

9 Пятый элемент

Письмо курящей девушке



Федор МАРЬЯСОВ,
Железногорск-10, а/я 1.

Мы продолжаем цикл материалов, посвященных геноциду русской цивилизации, и публикуем сегодня письмо удивительного человека наших дней – Федора Григорьевича Углова, обращенное к каждой молодой девушке и к молодежи в целом. Хотелось бы, чтобы этот материал был вывешен в школах нашего города. Возможно, кому-нибудь из подростков это поможет освободиться (а кого-то уберечь) от липких пут табачного змия.

Федор Григорьевич Углов, выдающийся хирург современности, занесен в Книгу рекордов Гиннеса в качестве старейшего в мире ныне оперирующего хирурга, академик Российской академии медицинских наук, почетный член многих отечественных и зарубежных академий и научных обществ, профессор, доктор медицинских наук, председатель «Петербургского общества хирургов» и «Союза борьбы за народную трезвость». Три года назад Ф.Г. Углов отметил 75-летие своей хирургической деятельности, а 5 октября 2007 года ему исполнится 103 года!!!

«СОТНИ твоих курящих ровесниц я встречаю на улицах. Сотни людей я прооперировал по поводу рака лёгких. И сотням - я не оговорился - сотням вынужден был отказать, поскольку ничего уже нельзя было сделать...

Милая, зачем же ты себя губишь?

- В последние годы на операционные столы поступает очень много женщин-курильщиц. Я тебя не пугаю. Курение - дело «добровольное». Только раз уж ты начала читать моё письмо, позволь высказать своё мнение, чтобы потом твоё отчаяние не разрывало мне сердце. Мнение не только хирурга (к сожалению, не способного наглядно показать тебе на этих страницах раковую опухоль, задушившую лёгкие), но и человека, знающего цену страданиям.

Через мои руки и моё сердце прошли сотни людей, страдающих именно оттого, что не смогли вовремя расстаться с пагубной привычкой. Тяжело узнать, что умирает больная. Ещё тяжелее, когда это твой близкий товарищ...

Нет, я не буду пугать тебя ставшими уже банальными примерами о том, что капля никотина убивает лошадь, - ты не лошадь, ты человек, или что 20 ежедневно выкуриваемых сигарет сокращают жизнь на 8-12 лет; ты молода, и жизнь кажется тебе нескончаемой. По данным английских врачей, каждая выкуриваемая сигарета стоит курильщику 15 минут жизни. Пустяк, если тебе только двадцать. Что тебе от того, что злостные курильщики заболевают раком лёгких в 30 раз чаще, чем некурящие, а причина этого страшного заболевания в 95-98 случаях из 100 - курение. Американские кардиологи приводят такие цифры: средний возраст умерших от сердечных приступов - 67 лет, курильщиков - 47. Тебе только двадцать лет, а до сорока семи ещё... Конечно, тебя это не испугает. И всё-таки...

Боль охватывает мою душу от того, что в студенческом общении девушки собираются покурить и поболтать о будущем замужестве. Я могу допустить, что в твоих планах замужество ещё не просматривается. И потому расскажу тебе о другом.

Курящая девушка – временная забава

- Социологи провели анонимную анкету, в которой спросили: почему вы курите? 60 процентов девушек ответили: это красиво и модно. А 40 процентов курят потому, что хотят нравиться мальчикам. Допустим. Но нелишне знать и мнение мальчиков.

Были опрошены 256 юношей. На вопрос «Хотел бы ты, чтобы твоя жена курила?» - из 256 только двое ответили, что им всё равно. Остальные категорически возразили.

Сигарета в твоих руках - как бы сигнал: ты современна. А значит, и к любви, и к дружбе относишься с немалой долей легкомыслия. Юноши с курящими девушками ведут себя более раскованно, а девушки по своей наивности полагают: они пользуются успехом, вряд ли думая, что представляют собой временную забаву. Да, да, ты, курящая девушка, - временная забава. Мне кажется, что, закурив, ты удешевляешь себя, унижаешь своё достоинство, делаясь не современной в истинном смысле этого слова, а скорее, легкомысленной и более доступной.

Какое будущее тебя ждет

- От курения станет хриплым твой голос, постепенно почернеют, испортятся зубы. Кожа лица приобретёт землистый оттенок.

Резко пострадает твоё обоняние, и ухудшатся вкусовые ощущения. Наверно, ты уже обратила внимание, как часто сплёвывают курильщики. Не знаю, успела ли ты заметить, что изо рта курильщика постоянно идёт запах... Этот запах настолько неприятен - не удивляйся, если кто-то из твоих знакомых парней начнет тебя избегать. Ты будешь просыпаться с горечью во рту и с голо-



вной болью, оттого что всю ночь кашляла. Очень рано кожа твоего лица станет морщинистой и сухой. Женщины-курильщицы в 25 лет выглядят намного старше своих некурящих ровесниц. Вот какова настоящая цена твоего курения! Ты не привлечёшь к себе, а, наоборот, оттолкнёшь любого серьёзного парня.

