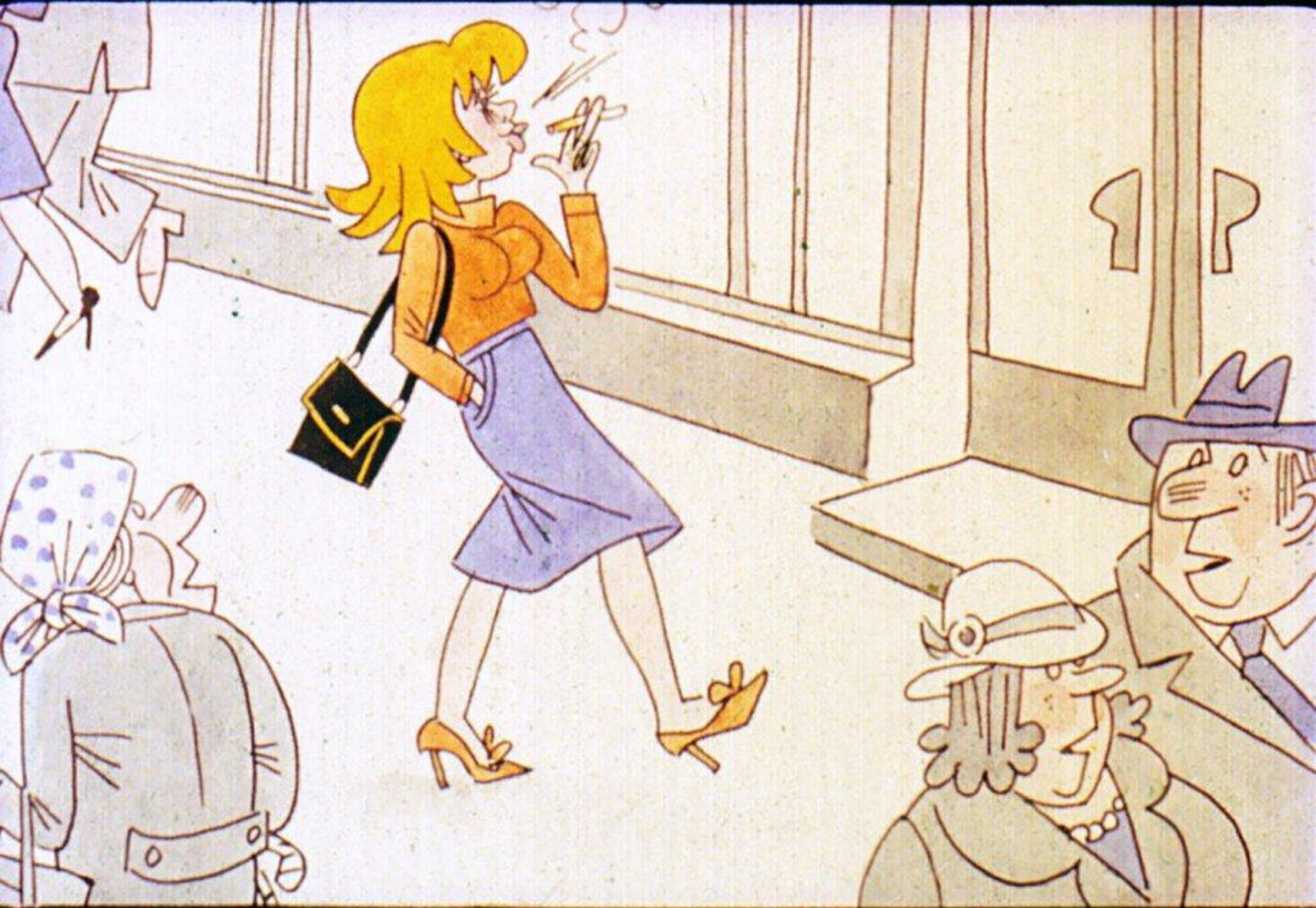
На первом месте среди причин смерти стоит коронарная недостаточность. Данные советской и зарубежной медицины свидетельствуют, что злостные курильщики гибнут большей частью от инфаркта миокарда. Для курящего человека средних лет вероятность инфаркта вдвое выше, чем для некурящих.



А чему удивляться, если за 30 лет человек «средних лет», выкуривая в среднем по пачке в день, пропускает через свои легкие дым от 160 килограммов табаку, в которых содержится 1500 граммов никотина, то есть 15000 смертельных доз.



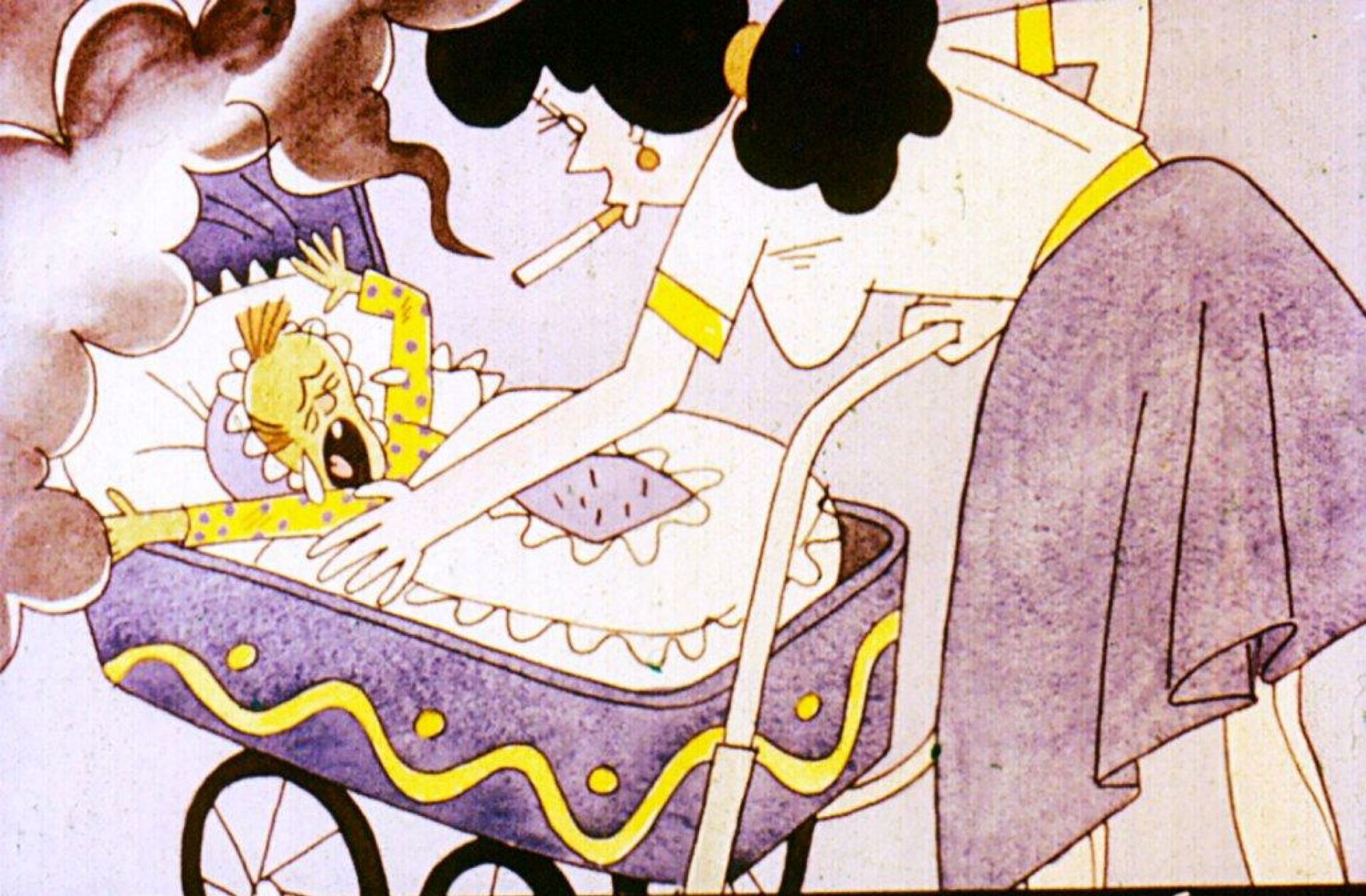
В докладе Главного хирурга США за 1964 год отмечено, что для группы курильщиков, выкуривающих от 10 до 19 сигарет в день, коэффициент смертности на 70% выше, чем для группы некурящих. Для тех, кто выкуривает в день 40 и более сигарет, этот показатель на 120% выше. Стоит задуматься, товарищ курящий?!



