

Прес-конференція

*«Правда про куріння
та тютюн»*

Ведучий 1: Світове наукове співтовариство досягло величезних успіхів у розшифруванні геному людини, що, як сподіваються вчені, в недалекому майбутньому дозволить успішно боротись з низкою невиліковних хвороб.

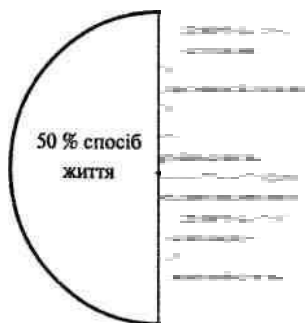
Але з іншого боку, з різних країн надходять тривожні повідомлення про поширення генетично детермінованих захворювань. За останні роки різко знизилась народжуваність, зросла дитяча смертність, збільшилося народження дітей з різними фізичними та психічними вадами.

В Україні найвищий рівень втрати немовлят — 15 мертвих на кожну тисячу народжених живими, у скандинавських країнах — 8, у Німеччині — 9. Лікарі констатують, що з 10 новонароджених 8 мають різні відхилення у фізичному та розумовому розвитку, 160 тисяч дітей України віком до 16 років є інвалідами, кількість населення України катастрофічно скорочується. Що є причиною такої невтішної (катастрофічної) демографічної ситуації?

(Обговорення з присутніми на вечорі)

- низький рівень медичної допомоги;
- недоступність медицини для більшості населення України;
- стан довкілля;
- спосіб життя, який веде людина, чи має вона шкідливі звички

Ведучий 2: Кожен з вас може надати перевагу тому чи іншому факторові, що спричиняє демографічну кризу. Але ось погляньте, про що говорять соціальні дослідження (Демонструється діаграма).



Діаграма, що підтверджує залежність здоров'я людини від різних факторів

Висновки: Здоров'я теперішніх і майбутніх поколінь значною мірою залежить від способу життя людини.

Ведучий 1: Що ви розумієте під способом життя? Які є способи життя?

Присутні: Спосіб життя — це як людина живе, чим вона займається, як харчується, що робить у вільний час. Є два способи життя: здоровий і нездоровий. Нездоровий — це спосіб життя зі шкідливими звичками.

Ведучий 2: Як ви розумієте вислів "здоровий спосіб життя"?

Присутні: Дотримуватись режиму дня, правильно харчуватись, займатись спортом, фізичною працею, не використовувати наркогенних речовин.

Ведучий 1: Як ви думаєте, навіщо люди вживають наркогенні речовини: палять, вживають алкоголь, наркотики або дихають хімічними речовинами? '

Присутні: Щоб одержати задоволення, щоб бути модним, вписатися в те оточення, в ту компанію, яка для когось важлива, щоб бути сучасним.

Ведучий 2: Замість того, щоб одержати задоволення через мозок, душу, серце, через боротьбу, хвора людина — наркоман, п'яниця, палій — одержує радість неприродним шляхом: через вену, шлунок.

Людина, яка одержує задоволення через мозок, — усе життя навчається, пише книгу, вивчає мову, захищає дисертацію. Таку людину можна слухати годинами. Ознаки цілеспрямованості має людина, яка стала, скажімо, майстром спорту.

Ведучий 1: Сьогодні ми дізнаємось правду про куріння та тютюн. Для цього проведемо прес-конференцію.

(Присутнім роздаються бейджики з написаними ролями і текст ролі лікарів, психологів, хіміків, соціологів, наркологів та інших спеціалістів, які будуть відповідати на запитання кореспондентів газет та журналів.) Кореспонденти можуть ставити запитання спеціалістам.

Кореспондент журналу "Особа і суспільство": Яка історія вживання тютюну? Де взявся тютюн в Україні чи Європі?

Історик: Знаменитий Колумб привіз тютюн в Іспанію в 1496 році. Ось його спогади про подорож "Висадившись на берег, ми пішли в глибину острова. Нас зустріло багато майже голих людей, які йшли з вугликами і травою в руках, дим якої вони "пили". Декотрі несли одну велику сигару із трави і на кожній зупинці запалювали її, потім робили 3—4 затяжки, випускаючи дим через ніздрі". В Іспанії тютюн спочатку вирощували як декоративну рослину, а потім як лікарську.

В Європі саме була епідемія чуми, катастрофічно бракувало ліків, і люди повірили в

заморське диво — вони хотіли знайти зцілення.

