



БЕДЫ НЕ МИНОВАТЬ, ЕСЛИ НЕ ОСТАНОВИТЬ РУКУ ПОДРОСТКА, ТЯНУЩУЮСЯ К СИГАРЕТЕ

С великим уважением относились в родном моем Степанакерте к тете Асе, женщине, повидавшей немало горя на своем веку. С самого детства я помнил ее стоящей за прилавком в крохотном магазине. Она продавала книги. И как-то так повелось, что в нашем небольшом городе детвора прозвала ее по-своему ласково: «тетя Книга». Взрослые говорили иначе: «Ася из «Книги». С сыном тети Аси — Юрой Арутюняном — мы росли вместе. С пятого класса Юру кто-то прозвал Урарту за его любовь к истории древней Армении. А потом слово это сократили, переиначили и Юру перекрестили в Урута. Так он и остался Урутом до сих пор. Относился Урут к своей матери с каким-то благоговением. Достаточно сказать, что при матери не позволял себе курить, хотя курильщиком был заядлым. Ни в двадцать, ни в тридцать, ни в сорок не курил дома при матери. И я видел моего друга курящим в родном доме лишь в день похорон незабвенной тети Книги. Сидел он небритый, как-то сгорбившись, у гроба матери, зажег сигарету, затянулся. И вдруг, словно одумавшись, спешно встал и вышел во двор. Признался мне, тщетно стараясь скрыть нахлынувшие слезы, что не может курить при матери даже после ее смерти. Ему все кажется, что, изменив своему принципу, предаст маму.

О друге я вспомнил недавно, когда в битком набитой пассажиром электричке ехал из Москвы в Рязань. Ехали вместе с бывшим сокурсником Валерием Цукановым на, так сказать, камерный праздник. Исполнилось двадцать лет со дня нашего выпуска. И вот выпускники Рязанского медицинского с двадцатилетним стажем со всех концов страны спешили в родную альма-матер. Сидеть было негде, и мы с Валерием ехали в тамбуре. То и дело из вагона выходили к нам мужчины и лихорадочно курили. Обычное явление. Вряд ли кто всерьез обратит внимание на то, что мужчины, собравшись в кучу в

тамбуре, жадно курят. Но в глаза мне бросились двое: долго-вязый мужчина лет сорока и такой же долговязый, но слиш-ком худощавый юнец. Очень уж походили они друг на друга. И вряд ли кто мог сомневаться, что перед ними отец и сын. Устроившись в углу, отец достал пачку «Явы», вытащил зубами сигарету. Протянул пачку сыну, который уже держал спички наготове. Юнцу было, несмотря на «рослость», не больше че-тырнадцати. Ну, от силы пятнадцать. Отец с сыном курили, выпуская дым друг на друга, и тихо беседовали. Я смотрел на них и невольно вспоминал Урута, который стеснялся курить даже у гроба матери.

Позже, когда электричка прошла Голутвино и в вагоне стали появляться свободные места, мы устроились рядом с ними. В пути сам Бог велит вести беседу с попутчиком. И я справился о возрасте мальчишки. Ему оказалось действительно четырнад-цать. Я довольно осторожно начал разговор о курении. Спро-сил, давно ли сынишка начал курить. Отец поддержал тему (без всяких амбиций: «А твое какое дело?») и сказал, что сам разре-шает курить сыну. Мало того, он, отец, был убежден, что посту-пает, как выразился сам, педагогично. И может, по-своему был прав. Чего, мол, если уж мальчишка начал курить, прятаться по уборным. Тащить из дома когда пачку сигарет, а когда и деньги на курево. Человек считает, что он правильно воспитывает сына. В самом деле, чего играть в прятки, если все равно сам курит. Что же касается вреда курения, то для него, нашего попутчика по электричке, такой проблемы вообще не было. «Сам начал ку-рить еще пацаном. Вредно-то оно, конечно, вредно. Но ниче-го — жив, как видите». Так он говорил. И мы в ответ пожимали плечами. Не будешь же в электричке проводить час санпросвет-работы. Да и смешно курящему человеку как-то походя гово-рить о вреде курения. Сами мы, и я, и Валерий Цуканов, подол-гу курили. Так что очень даже хорошо знали и понимали суть проблемы.