Следовало бы подумать и девушкам.



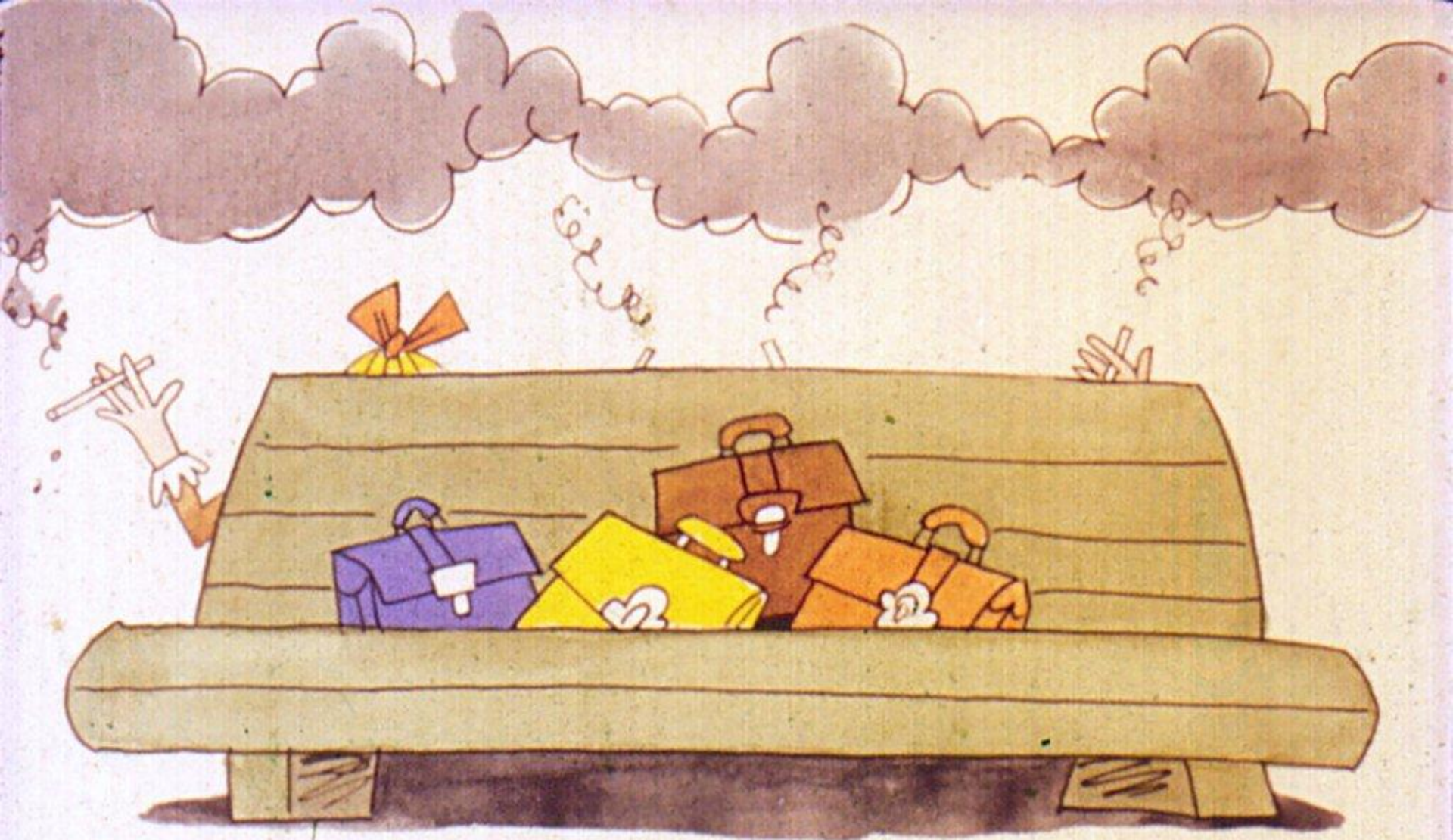
Наиболее трагические жертвы сигарет — дети курящих матерей. У таких матерей значительно чаще, чем у некурящих, рождаются дети с недостаточным весом, и они нередко умирают при рождении или в первые месяцы жизни.



