



Ялта. В окружении цветов



Музы А. П. Чехова:
Лиля Мизинова,
Ольга Книппер,
Лидия Авилова

следствие перепада температур в полости рта. Для всех курящих людей характерно снижение гигиены полости рта, а также высокий риск формирования кератом слизистой оболочки и красной каймы губ, что является предракловым процессом. Кожа курильщика дряблая и морщинистая, что обусловлено разрушением эластина и деградацией коллагенового слоя мягких тканей лица. О какой же красоте может идти речь, когда человек курит?

А.П. Чехов любил не только красиво выглядеть, но и красиво проводить свое свободное время. Постоянными обитателями его дома в Ялте были две таксы, получившие имена по названию двух самых известных лекарств того времени, к которым присовокупились отчества: черненый Бром Исаевич и рыжая Хина Марковна. Он много занимался посадкой молодых саженцев деревьев в своем шикарном саду, выращивал цветы, запах которых так любил.

Какую же чудесную способность — ощущать полноту и прелесть запахов — теряют люди с никотиновой зависимостью! Данную ситуацию прокомментировал отоларинголог, профессор кафедры уха, горла и носа ММА им. И.М. Сеченова В.М. Свиштушкин: "Органы верхних отделов дыхательных путей, а именно полость носа, околоносовые пазухи, глотка, гортань, слуховая труба, ухо сталкиваются с табачным дымом в первую очередь. С этим и связан комплекс проблем, с которым сталкивается курящий больной. Это, в первую очередь, конечно, воспаления: риниты, синуситы, тонзиллиты, фарингиты, ларингиты, евстахииты, средние отиты и так далее. Эти состояния лечатся крайне тяжело, а добиться длительной ремиссии и хорошего эффекта лечения таких заболеваний на фоне продолжающегося курения практически невозможно. Голосовые связки становятся грубыми, а иногда, наоборот, — дряблыми. Они провисают и напоминают "обвисшие паруса". Наполнить такие паруса свежим ветром, свежим здоровьем и тем самым восстановить голосовые связки зачастую можно лишь хирургическим путем".

"Золотая, перламутровая и фиолетовая Лиля... Очаровательная, изумительная, златокудрая... Блондиночка... Ликиша... Адская красавица... Злодейка, кукуруза души моей...", — писал Антон Павлович. Женщины были от него без ума. Брели его приступом. Соблазняли. Интриговали. Заманивали в сети. Пускали под откос собственную жизнь. Безумствовали. Распускали небыллицы. Падали на колени и заламывали руки...

К сожалению, современные курящие дамы и внешне, и внутренне отличаются от тех "фиолетовых" и "перламутровых", которых так боготворил А.П. Чехов.

"Существует огромный перечень неблагоприятных моментов, связанных с курением среди женщин молодого возраста, и самая главная проблема — это рост количества несохраненных беременностей". Это точка зрения акушера-гинеколога, профессора МГМСУ В.Н. Кузьмина. У беременных с никотином ассоциирован высокий риск самопроизвольного выкидыша, внутриутробной гибели и задержки развития плода, опасности преждевременных родов и разрыва плодных оболочек. Не следует забывать и об опасности преждевременного отслоения плаценты, а также влияния никотина на сосудистую систему плода. Никотиновая зависимость приводит к недоразвитию плода и низкой массе тела ребенка при рождении, а кроме того способствует развитию у ребенка бронхиальной астмы. Среди курящих женщин отмечается наиболее высокая частота бесплодия, именно у них раньше наступает менопауза и снижена минеральная плотность костной ткани. Женщины с никотиновой зависимостью имеют высокий риск развития карциномы мочевого пузыря и почек, более того, в последние годы выявлена связь между курением и частотой развития рака шейки матки.

"Вряд ли кроме хронической обструктивной болезни легких (ХОБЛ) найдется еще хотя бы одно хроническое неинфекционное заболевание человека, столь широко распространенное, где в самом определении есть указание на безусловную причинно-следственную связь с курением", — вступает в разговор пульмонолог Государственного института усовершенствования врачей Министерства обороны РФ, профессор А.И. Синопальников. Согласно определению европейского респираторного общества, ХОБЛ — это заболевание, обусловленное патологическим воспалительным "ответом" легких на ингаляционную экспозицию повреждающих частиц или газов и, прежде всего, длительное курение табака. Россия — единственная страна в мире, которая демонстрирует огромный прирост курящих людей, причем еще одно печальное лидерство, от которого хотелось бы поскорее избавиться — это рекрутирование в ряды курящих детей и подростков. Общеизвестно, что легкие начинают функционировать с первым вдохом и максимальные спирометрические характеристики достигаются в возрасте 18–25 лет. Далее ежегодно человек по мере последующего взросления и старения теряет около 20 мл в год от максимальных значений этого параметра. И если бы не другие недуги, если бы не преждевременная смерть от кардио- и цереброваскулярных событий, от злокачественных новообразований и так далее, то малоизмененные