Кореспондент журналу "Здоров'я": Кажуть, сигарета — це справжня хімічна фабрика, що містить багато різних речовин, серед яких чільне місце посідають токсичні речовини. Чи так це?

Хімік: О, сигарета — це справді хімічна фабрика, де відбувається сухе переганяння тютюну при температурі 700—800°C. Внаслідок цього утворюється понад 4000 хімічних речовин, серед них — кілька сотень отрут, а понад 30 сполук провокують рак. А чого варті радіоактивні речовини тютюнового диму? Випалюєш пачку на день — одержуєш 500 (!) рентген опромінення за рік, що в 12 разів перевищує норму безпечності, встановлену у США! То чи варто курцю боятися якогось там Чорнобиля?..

Найзгубніше діють на організм нікотин, бензпірен, синильна кислота, тютюновий дьоготь.

Кореспондент журналу "Здоров'я ": Чим шкідливий нікотин? Що-входить до складу тютюнового диму?

Хімік: Нікотин належить до найшкідливіших для здоров'я. Маленьку мишку він вбиває миттєво, якщо крапнути їй в око цю отруту. Для людини смертельна одноразова доза — 80-120 мг. Одна красива трубочка сигарети містить убивчий заряд в 2—3 мг нікотину. Підрахуйте, скільки його отримує організм курця за добу, за рік? До нікотину організм швидко звикає.

Кореспондент газети "Здоров'я для всіх": Наскільки достовірна думка, що тютюн спричиняє ракові захворювання різних органів, зокрема дихальної системи?

Лікар-пульмолог: Як свідчать дослідження, тютюновий дим — потужний канцерогенний чинник. Після викурювання 100 сигарет утворюється 5 г так званого тютюнового дьогтю, в якому міститься радіоактивний полоній, чадний газ, бензпірен, а лише за рік в легенях курця накопичується приблизно 1 кг дьогтю.

В Україні у 2000 році від злоякісних утворень у бронхах, гортані, трахеях, легенях померли 21,6 тисячі осіб.

Кореспондент газети "Здоров'я для всіх": Якими хворобами ризикує захворіти курець, крім згаданих вище?

Лікар-кардіолог: Найнебезпечнішими, що закінчуються смертю, є: коронарна хвороба серця, стенокардія, інфаркт, серцева недостатність, інсульт мозку, тютюнова гіпертонія,

облітеруючий ендартеріт. Чому? Шкідливі речовини, що виділяються при згоранні тютюну, зумовлюють звуження кровоносних судин (на 30—40 хв. після кожного куріння), що змушує серце частіше, швидше скорочуватися, а всю серцево-судинну систему — перенапружуватися. У кожного сьомого, хто курить, внаслідок різкого звуження судин ніг з'являється різкий біль у литках і через 50—100 м шляху спостерігається переміжна кульгавість. Дуже часто хвороба закінчується гангrenoю чи ампутацією кінцівки.

Кореспондент журналу "Краса, здоров'я та грація ": Кожна дівчина хоче мати успішне життя, вийти заміж за коханого чоловіка, народити здорових, веселих дітей і разом з ними бути щасливою. Чи справдяться надії на людське щастя, чи розвіються, як дим, від зрадливої спокусниці — сигарети?

Лікар: Думка лікарів: нікотин звужує судини, це зменшує живлення шкіри обличчя киснем, поживними речовинами, тому з'являються передчасні зморшки. Дим осідає на шкірі, вона стає землистою. Темніють від нікотину та смол біленькі зуби, кровоточать ясна, посилюється слиновиділення. А голос — це вже не ніжна флейта, а хрипка труба.

Лікар-гінеколог: Нікотин згубно діє на жіночі статеві органи. Спостерігається порушення менструального циклу, навіть припиняється менструація, існує ризик виникнення запальних процесів (а раку шийки матки — удвічі), приблизно на два роки раніше настає менопауза, а клімактеричний період перебігає тяжче.

Лікар-акушер: Коли жінки-курці забажають мати дитину, то удвічі частіше може статися позаматкова вагітність. Вагітність перебігає тяжко, удвічі частіше закінчується мертвонародженням. А з чим порівняти моральні страждання матері, довічне почуття провини, якщо дитина народилася мертвою чи з розумовими або фізичними вадами.

Кореспондент газети "Аргументи і факти": Серед курців існує переконання, що курять усі, і особливо — відомі люди! Особливо така думка утверджується, якщо посидіти кілька годин перед екраном телевізора, коли улюблені актори ганебно затягуються сигаретою, курять бізнесмени, усі — хто досягає успіху. Чи справді може стати успішною людина, яка курить?