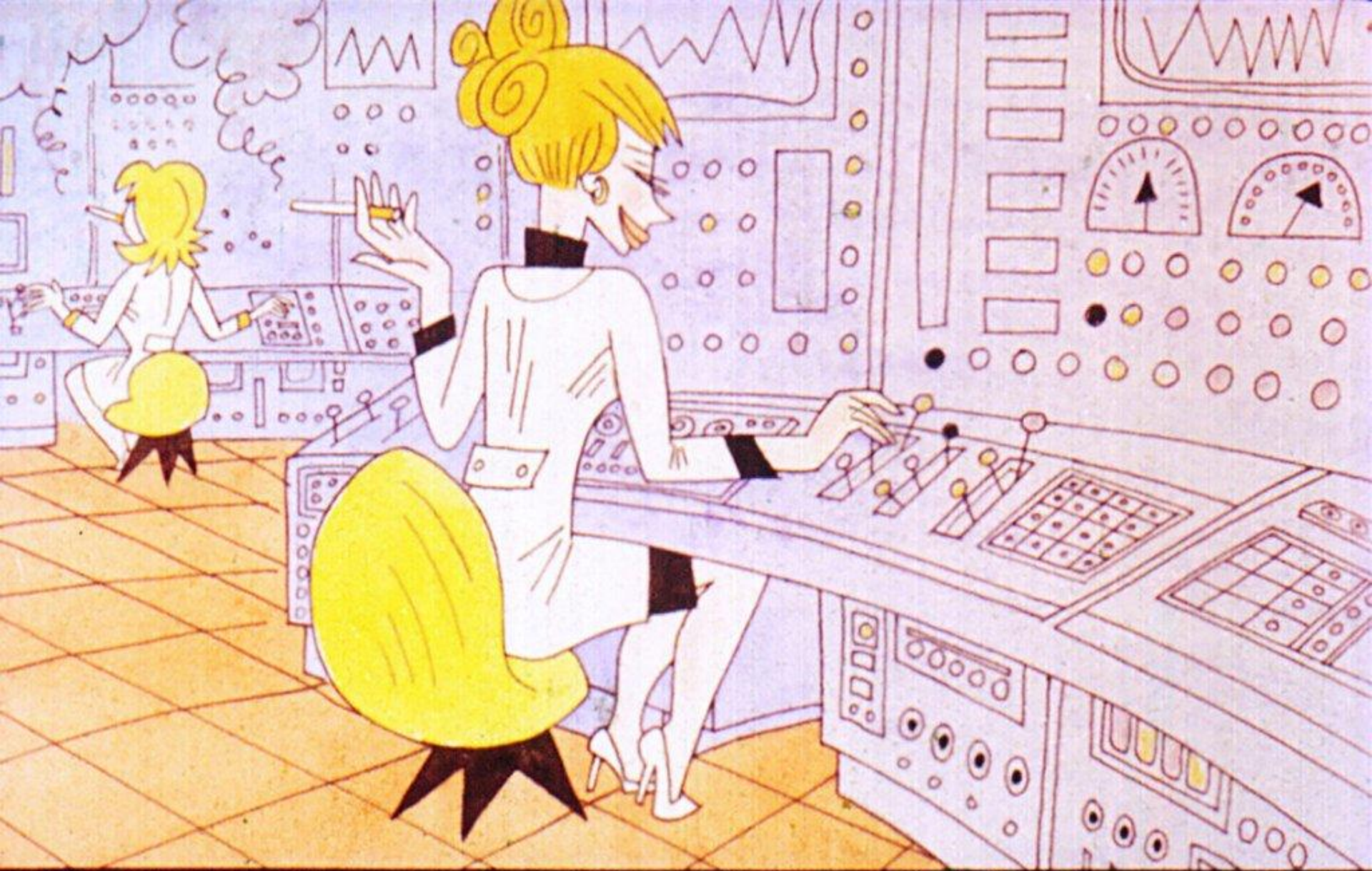
Дети курящих матерей гораздо чаще страдают от бронхита, пневмонии и других респираторных заболеваний.



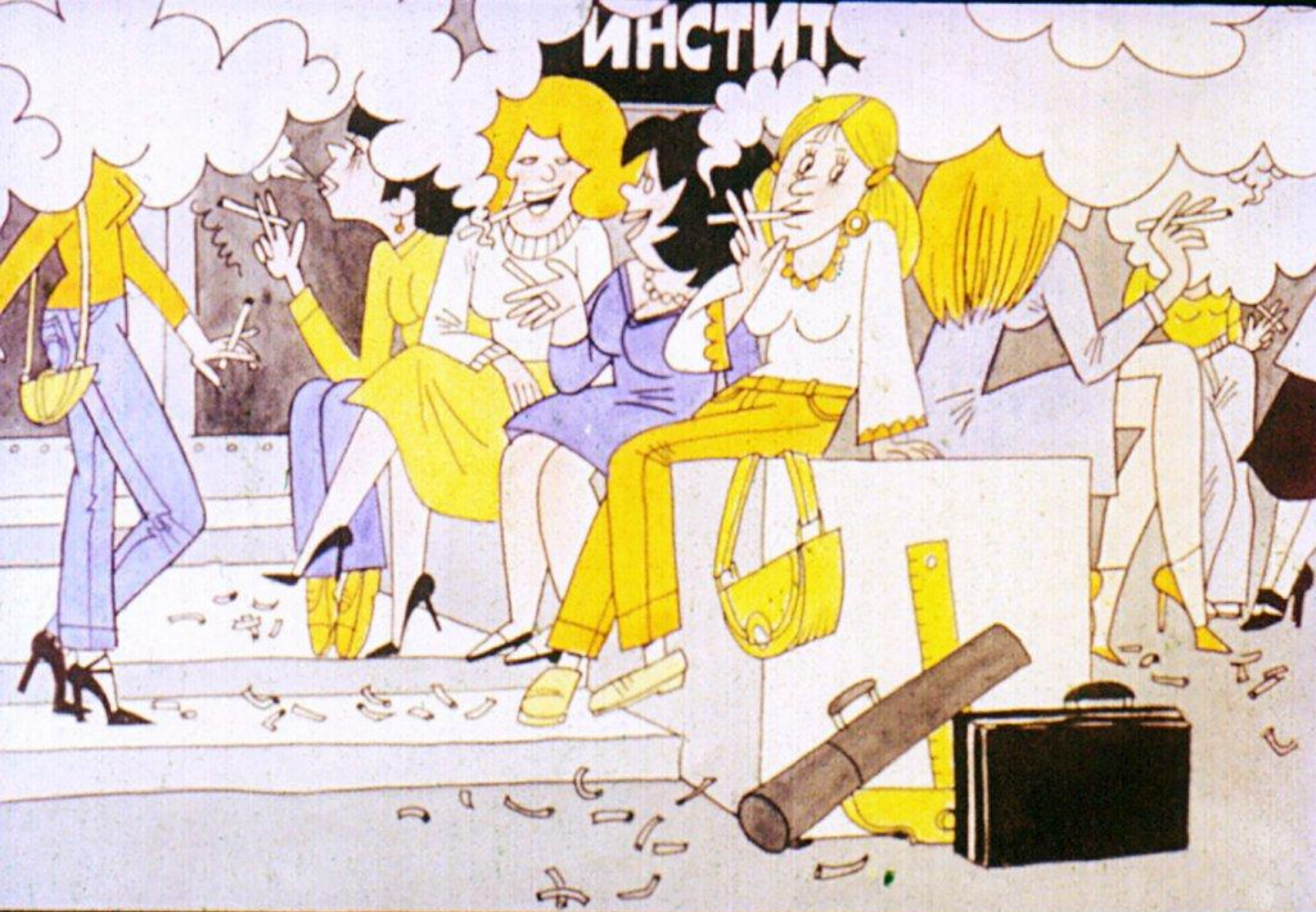
Нет, ей это еще невдомек.



