

## ПОЧЕМУ ПОДРОСТКИ КУРЯТ ?

---

К большому сожалению, было установлено, что подростки, имеющие навык курения, чаще, чем некурящие, начинают курить сигареты с марихуаной с последующим переходом на другие наркотики.

Главными мотивами курения детей и подростков являются следующие: любопытство, просто так, от нечего делать, быть, как все, баловство, желание выглядеть взрослым, современным, крутым; мода и др... Кто чаще курит? Те, кто не слишком уверен в себе или не по годам развит? Не так способен, не так стабилен психически и из менее обеспеченной семьи? Все перечисленное, являясь условием, не дает объяснения, почему одни дети курят, а другие – нет. Курение следует рассматривать как поведенческий акт, то есть стиль поведения, основывающийся на определенных индивидуальных психологических, биологических и социальных особенностях условий его формирования. Факторы, способствующие приобщению к курению, разнообразны и многочисленны и действуют индивидуально. Если подростки, закурив, продолжают курить и это становится постоянным фактором, начинает формироваться никотиновый синдром, или никотиновая токсикомания. Никотин активизирует системуощерения мозга; если в начале курения, действие никотина таково, что нередко возникает тошнота, рвота, обильное слюноотделение, то теперь наступает полная зависимость от курения. Ежегодно в мире от болезней, связанных с употреблением табака, умирает около 3 миллионов человек, из них половину составляют женщины. Ежегодное число случаев смерти от болезней, спровоцированных употреблением табака, резко возрастает и составит около 10 миллионов человек. Большинство из них придется на нынешних детей и подростков, приобщившихся сегодня к курению. Перестать курить - трудная задача для курильщиков, но возможная! Существуют многочисленные способы отказа от курения. Есть способы постепенные, есть мгновенные – раз и навсегда. Одни курильщики сами справляются с этой привычкой, другим нужны поддержка и помощь. Существующие методы кому – то помогают, а кому – то нет. Но самое лучшее – не начинать вообще курить! Основным направлением в проведении антиникотиновых программ является профилактика начала и закрепление отказа от курения среди детей и молодежи. Подростковый возраст является возрастом риска для начала курения, поэтому проведение профилактических программ на данном этапе является наиболее эффективным в предупреждении начала и закреплении отказа от курения, а также в предупреждении развития многих заболеваний в будущем.

Помощник врача по общей гигиене филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии  
в Рязанской области в Шиловском районе» Надежда Колдаева