



PASYVAUS RŪKymo ŽALA VAIKAMS



Pasyvus rūkymas, arba kitaip – kvėpavimas cigarečių dūmais užterštu oru, kelia pavojų sveikatai. Dažnai būnant prirūkytose patalpose didėja rizika susirgti vėžiu, kvėpavimo, širdies ir kraujagyslių ligomis. Deja, Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamento duomenimis, 20 proc. miesto ir 25 proc. kaimo gyventojų nuolat tenka būti prirūkytose patalpose.

Cigarečių dūmuose randama apie 4 tūkst. nuodingų medžiagų, kurias šalia esantys žmonės įkvepia į plaučius. Pabuvus prirūkytoje patalpoje vos valandą – poveikis toks pat, lyg būtumėte surūkę vieną cigaretę. Nerūkantysis, pabuvęs prirūkytoje patalpoje, gali jausti intoksikacijos požymius: galvos skausmą, pykinimą. Be to, šie dūmai dirgina akių, burnos, nosies gleivines, o tai sukelia akių ašarojimą, kosulį. Tačiau didžiausia problema kyla tuomet, kai kalbame apie pasyvaus rūkymo poveikį vaikams, kurie yra itin jautrūs cigarečių dūmams.

Faktas, kad rūkyti šalia vaikų nereikėtų. Tėvams trūksta informacijos apie pasyvaus rūkymo sukeltą pavojų aplinkiniams.

Pavyzdžiui, retas susimąsto, kad vaikai būdami šalia rūkančiųjų ne tik įkvepia cigarečių dūmų, tačiau dėl jų plonos odos kenksmingos, medžiagos lengvai per ją patenka į kraują. Kitas aspektas, yra tas, kad dažnai šalia mažamečių rūko tie žmonės, kurie patys užaugo tokioje aplinkoje.



70 proc. vaikų dėl pasyvaus rūkymo susiduria su sveikatos sutrikimais, o vaikams, kurie dažnai būna prirūkytose patalpose, tikimybė susirgti plaučių ligomis išauga net 50%. Pasyvus rūkymas vaikams gali iššaukti tokias ligas, kaip astma, bronchitas, plaučių uždegimas, įvairios kvėpavimo takų ir infekcinės ligos ar net vidurinės ausies uždegimas. Kalbant apie kūdikius, jų aplinkoje apskritai neturėtų būti rūkoma – jie yra itin pažeidžiami, o pasyvus rūkymas gali būti net staigios kūdikių mirties sindromo priežastimi.

Sutrikdo pažinimo funkcijas. Pasyvus rūkymas turi neigiamos įtakos vaikams, kai kalbame apie pažinimo funkcijų vystymąsi: cigarečių dūmuose esančios medžiagos veikia nervines ląsteles, dėl to gali sulėtėti vaikų vystymasis. Dėl cigarečių dūmuose esančių smalkių bei kitų toksinų poveikio vaikams, kurie dažnai būna šalia rūkančiųjų, trūksta deguonies. Savaimė suprantama, kad tai turi įtakos jų gebėjimui susikaupti, darbingumui ir mokymosi rezultatams.

Rūkymas mašinoje – neįvertintas pavojus. Dažniausiai prie vaikų rūko tie suaugusieji, kurie patys užaugo tokioje aplinkoje. Tačiau, priešingai nei daugelis mano, su pasyvaus rūkymo problema vaikai dažniausiai susiduria ne tik namuose, bet ir automobilyje, jeigu jame rūko vienas iš tėvų.

Rūkydami žmonės galvoja, kad dūmai greit išsivėdins. Deja, yra ne visai taip. Pirmiausia, kol jūs rūkote, šalia sėdintis spėja prisikvėpuoti dūmų ir juose esančių sveikatai žalingų medžiagų, o kitas aspektas, apie kurį nesusimąstome, yra tas, kad toksiškos medžiagos susigeria į minkštus paviršius – sėdynes, kilimėlius, ir juose išlieka dar kurį laiką.

Nesiryžta vertinti naujovių, eliminuojančių pasyvaus rūkymo sukeltą pavojų aplinkiniams – elektroninių cigarečių ir kaitinamo tabako įrenginių. Anot jos, nors naudojant šias priemones į aplinką nepatenka nuodingi kancerogenai, vis tik dar nėra atlikta pakankami tyrimų, kurie padėtų iš esmės įvertinti šių, gana naujai atsiradusių, produktų poveikį rūkančiajam ir aplinkiniams. Pats efektyviausias būdas išvengti pasyvaus rūkymo žalos ir apsaugoti nuo jos artimuosius – nerūkyti. Mylėkite savo vaikus.