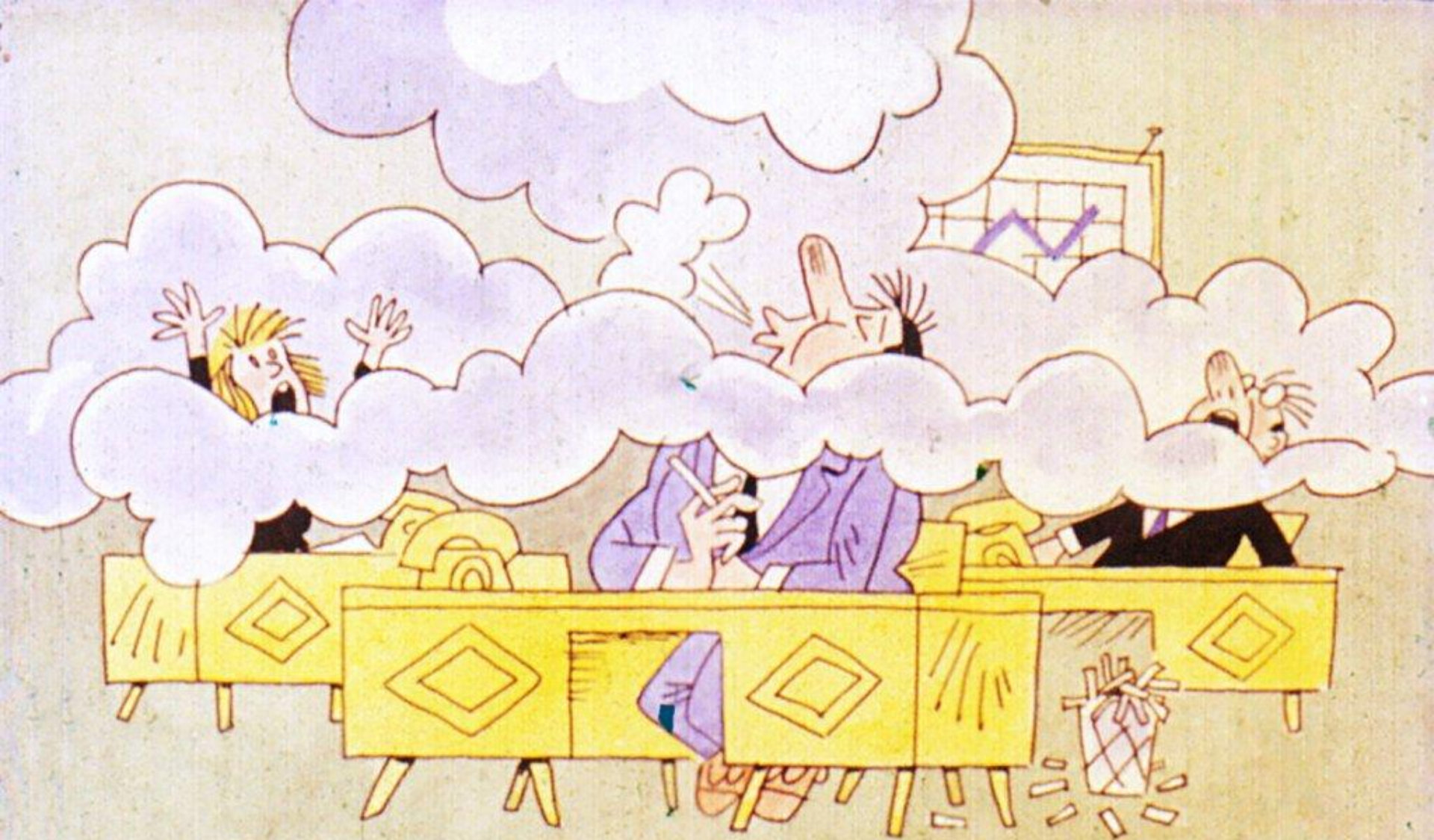
Как свидетельствует та же статистика, женщины конкурируют с мужчинами не только в алкоголе, но и в курении. 26



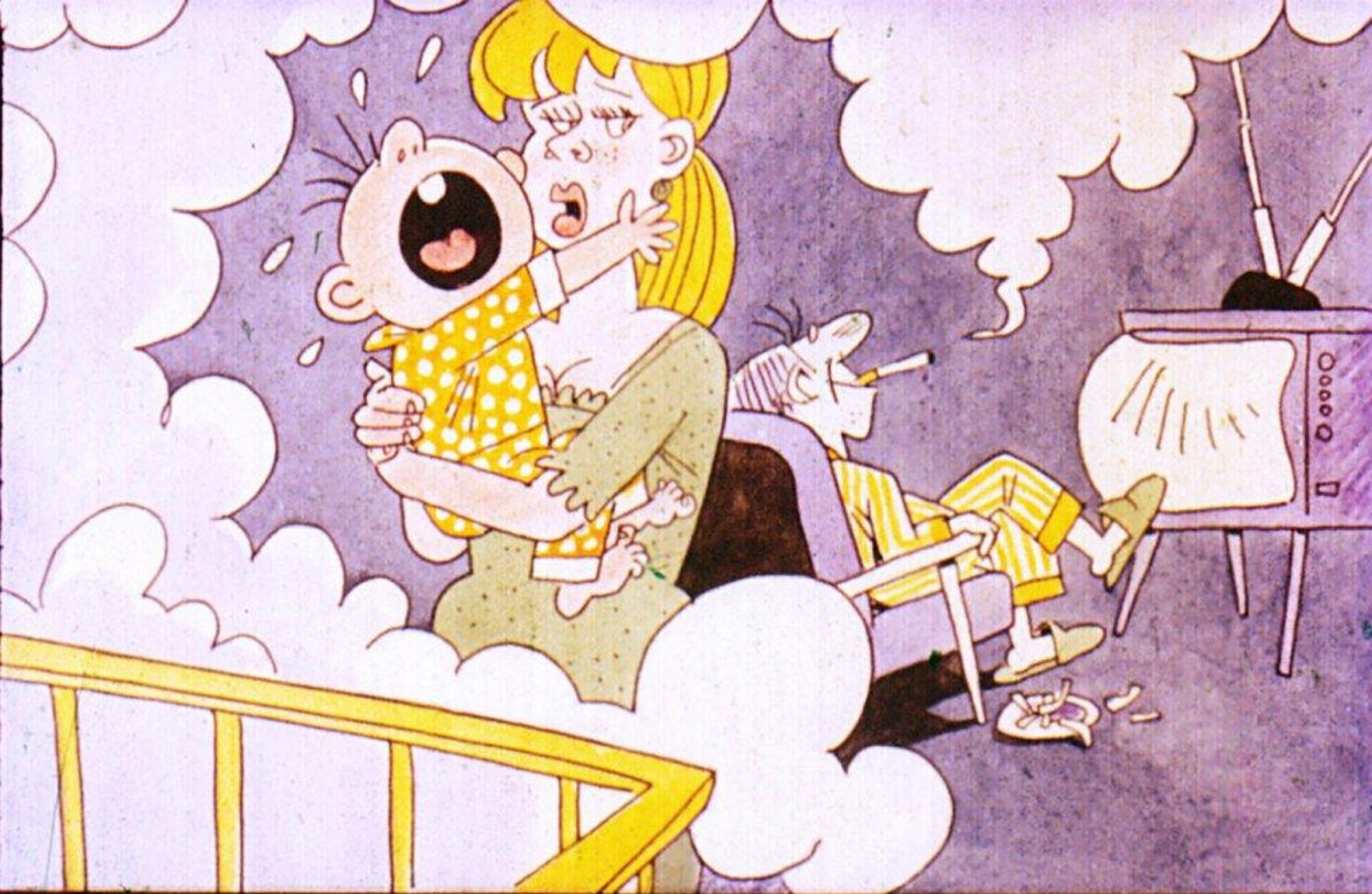
Курительный «пик» наступает в возрасте 20—30 лет, и сигарета становится одним из «обязательных» признаков эмансипации.



