

ВРЕД КУРЕНИЯ КАЛЬЯНА



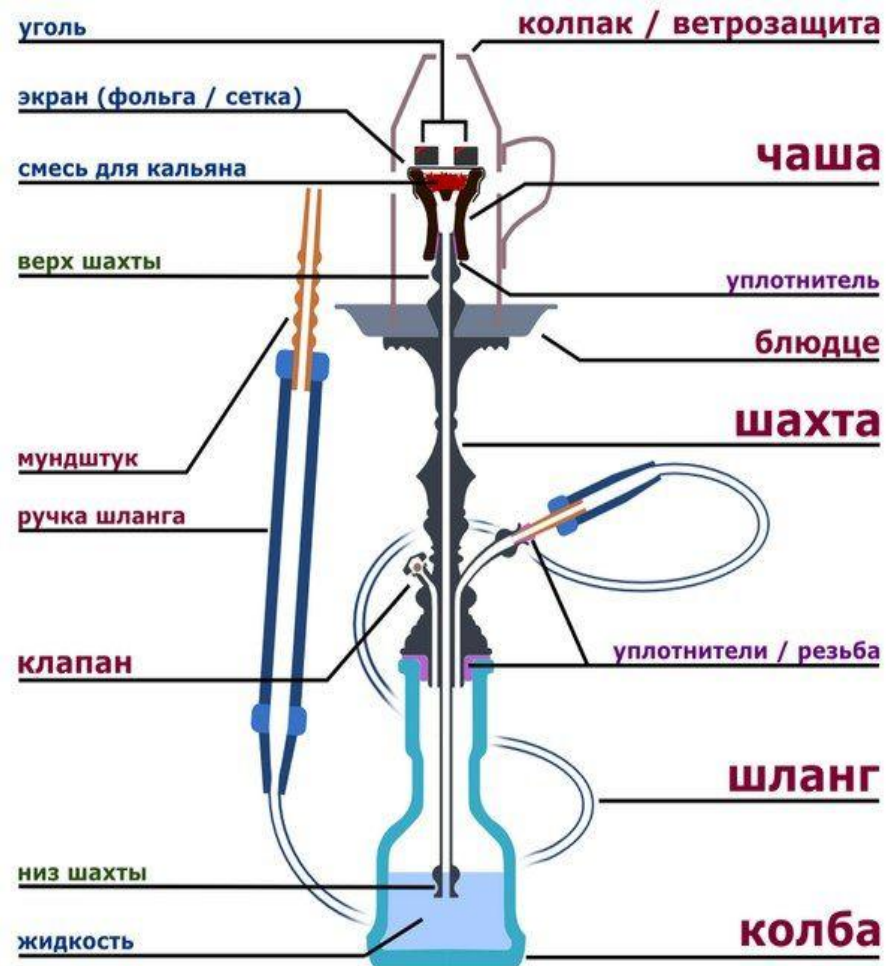
# АКТУАЛЬНОСТЬ

В последние годы в нашей стране приобрело большое распространение курение кальяна, особенно среди молодежи, что вполне понятно. Но самое печальное - многие считают это вполне "безопасным развлечением". Реальность же совсем иная.

# КАЛЬЯН И ЕГО УСТРОЙСТВО

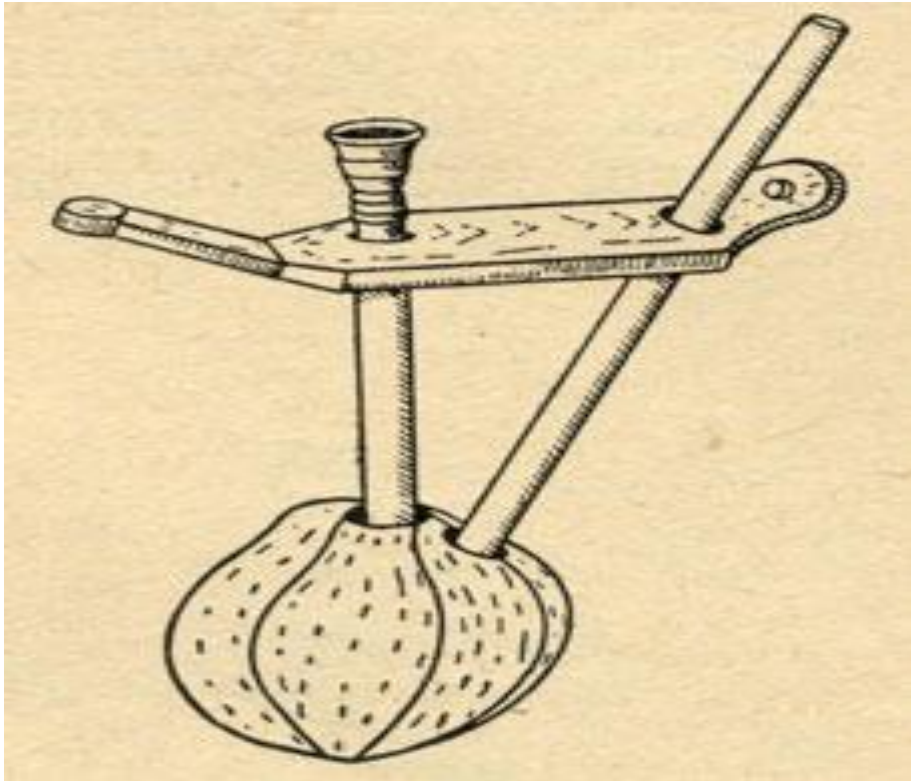
**Кальян**- прибор для курения, позволяющий фильтровать и охлаждать вдыхаемый дым.

