



На благо Отечества

# ВОПРОСЫ

г. Саратов, ул. Григорьева, 45

6+

ГАЗЕТА САРАТОВСКОЙ РЕГИОНАЛЬНОЙ ОБЩЕСТВЕННОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕЗВОСТИ И ЗДОРОВЬЯ

№ 212, 23 октября 2012 г.

## ПРАЗДНИК РАДОСТИ ЖИЗНИ И СВОБОДЫ

3 октября – Всемирный день трезвости и борьбы с алкоголизмом

В этот день каждому россиянину есть над чем поразмышлять: трезвеннику следует подумать, как помочь своей стране вернуть славу самой трезвой страны в мире, пьющему – найти причину, как вернуть себе своё природное состояние и не проигрывать своим детям на питейный образ жизни; чиновнику, врачу, учителю – подумать о своей ответственности за людей, для которых они работают....

Проблема алкоголизма в России не просто существует, а является причиной многих бед и тормозом развития России, причиной дебилизации и вымирания населения. Но не каждому, не всегда и не в полной мере ясен масштаб этой беды. И ещё в большей мере неочевидны внутренние корни, скрытые причины этой болезни. Только осознав масштаб алкоголизма в обществе, прочувствовав и осмыслив историю его появления, мы сможем эффективно противостоять этому злу.

Вопреки устоявшимся воззрениям, пьянство в нашей стране не имеет вековых традиций. В Древней Руси и в Московском Царстве употребление алкоголя носило ритуальный характер и использовалось для важных государственных, торжественных, религиозно-политических целей.

Трезвость русского общества отмечали даже иностранцы: «В Московии же нет нигде шинков, и если у какого-нибудь домохозяина найдут хоть каплю вина, то весь его дом разоряется, имущества конфискуются, прислуга и соседи, живущие на этой же улице, наказываются, а сам хозяин навсегда сажается в тюрьму. Так как москвитяне воздерживаются от пьянства, то города их изобилуют прилежными в разных родах мастерами...» (Михалон Литвин).

Такое состояние общества имело место не только в глубокой древности. Ещё в начале XX века российское общество считалось одним из самых трезвых в цивилизованном мире того времени. Меньше чем в России в Европе пили только в Норвегии. Наша страна стояла на предпоследнем месте в мире по душевому потреблению алкоголя в течение трёх столетий с XVII до начала XX века. С началом XX века душевое потребление алкоголя выросло. Было меньше 3-х литров, а к 1914 году достигло нелегального для, так называемой «пьяной царской России», уровня в 4,7 литра.

В России с 1992 года происходит снижение продолжительности жизни и рост преждевременной смертности, которые являются существенными факторами ухудшения демографической ситуации в стране. Смертность в России почти в два раза превышает среднемировую. По общему мнению экспертов, одной из причин этого феномена является сверхвысокое потребление алкоголя в Российской Федерации. По оценкам Всемирной организации здравоохранения, превышение допустимого уровня потребления алкогольной продукции (из расчета 8,0 абсолютного алкоголя в год на душу населения) является крайне опасным для здоровья нации. В России, по официальным данным Роспотребнадзора, количество выпитого алкоголя в год на душу населения составляет 18 литров (с 2009 г.). Столь высокое потребление алкоголя в России приводит к преждевременной, предотвратимой смерти около 500 тысяч человек ежегодно. Это около 30 % смертности мужчин и 15 % женщин. Только личная трезвость каждого может изменить ситуацию в стране и дать шанс нашим детям и внукам быть счастливыми.

Пусть 3 октября станет для каждого праздником радости жизни и радости избавления, радости свободы.

**Наталья КОРОЛЬКОВА,**  
председатель Саратовского общества трезвости и здоровья

## МЫ ДАДИМ ОТПОР, ПОВЕРЬТЕ, СИЛАМ ТЬМЫ, ОДЕТЫМ В «РОЗОВОЕ ПЛАТЬЕ СМЕРТИ»

Молодёжное движение «Трезвый Саратов» и Саратовское общество трезвости и здоровья проводят всеобщую мобилизацию добровольцев для участия в зрелищном театрализованном флэшмобе!