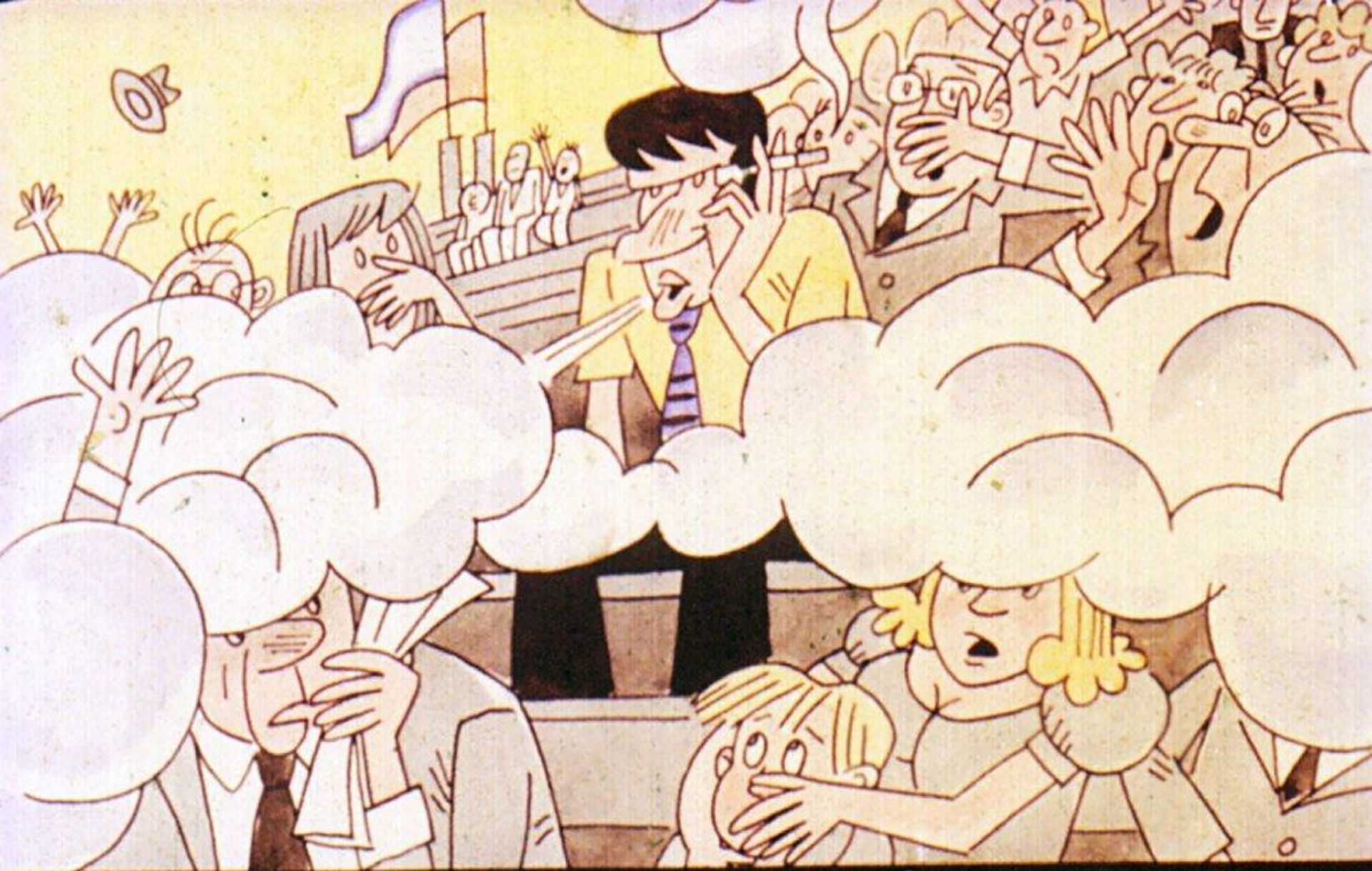
Любопытно, что самые курящие женщины—студентки.



Теперь следует остановиться на очень важном социальном моменте курения.



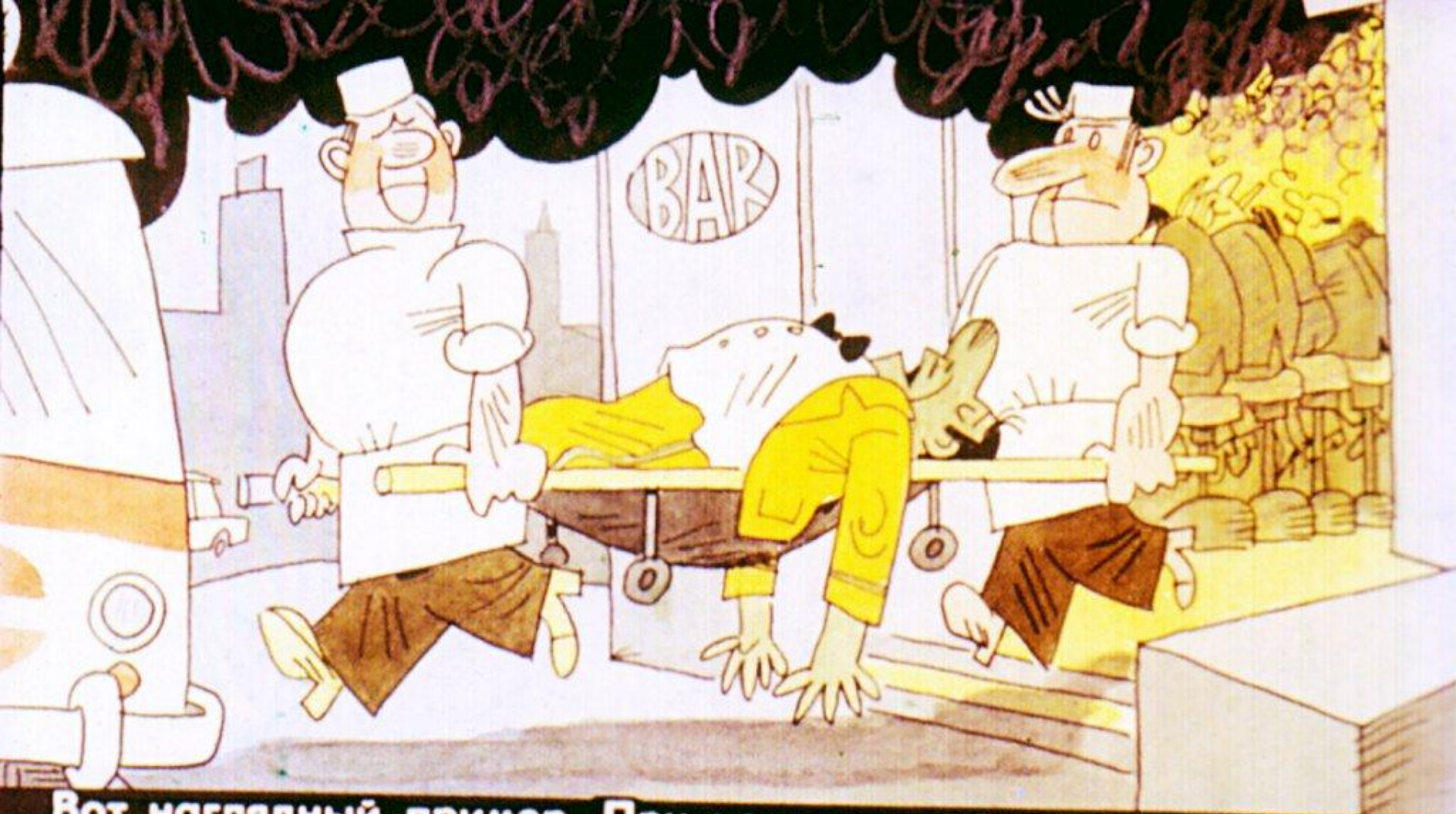
В конце концов никто не может заставить человека бросить курить. Пусть курит, пусть губит свое здоровье.



