

## СТАТЬЯ О вреде ТАБАКА, АЛКОГОЛЯ

Педагог Фастовцева Ю.В.

Студ. Кобозева А.

Табакокурение, алкоголизм – это глобальная проблема мирового масштаба, которая коснулась в XXI веке каждую страну, каждый город, многие семьи.

Курильщик, алкоголик..... К сожалению, эти слова быстро вошли в наш обиход. Мы встречаемся с ними везде: телевидение, интернет, радио. Статистика табакозависимых и молодых алкоголиков просто ужасает!!! Особенно это ужасно в среде подростков, молодежи!!! Ведь это будущее нашей ВЕЛИКОЙ РОССИИ!

ТАБАК.....Трудно найти вещество столь популярное в мире. Ведь это не еда, не питье, не одежда, но без него не могут обойтись очень многие. Как это ни удивительно, не являясь, как и алкоголь, непосредственно необходимым человеку, в целом им пользуется от 40 до 80% всех мужчин в возрасте от 7 до 80 лет и чуть меньше женщин.

О курении известно еще из китайских письменных источников, об этом упоминается и в трудах Геродота. В привычном для современников виде табак появился в Европе в XV веке. Участники экспедиции Христофора Колумба познакомились с широко распространенным среди индейцев Нового Света обычаем — курением деревянных трубок (тобако) и свернутых листьев растения (сигаро). Табак использовался в ритуальных целях (известная всему миру трубка мира), а также для удаления гноса из помещений и шатров. Однако, при раскопках захоронений на территории современной Мексики обнаруживают статуэтки мужчин, курящих сигаро, внешний вид которых здоровым не назовешь. Итак, благодаря экспедиции Колумба, в Испании и Португалии уже к концу XV века появились плантации табака. И к концу XVIII века это растение достигает всех концов известного Мира.

Именно благодаря убеждению, что пройдет головная боль и наступит успокоение у людей закрепляется ложное лечебное свойство табака.

Вера в лечебные свойства табака привела к тому, что в 1680 г. король Франции Людовик XIII издал указ, по которому торговля табаком разрешалась только аптекарям.

Церковь также отнеслась к курению табака отрицательно, так как смрад, плевки, кашель и чихание курильщиков мешало исправлению службы и оскверняло святые места. И во многих странах именно духовенство явилось инициатором запретов курения, нюхания и жевания табака.

Из истории известны следующие факты. Так, в Турции в 1680 г. султан Мурад IV издал закон о смертной казни за курение. В Персии вырывали ноздри. В Англии XVIII века курильщиков водили по улицам с петлей на шее, а наиболее злостных обезглавливали и с трубкой во рту выставляли для устрашения. Папа Урбан VII отлучал курящих католиков от церкви. А в 1692 г. в Сантьяго пять монахов были замурованы в стену — за курение.

В России Алексей Романов с 1649 г. издал закон о запрете курения, которое наказывалось палочными ударами, отрезанием носа и ушей (чтобы не пухли).

Столь жестокие меры, предпринимаемые против курения не давали ожидаемого результата, так как попробовавшие табак становились его рабами, и рост числа курильщиков, особенно среди знати, изменил отношение государства к курению.

А в России уже в 1697 году Петр I, пристрастившись к курению в Голландии, указы отца отменил. Таким образом, курение быстро распространилось и в России.

Итак, с начала XV и до XVII века табак распространился по всей Европе, России и Азии. Всего за 200 лет.

Медицина обратила внимание на последствия курения только к началу 20 века. В дальнейшем врачи установили, что курение ведет к заболеваниям рака легкого, полости рта, табачной стенокардии, амблиопатии (форма слепоты). Первой страной, запретившей рекламу табака в 1962 году стала Италия, за ней в 1964 г. - США, в 1967 г. - Англия. К сожалению, Россия приходит к этому только в последние годы.

Несмотря на массу различных заболеваний, Женщине табакокурение и алкоголизм наносят наиболее ощутимый вред на детородные органы, так как вносит расстройство в основную функцию женского организма - продолжение рода. У мужчин вызывает бесплодие. К счастью, сегодня государство принимает конкретные и жесткие меры по предотвращению и истреблению этой привычки у населения!!!