18 ноября, в 14:00, в Международном Дня отказа от курения, на Театральной площади произойдёт масштабная битва добра со злом. Злом, являющимся к женщинам и детям нашей страны в «розовых платьях» модных пачек сигарет с многочисленными добавками и вкусами. А уж о наличии таковых на полках наших магазинов кропотливо заботятся табачные компании. Благодаря такой «заботе» по официальной статистике наибольший рост потребления табака за

5 лет (в 3 раза) отмечен именно среди женщин, детей и подростков! Наша задача – дать отпор тучам табачной тьмы, сгущающимся над нашей страной!

Участников ожидает интереснейшее действо, включающее флэшмоб с раздачей экипировки добровольцам, костюмированных злодеев, массовые игры и лотерею с призами. Всё это будет сопровождаться соответствующей музыкой и выступлениями приглашённых гостей и коллективов! На протяжении

мероприятия будет проводиться сбор подписей в поддержку нового антитабачного законодательства. К слову сказать, его противники – мелкие торговцы, уже собрали 165 000 подписей, дабы иметь возможность продать ещё большее количество ядовитых табачных снарядов.

Приглашаем всех желающих участвовать в этой интереснейшей и полезной акции, сказав таким образом своё твёрдое «ДА» нашему здоровью, нашему чистому и бездымному будущему! Ищи-

## ПРИГЛАШЕНИЕ К КОНКУРСУ

Саратовская региональная общественная организация трезвости и здоровья в рамках проекта «Трезвый путь» объявляет конкурс «Трезвый креатив». Участниками конкурса могут быть дети и молодёжь Саратовской области от 10 до 30 лет (предусмотрены три возрастные градации: 10-12 лет, 13-18 лет, 19-30 лет).

Конкурс проводится с 3 октября по 15 ноября 2012 года. Творческие работы принимаются в Доме трезвости (г. Саратов, ул. Григорьева Е.Ф., д. 45) в рабочие дни с 9 до 18 часов

или присылаются на электронную почту **konkurs@otsar.ru** (копия: **ot45@yandex.ru**).

Конкурс включает следующие номинации, пропагандирующие трезвый и здоровый образ жизни: «Трезвая литература» (рассказы и стихи); «Трезвые песни» (песни и рэп); «Трезвые плакаты»; «Трезвое фото»; «Трезвое видео» (видео-презентации и видеоролики); «Трезвый слоган» (слоганы и кричалки); «Трезвый досуг» (идеи интересных форм проведения трезвого досуга и праздников).

К чему бы здесь этот факт? Да вот почудилось мне, что Табак мстит человеку за эту болезнью. Ну, а если конкретно?

Последние месяцы «табачная» тема приобрела новый импульс в обсуждении в связи с тем, что был опубликован проект Федерального закона «О защите здоровья населения от последствий потребления табака». С интересом ознакомился с основными понятиями (статья 4). Перечислим.

**Потребление табака** – курение табака, жевание, сосание, нюханье, любой иной способ использования табачных изделий.

**Курение табака** – использование табачных изделий с целью вдыхания дыма.

**Последствия потребления табака** – нанесение вреда жизни, здоровью человека и среде его обитания вследствие потребления табака и воздействия табачного дыма.

**Окружающий табачный дым** – табачный дым, содержащийся в атмосферном воздухе того места, в котором осуществляется или осуществляется ранее курение табака, в том числе табачный дым, выдыхаемый лицом, осуществляемым курение табака.

**Закранные помещения** – любые места, имеющие крышу и ограниченные с одной или более сторон стенами, сделанными из любого материала, независимо, временные они или постоянные.

**Табачные компании** – лица, осуществляющие производство, импорт и экспорт табачной продукции (или их аффилированные лица, дочерние и зависимые организации), объединения таких лиц, а также организации, созданные такими лицами. Если коснуться более конкретных мер, которые фи-

## «ТАБАЧНАЯ МОЗАИКА»

Любопытно, что название нашей заметки совпадает с названием болезни листьев табака, вызываемых особым вирусом. И так получилось, что наука вирусология началась именно с открытия вируса болезни табачной мозаики.

гурируют в подзаконных актах, то по отзывам курильщиков они ближе всего подходят по характеру к «драконовским». Ну, например, запрещается курение во всех общественных местах, закрытых помещениях, в несколько раз повышаются цены на табачные изделия и т.д.