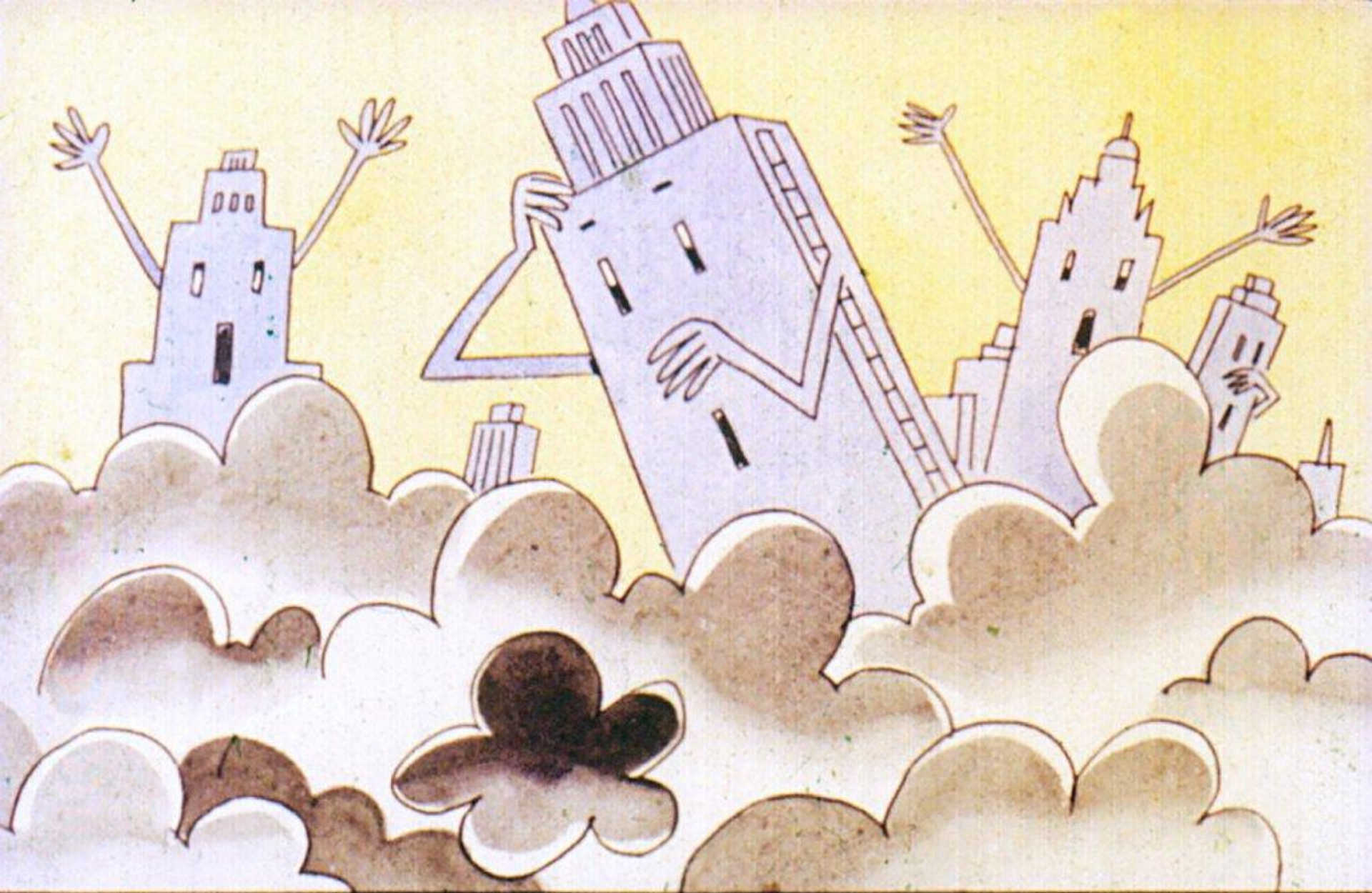
Но дело в том, что он сознательно или бессознательно приносит большой вред не только себе, но и окружающим, делая из них «принудительных курильщиков».



Товарищ курящий! Дым от твоей сигареты вдыхают и некурящие. И у тебя и у них происходят изменения в крови. Дым, выпускаемый тобой, влияет на сердце некурящих!



Вот наглядный пример. При исследовании, проведенном в одном плохо вентилируемом салуне в Кливленде (США), было установлено, что за 8-часовую смену буфетчики вдохнули такое количество пагубного дыма, как если бы они выкурили за это время по 36 сигарет!



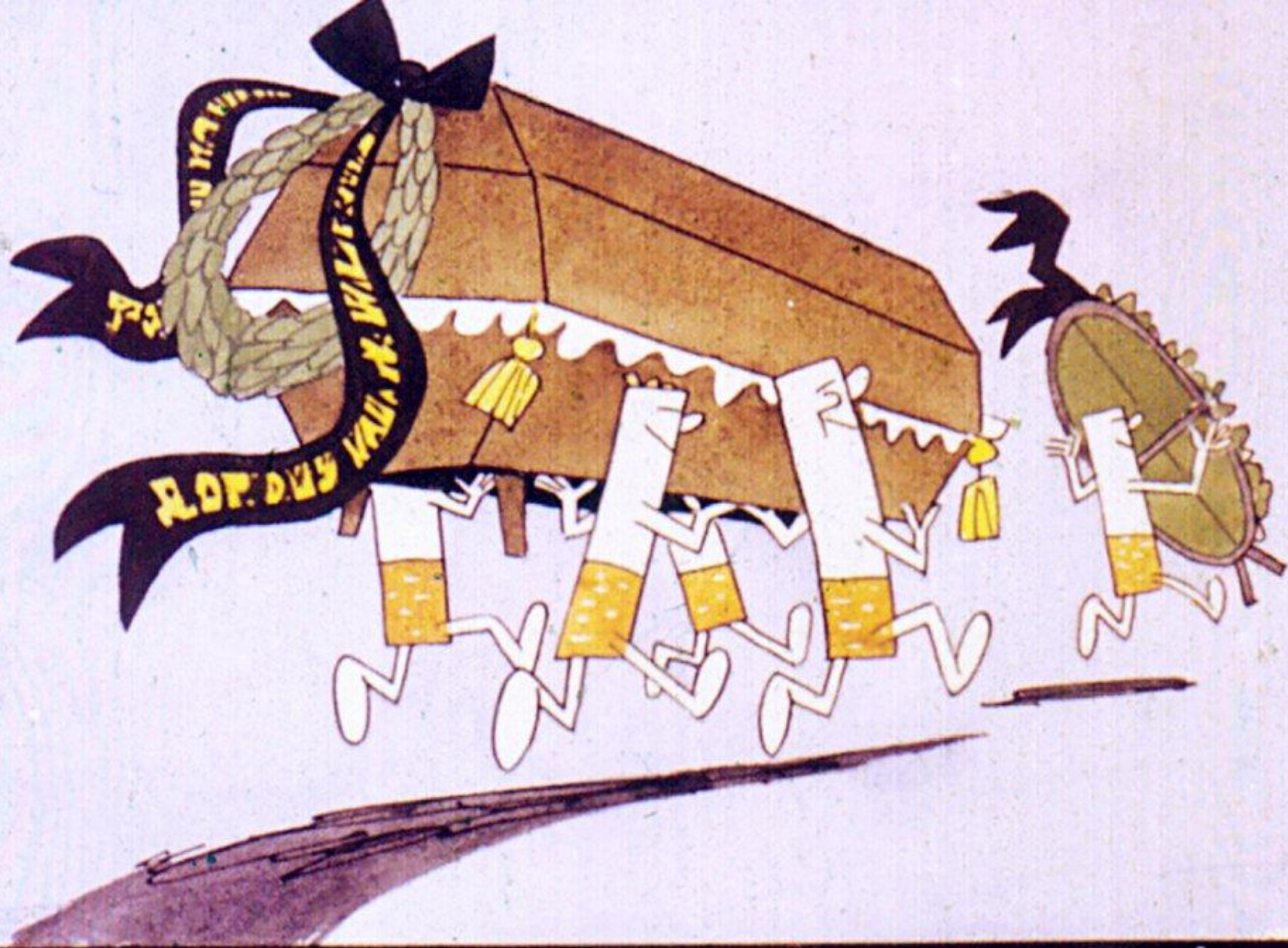
Сотрудники Гарвардского университета подсчитали, что курильщики США ежедневно выпускают в воздух 36 тонн дыма! [34]