Соціолог: Ореол успішності створює тютюновий дим лише на екрані, а до чого доводить він у житті?!

Наприкінці 2001 року помер Джордж Харрісон — один із знаменитих "Beatles".

Курити він почав підлітком і не розлучався з сигаретою, навіть коли грав. Музикант визнав з гіркотою, що рак горла у нього — наслідок куріння. Витрачав щоденно 14 тисяч фунтів стерлінгів, аби знайти ліки, які б відвернули фатальний кінець. В його останній пісні є такі слова: "Все це може бути просто перед вами, але це ще не змусить вас думати".

Нікотин послаблює пам'ять, силу волі, здібності, вкрай необхідні для успішної людини. А про те, чи курять всі, то давайте звернемось до статистики, яка свідчить, що курить лише третина землян, тобто лише кожен третій, а двоє обходяться без тютюну. Отже, більшість людей не курять.

Кореспондент газети "Аргументи і факти": Чому виробники тютюнової отрути намагаються рекламувати тютюнові вироби? З величезних щитів на нас дивляться здорові усміхнені хлопці та дівчата, які хваляться, що мають добрий смак, вибравши ту чи іншу марку сигарет. І в підсвідомість западає: якщо такі з вигляду успішні люди курять, то в цьому немає нічого поганого. Як тут бути молодим людям?

Рекламний агент: Чому ж так стараються виробники тютюнової отрути? Чому вони акцентують увагу на молоді? Бо у всьому світі невпинно зменшується кількість курців серед дорослого населення, адже у високорозвинених країнах зростає усвідомлення шкідливості куріння. Тож і спрямована реклама на те, щоб залучити до тютюнокуріння молодих і недосвідчених. І, на жаль, не безуспішно. І тютюнові компанії раді з цього, адже, за дослідженнями ВООЗ, якщо підліток викуриє хоча б дві сигарети, у 70 випадках зі 100 — він матиме цю згубну звичку все життя, отже, багато років витрачатиме свої кошти, поповнюючи мільярдні прибутки тютюнових бізнесменів.

Ведучий 1: Виходячи з того, що ви дізнались під час прес-конференції, які висновки тепер можете зробити: курити чи ні? Чи є якісь позитивні зрушення, що приносили б радість і задоволення? А які негативні?

Присутні: Курці виглядають нібито "круто", "модно", "сучасно". Підлітки почуваються старшими. Якщо хтось (підліток) палить, то в нього виникає багато проблем: стає залежним від тютюну, має проблеми з батьками, витрачає багато грошей, ризикує захворіти принаймні на 25—30 недуг, має поганий подих і жовті зуби, йому важче обрати улюблену професію, стати успішним у житті і щасливим у сімейному житті. Отже, гарне життя і тютюн не можуть бути сумісними поняттями.

Ведучий 2: Шановні присутні, від природи ви маєте досконале тіло, гнучкий розум, неповторний характер. Вам дано свободу вибору, щастя насолоджуватися принадами життя.

Але хіба тільки для насолод ви Божою милістю з'явилися на світ? Божий промисел передбачає, що призначення людини — плести ниточку життя, передавати від покоління до покоління, удосконалюючи задуманий Богом лад у всьому.

Почувайтесь достойними громадянами Всесвіту. Усвідомте, що з красою та гармонією світопорядку тютюнопаління, алкоголізм та наркоманія не сумісні. Вони отруюють атмосферу, спричиняють пожежі, антигромадські явища, наслідком яких є нищення природи, зміна ландшафту, клімату, загибель людей.

Ведучий 1. Вважайте себе вільними, гідними громадянами своєї України. Україна, котра лише почала зводитись як держава, потребує від кожного з вас діла. І їй потрібні здорові, розумні, роботящі, успішні громадяни. Тільки їхньою працею постане незалежна щаслива і багата Україна. Не дозвольте курінню перешкодити вам мати честь будувати таку державу.

Ведучий 2. Майте себе за вартото поваги сім'янина. Хай любов керує вашими вчинками, і тоді ви не допустите, щоб хвороби та передчасна смерть через куріння осиротили сім'ю, зумовили матеріальні нестатки вашої родини, душевні муки, біль довічної розлуки. Осягніть сповна свою неповторну місію продовжувача власного роду, а мрія про здорове та розумне потомство здійсниться тільки тоді, коли не буде тютюнової отрути у вашому організмі, коли свідомість ваша не потьмариться ні алкоголем, ні наркотичним дурманом.