



## Женщины и курение: только факты

В последние годы многие мужчины начали задумываться о здоровье и бросать курить. А вот женщины, наоборот, закуривают все чаще и чаще. И дело не только в эмансипации – новый «курящий» образ прекрасному полу чаще всего навязывает реклама.

Для табачных компаний продажа сигарет – только бизнес. Поэтому они активно склоняют пока еще не поголовно курящих женщин к употреблению табака, увеличивая сбыт своей продукции.

Как происходит навязывание табака, и чем грозит ее воздействие для самих покупательниц?

### Несколько примеров

#### Что дает курение?

4000 разнообразных вдыхаемых веществ, снижение благосостояния семьи, ухудшение внешнего вида и рождение нездоровых детей. Вред курения для женщин доказан. Читайте на нашем сайте о том, как вас заставляют покупать табак, и точные факты о вреде курения.

- В Испании в период после 1970 года показатель распространенности курения среди молодых женщин совпал с увеличением объема нацеленной на женщин **телевизионной рекламы** табачных изделий.
- В результате агрессивной рекламной кампании, ориентированной на **женщин и девочек**, доля курящих японок увеличилась с 8,6 процента в 1986 году до 18,2 процента в 1991 году.
- В 2009 году известная табачная компания начала выпуск ароматических сигарет, упакованных в привлекательную для молодых девушек пачку серебристого и ярко-вишневого цветов. Эти сигареты были разработаны **исключительно для пробного предложения в России** по доступной для молодых девушек максимальной розничной цене в 1 доллар США.
- В 2010 году другой крупный игрок на табачном рынке внес изменения в дизайн одной из марок своих сигарет. Новая элегантная упаковка, сочетающая красный, белый и серебристый цвета, была призвана отражать космополитичный стиль и служить **«идеальным модным аксессуаром»**.

### Последствия навязанной рекламой покупки

- **Сердечные приступы** случаются у курильщиц в два раза чаще, чем у некурящих женщин. И в 40 раз чаще у женщин, потребляющих табачные изделия и использующих оральные противозачаточные средства, чем

у женщин, не курящих и не использующих контрацептивные препараты. Это происходит потому, что никотин, сужающий сосуды и увеличивающий риск появления тромбов, действует сильнее из-за гормонов в противозачаточных средствах.

- Курящие женщины подвержены более высокому риску развития **сердечно-сосудистых заболеваний**, чем мужчины. Причины этого пока точно не выяснены, но существуют предположения, что они кроются в негативном воздействии табачного дыма на выработку гормона эстрогена.
- Риск развития **рака легких** в 13 раз выше у курящих женщин, чем у женщин, никогда не бравших в руки сигарету.
- У курящих женщин почти в 13 раз больше шансов умереть от **хронической обструктивной болезни легких** по сравнению с никогда не курившими женщинами.
- Женщины, потребляющие табачные изделия, более подвержены **раку шейки матки**, чем некурящие женщины.
- У курящих женщин уходит больше времени на то, чтобы забеременеть, чем у некурящих женщин. Кроме того, у курильщиц чаще отмечается **бесплодие**.
- Курение во время беременности повышает риск самопроизвольного аборта, **мертворождения**, бесплодия и рождения детей с низким весом, имеющих серьезные отклонения в здоровье.
- У курящих женщин чаще случается **преждевременный климакс**. В среднем климактерический период наступает у курильщиц на 1–2 года раньше, чем у их некурящих сверстниц.
- Курильщицы подвержены большему риску **остеопороза** и переломов бедра, чем некурящие женщины.
- Было установлено, что курение также **вызывает морщины на лице**. Курящие женщины значительно чаще, чем некурящие, страдают от чрезмерной морщинистости лица.

### **Женщины под угрозой**

- **20 процентов** среди более чем миллиарда курящих землян – женщины.
- В развитых странах курильщиц **22 процента**, а в развивающихся – всего девять.
- **В России** курят 24 процента 13-15-летних девочек.

### **Некурящие курильщицы**

- Так как распространенность курения среди мужчин значительно выше, чем среди женщин, женщины серьезно страдают от **пассивного курения**. Они составляют **64 процента** всех умерших от болезней, связанных с пассивным курением.
- Исследование, проведенное в Японии, привело к заключению, что риск развития рака легких у жен заядлых курильщиков почти **в два раза выше**, чем у женщин, чьи мужья не курят.
- Пассивное курение **в детском и подростковом возрасте** может быть причиной нарушения функции легких у девочек.
- Воздействие табачного дыма на беременных женщин является **основной причиной** спонтанных абортов, мертворождения и синдрома внезапной детской смерти (СВДС).

### **Простой вывод**

Привлекательность курения, как правило — результат работы профессиональных рекламистов. Однако курение несет болезни и смерть как самому курильщику, так и его близким. Особенно сильно страдают женщины. Поэтому стоит подумать о том, чем на самом деле оплачивается модная покупка.

Курильщик может позвонить по телефону **8-800-200-0-200** (звонок для жителей России бесплатный), сказать, что ему необходима помощь при отказе от табакокурения, и его переключат на специалистов Консультативного телефонного центра помощи в отказе от потребления табака (КТЦ). Если все специалисты КТЦ в этот момент заняты, его номер телефона будет прислан в КТЦ по электронной почте, и в течение 1–3 дней ему перезвонят.

Обратившимся в КТЦ консультативную помощь оказывают психологи и врачи. Психологи помогают подготовиться ко дню отказа от курения, помогают найти замену ритуалам курения, вместе с обратившимся определяют оптимальные пути преодоления зависимости, поддержат в трудные минуты борьбы с никотиновой зависимостью. Врачи проконсультируют о наиболее эффективных лечебных способах отказа от курения, дадут совет пациентам с различными заболеваниями о том, как лучше подготовиться к отказу от курения с учетом имеющихся проблем со здоровьем.

Иллюстрация: **Missent to Denmark**

© 2013 Министерство здравоохранения Российской Федерации

*Все права на материалы, находящиеся на сайте, охраняются в соответствии с законодательством РФ, в том числе об авторском праве и смежных правах.*