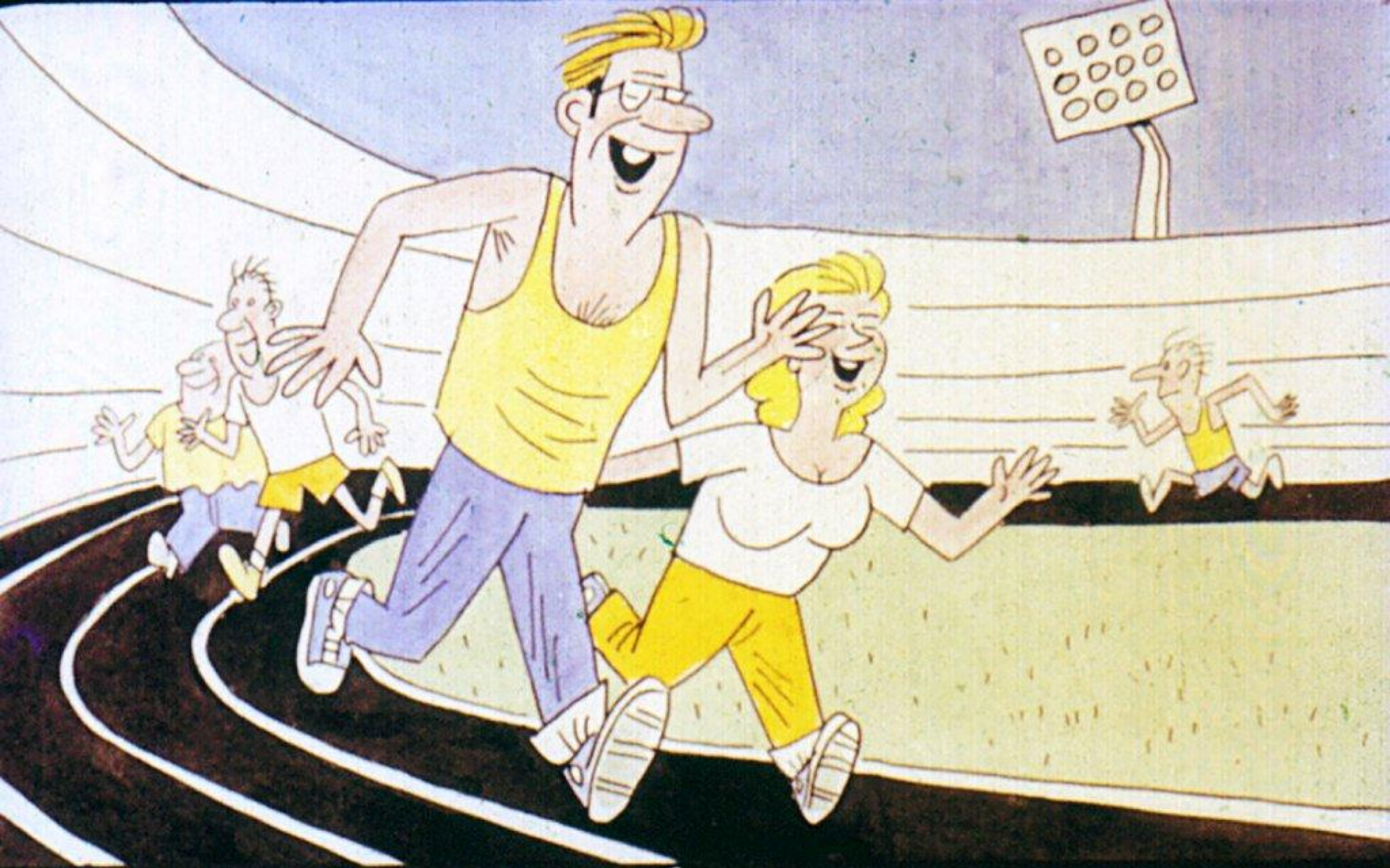
Невеселое зрелище, не правда ли, товарищи курильщики?
Не пора ли покончить с «чумой XX века?»



