**Лекционный материал для учащихся 10-11 классов**

**Употребление табака.**

**Никотиновая зависимость.**

Открытие табака связывают с именем Колумба. Во время путешествия Колумба матросы, высадившиеся на Кубу, впервые увидели, как аборигены поджигали скатанные в трубочку листья и глотали дым, выпуская его через ноздри, до тех пор, пока с ними не начинал беседовать "великий дух". Очевидно, большое количество выкуренного табака, вызывало у местных жителей слуховые галлюцинации. Вместе с тем, заметьте, курили индейцы не забавы для, а только в религиозные праздники.

В Европе табачное растение, привезенное из Америки, первоначально использовалось только как декоративное. Нюхать, жевать и курить его стали только после того, как по всей Франции прошел слух, будто бы Жан Нико в 1560 году при помощи "целебной травы" исцелил Екатерину Медичи и ее сына Франциска II от головных болей. С этого момента табак стал быстро распространяться и использоваться при самых разных болезнях.

Однако, вскоре люди разуверились в "целебных" свойствах табака, т.к. стало очевидным вредное воздействие табака на здоровье. И курильщиков начали преследовать. И порой очень жестоко. Так, например, в Турции - за курение сажали на кол, в Персии - за курение отрезали губы и нос, в Италии - табак был объявлен забавой дьявола и в назидание потомству пятеро монахов, уличенных в курении, заживо замуровали в монастырской стене, в Англии - курильщиков приравнивали к ворам и водили по улицам с веревкой на шее.

Первые меры борьбы с курением в Европе были предприняты ещё до появления табака в этой части света. Член экспедиции Колумба Родриго де Перез за курение был посажен в тюрьму. Приговор гласил: «Только дьявол может наделить человека способностью выпускать дым из ноздрей».

А король Яков I - житель ХVII-го века, сказал, что курение - это занятие не для цивилизованного человека. И свой знаменитый труд "О вреде табака", опубликованный в 1604 году, Яков I закончил словами: "Курение - это привычка, противная зрению, невыносимая для обоняния, вредная для мозга, опасная для легких".

Но пока Яков I негодовал, врачи-шарлатаны прописывали курение как противоядие от насморка и лихорадки, а кое-кто считал даже, что вдыхание табачного дыма может застраховать от чумы. И нередко такое "лечение" заканчивалось не только отравлениями, но и гибелью людей.

В России, в начале XIX-го века, т.е. всего 300 лет тому назад, уличенным в курении отрезали нос или уши! А после того, как в 1634 году благодаря курильщикам сгорела деревянная Москва, курение было запрещено под страхом смертной казни! В специальном Уложении от 1649 года было "...велено всех, у кого будет найдено богомерзкое зелье, пытать и бить на козле кнутом".

**Статистика:**

- Внезапная смерть от остановки сердца случается среди курильщиков в 5 раз чаще, чем у некурящих.

- 90% больных раком лёгких – заядлые курильщики.

- Курящие в 13 раз чаще заболевают стенокардией, в 12 раз - инфарктом миокарда, в 10 раз - язвой желудка.

- Курильщики составляют 96 - 100% всех больных раком легких.

- Рак у курящих людей возникает в 20 раз чаще, чем у некурящих.

- Велика роль курения и в возникновении туберкулёза. Так, 95 из 100 чело-век, страдающих им, к моменту начала заболевания курили.

- Среди мужчин, заболевших язвенной болезнью желудка, 96 - 97% курят.

- Около 6 млн человек умирают ежегодно на планете в результате употреб-ления табака, и, если не ограничивать курение, к 2030 году этот показатель превысит 8 млн человек в год, считает Всемирная организация здравоохранения.

- 100 миллиардов долларов в год расходуют на табачные изделия жители Земли.

- 4,3 млн гектаров земли ежегодно используется для выращивания табака. На них можно было бы выращивать продукты питания.

- Премию, эквивалентную 200 долларам США, ежемесячно выплачивают в Голландии всем гражданам от 12 до 16 лет, которые после специальных тестов докажут, что они не курят.

- В 1761 году англий­ский доктор Джон Хилл обнародовал первую научную работу о вредном влиянии курения табака на человека.

- Взрослые жители одной маленькой деревни в Турции приняли решение не курить, чтобы не подавать плохой пример подрастающему поколению. Нарушитель будет должен отдать мешок сахара или мешок муки бедным.

- В 1575 году в Испании католическая церковь ввела запрет на курение в местах, где проводятся молитвы.

- В Королевстве Бутан табак объявлен вне закона. За продажу сигарет введён штраф в 225 долларов. При этом средняя зарплата в стране – 16 долларов.

- 12 евро стоит пачка сигарет в Новой Зеландии. А в ближайшие четыре года правительство страны повысит акцизы на сигареты еще на 40%.

- В 1624 году католическая церковь во главе с папой Урбаном Восьмым начинает серьёзную борьбу с табаком. Наказание за курение – отлучение от церкви. Через два года Греческая православная церковь принимает такие же меры.

- На 40% меньше взнос некурящего на медицинскую страховку в Германии, чем курящего табак, поскольку некурящий для здравоохранения обходится дешевле.

