

Освободитесь из плена никотина



«БИКФОРДОВ ШНУР»

Большинство людей, не представляющих свою жизнь без сигареты, начали курить в подростковом возрасте. Бернард Шоу недаром сравнивал сигарету с бикфордовым шнуром, на одном конце которого находится огонек, а на другом — дурак. Причины, по которым молодые люди поддаются вредной привычке, никак нельзя назвать объективными: «хотел попробовать», «чем я хуже моих друзей», «хочу быть взрослым» и т.п. Для некурящих подростков, которые видят своих кумиров с сигаретой на экране, шансы стать курильщиком возрастают в 16 раз. При этом молодым людям невдомек,

Курение — одна из наиболее распространенных вредных привычек, наносящих урон как здоровью отдельного человека, так и обществу в целом. Ежегодно от заболеваний, связанных с курением, умирают 5 млн людей. Несмотря на масштабную антитабачную кампанию, каждый день около 100 тыс. подростков во всем мире начинают курить

что подавляющее большинство знаменитостей ведут здоровый образ жизни, а сигарета является для них лишь частью экранного образа.

Курение — одно из самых распространенных и легко нарушаемых табу для бунтующих подростков. Исследование ученых Калифорнийского университета (США) показало, что раздражительные и вспыльчивые люди, как правило, более восприимчивы к действию никотина. Видимо, это во многом объясняет тот факт, почему большинство курильщиков пристрастились к табаку в юношеском возрасте — из-за гормональной перестройки подростки более возбудимы и неуравновешенны.

Бросить курить значительно сложнее, чем начать. Дело в том, что никотин стимулирует синтез нейрого르몬ов. В результате происходит кратковременный выброс эндорфина, который расслабляет и «успокаивает нервы». Очевидно, что курильщик будет стремиться снова и снова испытать это блаженное состояние с помощью следующей дозы никотина.

КУРИТЬ — ЗДОРОВЬЮ ВРЕДИТЬ

К сожалению, практически ни один человек, делая свою первую затяжку, не задумывается над последствиями. Первый удар принимают на себя органы дыхания — одним из наиболее наглядных негативных последствий курения является так называемый кашель курильщика. Постепенно развивается хроническое воспаление верхних дыхательных путей, возрастает риск возникновения сердечно-сосудистых заболеваний, опухолей и др.

Но есть и хорошие новости: после полного отказа от курения организм способен в течение нескольких лет восстановить структуру и функцию большинства пораженных органов. В настоящее время существуют различные методы лечения никотиновой зависимости (гипноз, рефлексотерапия, иглоукалывание, йога и др.), а также лекарственные препараты, помогающие избавиться от пагубной привычки и ее последствий. При этом ведущая роль принадлежит четко сформированному и осознанному намерению бросить курить, желанию прожить долгую и здоровую жизнь.

Курильщикам на заметку: пять аргументов в пользу Флюдитека

- ✓ Одна из характерных особенностей курильщика — мучительный надрывный кашель с вязкой мокротой. «Виновны» в этом раздражающие вещества табачного дыма — они вызывают спазм бронхов и гипертрофию секреторных клеток, которые избыточно выделяют слизь в виде мокроты. Как результат, снижается сопротивляемость легких инфекциям и нарушается механизм регуляции дыхания даже при незначительном стаже курения (0,5–2 года). Справиться с ситуацией поможет современный мукорегулятор Флюдитек. Его успешно применяют у курильщиков, страдающих хроническими заболеваниями дыхательных путей.
- ✓ Флюдитек (действующее вещество — карбоцистеин) — восстанавливает вязкость и эластичность бронхиального секрета, улучшает мукоцилиарный клиренс и способствует выведению мокроты. Применение препарата способствует регенерации слизистой оболочки дыхательных путей, нормализации ее структуры и уменьшению продукции слизи.
- ✓ Флюдитек оказывает противовоспалительное действие, что приводит к уменьшению отека и бронхообструкции. Флюдитек помогает восстановить местный иммунитет (уровень секреторного иммуноглобулина А) слизистой оболочки дыхательных путей.
- ✓ Флюдитек применяют при лечении пациентов с инфекциями верхних дыхательных путей, например, при остром бронхите, обострениях хронических заболеваний дыхательной системы и в комплексной терапии воспалительных заболеваний ЛОР-органов у курильщиков¹.
- ✓ Флюдитек продемонстрировал свою эффективность в терапии хронических воспалительных заболеваний дыхательных путей у курящих подростков².



Информация для специалистов в сфере здравоохранения. Полная информация содержится в инструкции по применению препарата. Приказ МОЗ Украины от 12.07.2013 № 593, П.С. № UA/8082/02.

¹Jin-Ping Zheng, Jian Kang, Shao-Guang Huang et al. Effect of carbocysteine on acute exacerbation of chronic obstructive pulmonary disease (PEACE Study): a randomised placebo-controlled study // The Lancet. — 2008, Vol. 371, Issue 9629, p. 2013–2018.

²Бойкова Н.Э., Тарасова Г.Д. Муколитическая терапия при заболеваниях верхних отделов дыхательного тракта у курящих подростков // Пульмонология детского возраста: проблемы и решения. — 2010, вып.10.