Чем раньше ты начнёшь курить, тем опасней для тебя воздействие яда табачного дыма. Под влиянием никотина происходит стойкое сужение кровеносных сосудов (содержание в крови кислорода понижается за счёт соединения гемоглобина крови с угарным газом - одним из компонентов табачного дыма). При курении под влиянием высокой температуры из табака выделяется 30 вредных веществ: никотин, сероводород, аммиак, азот, окись углерода и различные эфирные масла. Среди них особенно опасен бензопирен - стопроцентный канцероген («канцер» - по-латыни - «рак»). Возможно, тебя заинтересуют данные американских исследователей. Они обнаружили в табачном дыме значительное количество полония-210, который излучает альфа-частицы. При выкуривании одной пачки сигарет лично ты получишь дозу облучения в

семь раз больше установленной международным соглашением по защите от радиации. Но давай поговорим о другом.

Курение убивает твоего будущего ребенка

- Может, тебе будет интересно узнать: женщины тяжело страдают от курения из-за более нежной структуры организма, который природой предназначен для продолжения рода. Давно известны факты, говорящие о том, что злостные курильщицы не могут родить детей, поскольку произошли глубокие изменения в зародышевом аппарате. Самым частым осложнением, вызванным курением, является преждевременное прерывание беременности - до 36 недель. У курящих оно бывает в два раза чаще.

Тебе не мешает знать, что у курящих женщин намного чаще недоразвитость плода и меньший вес новорождённого (да, новорождённого, твоего ребенка, о котором ты, наверное, не думаешь, но твоё курение скажется на его жизнеспособности). У курящих выше процент мертворождённых детей и чаще патологии при родах. И несомненный факт - курение крайне отрицательно влияет на развитие уже рождённого ребёнка. Сейчас тебе это трудно понять. Но мой опыт подсказывает сотни таких случаев. У курящей женщины незаметно приближается критический момент, после которого она уже не может родить, хотя ради этого готова на всё - на любые операции, на любые жертвы. Ты не будешь исключением: природа создала тебя, чтобы ты была матерью. Поверь мне, сигарета может искалечить твою жизнь. Сначала твою. И, когда тебе докажут, что во всём виновато курение, ты проклянешь и себя, и всю свою жизнь. Подумай о том, что у тебя не будет детей. И муж может тебя оставить. Он уйдёт к менее достойной, чем ты, только лишь из-за права называться отцом. А если ты куришь, будучи беременной, то знай, что экспериментом установлено: стоит беременной закурить, как спустя несколько минут никотин поступает (через

плаценту) в сердце и мозг ещё не родившегося ребёнка. И этим ядом ты невольно травмишь его. И всё время твой ребёнок будет болеть. Его ждут и пневмония, и бронхит. В отчаянии ты будешь искать причины, не зная, что они в тебе.

У курящих матерей сто процентов детей курят. И твой ребёнок, почитающий тебя за самую умную, ласковую, добрую, видя тебя с сигаретой, тоже начнёт курить. А это означает, что ты заранее запрограммировала его на те же мучения, которые ожидают тебя. По данным ВОЗ, 80 процентов курящих детей сохраняют эту вредную привычку, став взрослыми. Уже установлено: если подросток выкурил хотя бы две сигареты, то в 70 случаях из 100 он будет курить всю жизнь. Подумай!

Остановись!.. Пока еще не поздно

- А теперь мне хотелось бы знать, зачем ты куришь. Наверное, думаешь, что выглядишь красивее? Напрасно. Это минутное удовольствие - видеть себя со стороны с сигаретой, зажатой между пальцами. И, пожалуйста, не ссылайся на артистов, которых ты видишь на экранах с сигаретой. Твоё увлечение я бы квалифицировал не как юношескую глупость, а как преступление перед собой. Да, да, ты можешь написать себе памятку в три слова: «Курение - медленное самоубийство». И уже в недалёком будущем убедишься - это именно так. Жаль, что на твоём самом трудном этапе жизни понадобится моя помощь как хирурга... Пока же могу предупредить: курение обречёт тебя на частые болезни. Это и стенокардия, и инфаркт в молодом возрасте, и язва желудка. Среди больных раком желудка 95 процентов курящих. У них в три-четыре раза выше смертность от язвы желудка.

По данным ВОЗ, от причин, связанных с употреблением табака, умирает каждый пятый. Если это применить к нашим условиям, то мы ежегодно теряем пятьсот тысяч человек! В их числе можешь оказаться ты, твой муж, твои дети, друзья и знакомые.

И последнее. Ты скажешь: «Если это так плохо, зачем же продают табачные изделия в таком изобилии?» Организации, стимулирующие табачную промышленность, считают, что получают большую выгоду. Однако это иллюзии. Страна и народ теряют от табака много больше, чем приобретают. Сегодня ВОЗ выступает с лозунгом: «Курение или здоровье? Выбирайте сами!» Я - врач и обязан предложить тебе это же».