- Более половины стран мира, где проживает почти 40% населения планеты (2,8 миллиарда человек), осуществили хотя бы одну из мер Рамочной конвенции ВОЗ по борьбе против табака, среди которых – запрет на рекламу табака, запрет на курение в общественных местах, на продажу табака несовершеннолетним.

В последнее время все чаще идет речь о новом молодежном увлечении - парении вейпа.

Сегодня в мире 29 млн. вейперов, из которых около 10 млн. человек проживает в США. Показатели России не так масштабны, но имеют тенденцию к увеличению.

По некоторым данным (официальной статистики нет), в России на 2015 год насчитывалось 1,2 млн. последователей паровой культуры, а на ноябрь 2016 года уже 1,5 млн. Это говорит о том, что рынок находится в положительной динамике. Вопрос только в том, положительной для кого? Попробуем разобраться в этом вопросе, решить для себя так ли безопасно парение, как нам его пытаются преподнести?

Молодежный сленг заполнили новые иностранные слова вейп, вейперы, жижка, джус, дрипка, боксмод и другие. Среди подростков распространяется новое модное течение, становясь отдельной субкультурой. Электронные парогенераторы (вейпы) выступают средством коммуникации среди молодежи. Подростки обсуждают ароматы и вкусы, а на доводы родителей отвечают, что это не запрещено и безвредно. Ароматы и вкусы - это отдельная песня для вейпера, на рынке предлагаются сотни вариантов, готовые ответить на любой, самый изощренный запрос.

Но кроме вкусного названия, интересен состав этих жидкостей.

Самый распространенный вариант это: глицерин, пропиленгликоль и никотин плюс сами ароматизаторы, чаще всего пищевые добавки, рекомендуемые для приготовления пищи, а никак для парения. Исходя из состава, можно сделать вывод, что это не морковка, посаженная бабушкой на своем садовом участке. Это химический состав, который подвергается воздействию высоких температур (Температура нагрева внутри вейпа может достигать 300 градусов по Цельсию). И как поведут себя вещества, содержащиеся в жидкости, при нагреве, неизвестно. Каких-либо глубоких исследований о влиянии на здоровье электронных сигарет и паровых устройств в настоящее время нет. Это легко объяснить тем, что парить и развивать вейпинг как отдельное явление стали относительно недавно. Первая электронная сигарета была создана в 2004 году в Гонконге. За 13 лет эта новомодная тенденция распространилась по всему миру, затронув несколько возрастных категорий, но особенно, молодежь.

Конечно же, это недостаточный срок для проведения серьезных научных экспериментов, но необходимость в такой работе есть для того, чтобы расставить все акценты и вынести окончательное решение - в чем заключается вред от употребления вейпа. Точно установлено, что в жидкости для вейпа содержится 31 токсичное вещество (данные Lawrence Berkeley Labs), в том числе акролеин, диацетил и формальдегид.

В устройствах для парения присутствует литиево-ионный аккумулятор, который при сильном нагреве может взорваться и нанести значительный вред здоровью. Новости о взрывах электронных устройств периодически появляется в СМИ. Последствия ужасны, страдают лицо, руки, ноги, паховая область. Почему такой разброс? Да очень просто - электронные сигареты могут взорваться как во время курения, так и находясь в кармане.

Фразы о том, что взрываются и мобильные устройства и другие девайсы, не актуальны, мы рассматриваем вопрос не с точки зрения того, насколько использование вейпа безопасно, а с другой стороны - вредно или не вредно его парить.

В интернете сегодня ведется масштабная пропаганда, нацеленная на молодежь и несовершеннолетних подростков. Подменяются основные понятия здорового образа жизни, навязываются псевдо здоровые привычки, приводятся необоснованные сравнения с табачной зависимостью. Результаты исследований, приведенных в статье «Критика электронных сигарет Всемирной организацией здравоохранения» говорят о том, что широкое потребление электронных сигарет или вейпов среди подростков связано с тиражируемой в рекламе “безвредностью”. Производители электронных сигарет, как бы забывают рассказать о возможных последствиях употребления их продукции, но при этом согласны с утверждением о вреде курения.

Производители утверждают, что электронные сигареты безопасны и могут применяться в качестве заменителя никотина. Но ведь парить начинают даже те, кто не курит и не курил. Главная проблема вейпинга заключается в его пропаганде среди молодежи и недосказанности о вреде.  
Вейпшопы есть в каждом городе, и даже поселке. На конец 2016 года в России открыто приблизительно 2000 вейп-шопов. В социальных сетях создаются целые сообщества, пропагандирующие парение как альтернативу здорового образа жизни, и даже больше, кричащие на своих страницах о новом развлечении, таком сладком и красивом.

Государство сегодня не контролирует состав и содержание веществ в жидкостях для вейпов, нет единой сертификации и лицензирования, а значит, мы не можем точно знать, что именно находится в упаковке.   
Отсутствует и определение электронной сигареты в законодательстве страны.

Депутаты Госдумы подготовили законопроект "Об особенностях оборота электронных систем доставки никотина" и мы надеемся, что это инициатива перерастет в Федеральный Закон в ближайшее время.