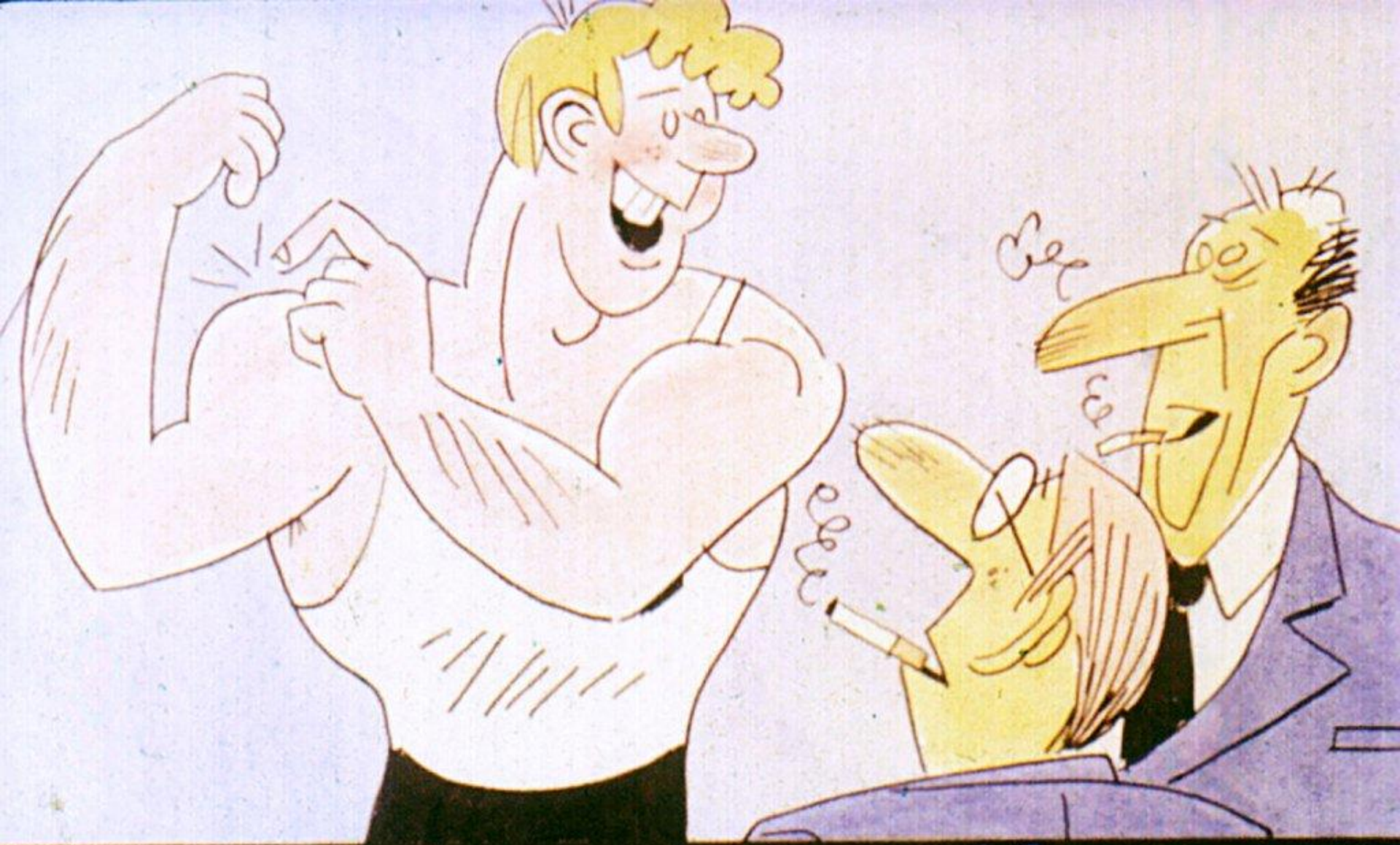
Нынешняя статистика утверждает, что, когда начинают отвыкать от привычки курить, 6-7 человек из 10 навсегда расторгают союз с сигаретой.



Помните! Каждый третий внезапный уход из жизни (в возрасте 35—55 лет) прямо связан с сигаретой.



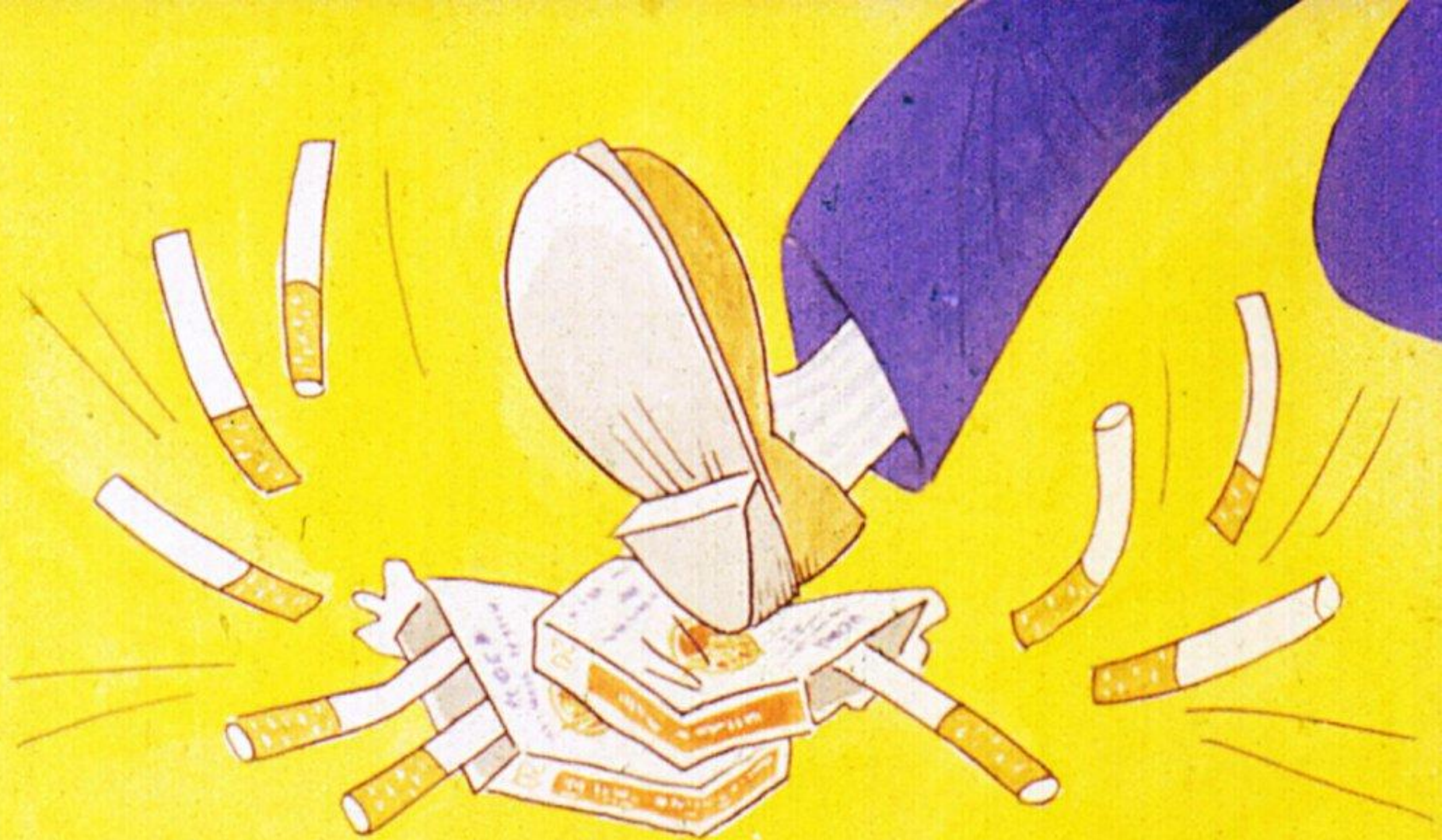
Современный человек все больше внимания уделяет здоровью. Полноценный сон, активный отдых, рациональное питание—все это «с сигаретой во рту» не годится.



Что принесет лично вам отказ от курения? Отказ от курения ведет к воистину поразительным сдвигам в жизнедеятельности организма. К ликвидации целого ряда хронических заболеваний.



На основе проведенного среди бросивших курить анкетного обследования установлено, что «муки отрыва» испытали только 8—12%. У 25—30% в течение двух-трех дней наблюдались излишнее раздражение, сонливость в дневные часы, сухость во рту. 60—65% бросили курить легко.



И если после просмотра этого диафильма хотя бы 100 человек выбросят пачку с сигаретами или папиросами, авторы будут уверены, что они старались не зря.



Автор Б. САДЕКОВ
Художник Г. АНДРИАНОВ
Редактор С. ПОПОВИЧ

© Студия «Диафильм» Госкино СССР, 1981 г.
101000, Москва, Центр, Старосадский пер., 7

Цветной 0-30

Д-337-81

Т00070