В кальяне дым охлаждается, проходя через воду, охлаждение сопровождается фильтрованием. Дым от кальяна, лишенный таких веществ как акролеин и альдегиды, в отличие от сигаретного дыма, не раздражает слизистых оболочек горла или носа курильщиков и некурящих, находящихся поблизости от кальяна. Этот факт частично объясняет общественное увлечение и широкое распространения такого способа курения табака как кальян.



# ИСТОРИЯ ПРОИСХОЖДЕНИЯ КАЛЬЯНА

На Востоке, раньше, было положено гостю предложить выкурить кальян с хозяином дома, если тот откажется от этого ритуала – то это считалось неуважением



Самые первые кальяны изготавливали из куска дерева (шахта), а сосудом служила скорлупа кокосового ореха или тыква. Шлангом служил полый тростник, шахта делалась из куска дерева. В некоторых случаях, вместо кокоса, где его не было, использовали тыкву.

# СОВРЕМЕННЫЙ КАЛЬЯН

На данный момент культура курения кальяна приобрела совсем иные черты, стала более популярной и отчасти утратила свои корни. Форма кальяна стала немного иной, вместо черного табака всё чаще курят муассель - очищенный (с низким содержанием никотина) и нарезанный табачный лист, смешанный с различными ингредиентами.



За последнее десятилетие культура употребления кальяна довольно широко распространилась и завоевала популярность в молодежных кругах. Различные развлекательные заведения, клубы, бары, кафе и рестораны обустроили специальные комнаты для курения - кальянные залы. Где обученные тому, как забивать табак в кальян, специалисты подготавливают этот курительный прибор для всех желающих. Многие из тех, кто попробовал кальян, приобретают его для своего личного пользования.

Кальян многие курильщики воспринимают безвредным, и он пользуется огромным интересом среди молодежи. Сторонники кальяна утверждают, что кальян не вызывает привыкания. Но это не так, так как специальный табак содержит никотин, и его в 50 граммовой пачке 25 мг. Одной пачки хватает на 4 -х кратную заправку кальяна. Выходит что в одной заправке кальяна содержится 6, 25 мг. никотина, а в сигарете содержится лишь 0, 8 мг. никотина, что в 7, 5 раз больше.

- Сторонники кальяна напомним про «чудо фильтр» из воды, но было бы глупо полагать, что весь никотин остается в воде, в сигаретах же тоже имеются угольные фильтры. Проведенные исследования о вреде курения кальяна, американскими учеными, показали, что вода в кальяне не способна очистить этот дым. Человек при курении кальяна получит значительную дозу никотина, а значит, постепенно будет формироваться зависимость от никотина. Так некурящая молодежь, периодически балуясь кальяном, может стать курящей.

- Сторонники кальяна утверждают, что табачные смеси для кальяна содержат гораздо меньше опасных веществ, чем обычные сигареты. Однако и это не так, табачные смеси по содержанию вредных веществ опережают обычные сигареты. Кроме того на упаковках табака не редко отсутствуют вообще какие либо маркировки о содержании вредных веществ и пр. Сторонники любят говорить про влажный и липкий табак для кальяна, который не горит, а усыхает, тем самым якобы поступает мало вредных веществ. Но и это не так, ведь угли в кальяне раскаляются до 600-650 градусов, а вместе с дымом в легкие курильщика поступает не только никотин, но и другие опасные вещества, например, бензапирен.





- Дым из кальяна так же крайне вреден, как и дым обычных сигарет. А содержание вредных веществ зависит от производителя табака. Табак для кальяна часто изготавливается кустарным способом, и что там намешано известно только изготовителю, никто его не проверяет. Комната, где курят кальян, пропитана табачным дымом и дымом от углей. А значит, кальян причиняет вред некурящим членам компании. Вред пассивного курения так же актуален и для кальяна.