Теперь приведём результаты небольшого путешествия по интернету.

Институт законодательства и сравнительного правоведения при Правительстве Российской Федерации жёстко раскритиковал проект закона, упомянутого нами.

Такая позиция вызывает недоумение, поскольку немного ранее тот же орган проект одобрил. Нам представляется, что, почуяв недоброе, активизировались более обычного не только поклонники табачного зелья, но сами табачные компании. Последние и привели в действие своё лобби на всех уровнях госуправления.

Так, в Екатеринбурге была принята «Хартия табачного согласия», как попытка отчаянных курильщиков договориться с некурящими.

В газете «Труд» от 18 сентября 2012 года появились материалы по «круглому столу». Выступили Михаил Боярский, Леонид Рошаль и С. Калашников. Боярский признал курение безусловно вредным, он против того, что бы его дети курили, но и ущемлённым чувствовать себя не пожелал. Он призвал создавать специальные комфортные места для курения.

Л. Рошаль, как детский врач, однозначно выступил против «Хартии». С. Калашников задавал вопрос: за счёт кого будут создаваться комфортные места? Так что счёт 2:1 в пользу некурящих, т.е. за неприятие «Хартии».

В России сейчас курит 60 % мужского населения и около 24 % женского (цифры могут быть заниженными, так как очень уж часто мы видим особой прекрасного пола с сигаретой в зубах). Досадно.

Продолжаем мозаику фактов и мнений. Сигареты отнимают два часа нормально сна. Стефан Корс из Берлинской медицинской школы Шарите (вспоминаем 17 мгновений весны) исследовал более 1000 немцев-курильщиков. 17 % из них спали меньше 6 часов каждую ночь, а 28 % сетовали на то, что сон их очень чуткий («Комсомольская правда», Саратов, от 17 сентября 2012 г.).

Том Хафферман и Теренс О, Нил из Британского университета Нортумбрии отметили значительное ухудшение памяти в результате табакокурения. Это результат спазма сосудов головного мозга («ЛК»).

В журнале «Гастроном» от 8 декабря 2007 года утверждается, что эффективность диет, иглоукалывания, гипноза, препаратов из трав как средств избавления от курения пока не подтверждена.

Здесь же утверждается, что

Работы, присланные на конкурс, будут оценивать сотрудники общества трезвости, активисты молодёжного движения «Трезвый Саратов» и представители организаций-партнёров, а также, при необходимости, приглашённые специалисты. Работы, признанные победителями, будут опубликованы на сайте общества трезвости, а лучшие идеи, рассказы и стихи – печататься на страницах газеты «Вопреки». Авторы лучших работ получат дипломы и грамоты Конкурса. Организации-партнёры могут наградить авторов понравившихся им работ вне зависимости от их экспертной оценки.

главное в преодолении порока – желание, сила воли плюс никотинсодержащие заместительные препараты и антидепрессанты. А вообще диета против курения насчитывает 375 тысяч видов с вариантами (Google).

Наркологи утверждают: кофе плюс никотин – одно из самых опасных сочетаний для здоровья. Кофеин выводит никотин и провоцирует потребление табака.

Около 40 % курильщиков мечтают бросить курить.

Обозревая прессу и интернет по вопросам курения табака, нетрудно заметить, что людям предлагается психофизическая модель здоровья, а это необходимо, но недостаточно.

Без высоких смыслов, без предельных оснований дело не только не продвигается вперёд, но и грозит потерпеть фиаско.

Одним из таких оснований является стремление максимального развития личностных творческих способностей. И с этим посылом связано стремление не казаться (это первый мотив к курению), но быть, т.е. иметь за душой нечто сокровенное и значимое.

Отсутствие в СМИ такого высокого дискурса не значит, что надо прекратить обзоры по табачной тематике. Продолжение следует. До встречи.

**Лев Сергеевич КОЗЛЕНКО,**  
кандидат медицинских наук



те группу Вконтакте (vk.com/pinkdeath64) и на сайтах, приходите 18 ноября сами, приводите друзей и родственников на мероприятие, подобного которому ещё не было на территории нашей страны!

**Алексей МЫЦЫКОВ**

Газета издана на субсидии администрации муниципального образования «Город Саратов» для реализации проекта «Трезвый путь».