**АЛКОГОЛЬ...**Алкоголь присутствует в жизни почти каждого человека. Кто-то пьет лишь по праздникам, кто-то любит отдохнуть с порцией алкоголя в выходные, а кто-то злоупотребляет горячительным постоянно. Свадьба, День рождения, похороны, Новый год- ни одна из этих дат не обходится без рюмки или бутылки.

Многим думается, что водка-это сильный алкоголь, а пиво или вино просто слабоалкогольный напиток. Алкоголь даже в малых дозах не безвреден.

Алкоголь разрушает в первую очередь - нервную систему и сердечно-сосудистая. Слабые мышцы, тромбы в сосудах, диабет, усохший головной мозг, раздутая печень, ослабленные почки, депрессия, язва желудка - это лишь примерный перечень того, чем вы можете поплатиться за бутылку пива по выходным.

Проблема алкоголизма выходит на национальный уровень. Молодые люди в наши дни неразлучны с пивом, энергетическими напитками. И если взрослый человек еще как-то может мобилизоваться после прима алкоголя, потому что он уже имеет сформированную нервную систему, он определившаяся личность, то человеку лет 13-17 это не под силу. Любая порция алкоголя - это удар по интеллекту, по здоровью, по будущему. Взрослые, отбирайте алкоголь у своих детей, учеников без разговоров! А зачастую сами взрослые, родители подают детям пример. А что им остается делать, если папа каждый вечер смотрит футбол и пьет пиво? Значит, это правильно, и сын, когда вырастет, будет неосознанно это копировать.

Алкоголь не только проблема всего населения нашей страны, это проблема на уровне генофонда. Представьте себе схему, где отец семьи регулярно пьет. Большая вероятность, что его сыну передадутся и алкозависимость и различные заболевания. Если будет пить сын, а он будет пить, потому как тяга к алкоголю наследственная, то общий объем хронических заболеваний увеличится на генном уровне. Возьмем для примера ребенка, который родился в седьмом поколении, где каждый его предок имел алкогольный опыт. У этого ребенка с самого рождения будет богатый ассортимент хронических заболеваний различного характера, от аллергии до врожденного порока сердца, большая вероятность слабоумия или ДЦП. А если это не один ребенок, а как и есть на сегодняшний день, тысячи новорожденных, которые платят своей неполноценной жизнью за удовольствия предков? Какая у нас получится страна, каков будет уровень развития населения, если каждый второй-потомок алкоголика?

Эти ужасающие примеры свидетельствуют о том, что необходимы кардинальные меры по борьбе в употреблением табака и алкоголя, надо спасать хотя бы молодое поколение – будущее нашей страны! Как же бороться с подростковым увлечением алкоголем, и всенародной любовью к спиртному в частности? **Важно** донести до людей, насколько опасен алкоголь как для них самих, так и для будущего нашей страны.

Ситуация с алкоголем и табакокурением напоминает вторую мировую войну, в которой практически каждая семья потеряла близкого человека, так и от наркотиков **МНОГИЕ** российские семьи тоже теряют близких людей. Ситуация

может быть разрешена только путем разносторонних профилактических, лечебных и силовых мер, когда все общество объединится в борьбе с этой бедой.

Лечить алкоголизм крайне сложно, поэтому важно проводить своевременную профилактику, антипропаганду употребления наркотиков.

Сегодня время огромных соблазнов и в головах многих современных подростков практически отсутствуют базовые нравственные ценности и ориентиры. Родителям, педагогам важно помнить о причинах попадания подростков в категорию зависимых: *проблемы в семье* (асоциальные, девиантные семьи), *проблемы в школе, техникуме, проблемы во взаимоотношениях с друзьями и т.д.* Результат - психологический срыв, агрессия, опустошение, безразличие к окружающим, к себе, своему здоровью, затяжная депрессия и т.д. В голове подростка звучит фраза: «Я никому не нужен, не интересен.....».....Выход – табак, алкоголь.....а потом может и наркотики.

Поэтому окружающим важно вовремя заметить негативные изменения в подростке. Давайте все вместе поможем нашим детям, знакомым, соседям! Не пройдем мимо, не допустим забвения и одиночества – а поможем, поддержим, утешим, подскажем.....

Сегодня политика России направлена на укрепление здоровья нации, профилактику и запрет употребления табака, алкоголя в общественных местах, а продажа несовершеннолетним этой продукции наказывается законом.

**Молодежь России, Кубани, Армавира будьте против табака и алкоголя!!!  
Выбирайте здоровый образ жизни!!!**