легкие некурящего человека позволяли бы ему дожить до 130–140-летнего возраста. Компоненты табачного дыма существенно ускоряют сроки естественной убыли вентиляционной функции легких, а курильщиком ежегодно теряется от 60 до 80 мл от объема форсированного выдоха. В итоге смерть от дыхательной недостаточности наступает намного раньше, чем у человека, который никогда не курил. Кашель и мокрота при ХОБЛ не вызывают беспокойства у больных. Оно начинается, когда появляются симптомы функциональной несостоятельности легких, прежде всего одышка при привычных физических усилиях. При этом объем форсированного выдоха снижен уже более, чем на 50%. Прогрессирование болезни ведет к инвалидизации и последующей мучительной смерти при явлениях нарастающей дыхательной недостаточности. Единственное мероприятие, способное отдалить перспективу симптоматической стадии болезни, инвалидизации, а уж, тем более, смерти — это своевременный отказ от табакокурения. И чем ранее этот отказ происходит, тем перспективнее пациент для проведения соответствующих терапевтических мероприятий.

На рисунке приведена примерная схема заболевания, которое носит название курение. Об этом и многом другом состоялся разговор в Москве в Парке культуры и отдыха им. М. Горького 3 сентября 2010 г. во время уникальной интерактивной акции — выставки "Лабиринт никотиновой зависимости", организованной при поддержке Министерства спорта, туризма и молодежной политики РФ с участием МГМСУ. На протяжении пяти дней любой желающий, посетив выставку, мог узнать, как навсегда расстаться с сигаретой.

Лабиринт (др.-греч.) — какая-либо структура, состоящая из запутанных путей. Под лабиринтом у древних греков и римлян подразумевалось более или менее обширное пространство, состоящее из многочисленных залов, камер, дворов и переходов, расположенных по сложному и запутанному плану. Издавна лабиринты привлекали людей своей загадочностью и непостижимостью, манили надеждами на преодоление собственных страхов и сомнений. В узком смысле слова лабиринт может представлять тупиковую ситуацию или запутанное дело, из которого очень сложно найти выход. Лабиринты всегда были неотъемлемой частью мифов.

В ходе мероприятия организаторы постарались развенчать все сложившиеся мифы о табакокурении. Была предпринята попытка раскрыть все потайные ходы так называемого "лабиринта никотиновой зависимости", провести через них всех желающих и показать, что даже в тупиковой ситуации можно найти выход.

Чтобы найти верный выход из лабиринта, курильщик должен был изменить свое представление о никотиновой зависимости и понять, что консультация врача и лечение зависимости — единственный верный шаг на пути к выздоровлению.

Для тех, кто принял правильное решение, была предусмотрена возможность получения бесплатной консультации врача-пульмонолога по отказу от курения, возможность узнать возраст своих легких и оценить, насколько курение влияет на организм, а также возможность увидеть свое лицо в старости в случае курения благодаря специальной программе "Старение".

"Общественное мнение склонно винить курильщиков в их зависимости. Курение воспринимается большинством как вредная привычка, отказаться от которой можно усилием воли. Но это миф: в реальности никотиновая зависимость по силе равна героиновой, и курение давно было признано ВОЗ и мировым медицинским сообществом рецидивирующим хроническим заболеванием. Существует только один эффективный способ отказа от курения — консультация врача и лечение", — считает А.Л. Верткин, профессор МГМСУ.

В центральной интерактивной зоне были размещены огромные экраны, на которых транслировались фильмы и телепередачи, посвященные проблеме курения, а также находилась площадка для проведения различных обучающих семинаров как для специалистов в области здравоохранения, так и для простых граждан. В один из дней была проведена пресс-конференция для СМИ, на которой выступили ведущие специалисты и эксперты по борьбе с табакокурением.

Как показали исследования, даже краткая беседа с врачом на 30% увеличивает шансы на успех в попытке бросить курить. "В России курильщики не понимают, что курение — это болезнь, а не привычка, им никто не разъясняет этого. А ведь согласно определению CDC, если человек выкурил минимум 100 сигарет и продолжает курить хотя бы 1 сигарету в несколько дней — это уже активный курильщик, у которого есть заболевание — никотиновая зависимость. Государство инвестирует значительные средства для обеспечения современного лечения сердечно-сосудистых заболеваний, ХОБЛ, но даже самая лучшая терапия может оказаться неэффективной, если пациент продолжает курить. И первый шаг к выздоровлению и отказу от табака — консультация врача. Ведь известно, что своевременный совет врача



Издавна лабиринты привлекали людей своей загадочностью...

Мы хотим найти выход из лабиринта никотиновой зависимости