И все же... Подросток курит в присутствии отца. Что бы там ни говорили, есть в этом нечто противоестественное. Тут ведь дело не в том, что отец выбрал, с его точки зрения, на-иболее оптимальный, что ли, путь решения вопроса. Мол, раз сын-подросток уже втянулся в это дело, то чего уж там муд-рить? Дело скорее в том, что отец вольно или невольно при-мирился с самим фактом. Этакая политика свершившегося факта, при котором бесполезно уже садиться за круглый стол. Этакий фатализм. А ведь призадумался, страшно, навер-

ное, сознавать: сыну что-то вредно, а ты спокоен. Мало того, пассивен.

Откуда такое спокойствие у отца курящего подростка? Откуда его равнодушное отношение к нелегкой проблеме? Собственно, существует ли для него сама проблема, если табак не является, в конце концов, цианистым калием? Если человечество курит веками и — ничего? Если государство продает табак в красочных пачках? Если о нем, о куреве, поются прекрасные песни? Если на экране кумир молодежи в самый драматический момент сладостно затягивается и красиво выпускает голубые кольца дыма? Конечно, табак — не цианистый калий, который убивает сразу. И государство вынуждено выпускать его в красочных пачках, что называется, не от хорошей жизни. Все мы знаем, что запреты редко приводили к желаемым результатам. Не совсем верно и требовать от кинематографистов начисто исключить из кинофильма героя с сигаретой в зубах. Даже когда наступит поистине счастливые дни и все мы бросим курить, то и тогда с величайшим удовольствием будем, думаю, слушать легендарную песню великолепной Клавдии Шульженко «Давай закурим...». Трудно себе представить Теркина на привале без того, чтобы знаменитый весельчак и балагур не сворачивал бы сигарку. И вряд ли нормальному человеку в такой момент или в такие моменты в голову придет мысль о вреде курения. Но, глубоко убежден, вряд ли нормальный человек может спокойно смотреть на то, как курит восьмилетний несмышлениш. А ведь курят. И не единички. В брошюре «Профилактика и лечение курения» читаю: «По данным Центрального научно-исследовательского института санитарного просвещения 16,9 процента молодежи начинают курить с восьми-девяти лет». Правда, в таких случаях, видимо, чтобы оправдать наше бездействие и чтобы успокоить самих себя, приводим и другие данные: «За рубежом число курящих детей до десяти лет значительно выше». Словно от этого нам легче.

Итак, курят с восьми-девяти лет. И вообще: по официальным данным, 80 процентов начинают курить в школьном возрасте. То есть курят дети и подростки. Курят мальчики и даже девочки. Курят юноши и девушки. Балуются. Подражают старшим, не ведая, что творят. Не зная, может, о самом главном: детский организм по многим параметрам отличается от организма взрослого. Не догадываясь, что их

ожидает в будущем. Какие недуги, какое несчастье. Да и какой ребенок задумывается над грядущим, пытается заглянуть в будущее?

Не знают, не ведают. Дети, мол. Не правда ли, странная картина получается? Мы обязаны знать нюансы истории древнего мира, запоминать прорву дат и мудреных имен. Но почему-то считаем нормальным то, что школьник не знает толком ничего о вреде курения. Не знает он о том, что в мире около семидесяти видов табака и — один вреднее другого... Да, это не цианистый калий. Но в табаке есть несколько десятков вредных веществ, некоторые из них при большой концентрации опаснее самого страшного яда.

Отец спокойно и с верой в свою правоту предлагает сыну сигарету, не зная, что тот, возможно, окажется в числе тех 83 процента заболевших раком легких, у которых в этиологии отмечается главная причина — курение. И не просто курение. А курение с детства. 83 процента — это страшная цифра. Хотя есть еще, может, страшнее: 95 процентов больных раком губы — это курящие. И опять же — не просто курящие, а те, кто начали «баловаться», «подражать» с детства. Уже не раз писали, что в стране пока, к сожалению, сохраняется дефицит свежих овощей и фруктов. Это значит: в рациональном потребительском бюджете не хватает и витаминов, дефицит которых особенно остро сказывается на неокрепшем еще детском организме. И вряд ли наш попутчик по электричке знал, что каждая выкуренная сыном сигарета нейтрализует в организме подростка двадцать пять миллиграммов витамина С. Такое количество содержится в одном апельсине.

Я не знаю, правильно ли мы делаем, когда все наши силы и средства направляем лишь на реализацию известной формулы поэта: «Курить бросим — яд в папиросе». То и дело в печати появляются сообщения о каких-то эликсирах, применение которых вызывает идиосинкразию к табаку. О новых, относительно безвредных сигаретах. Предлагаются методы и средства борьбы с курением. Тут и немедикаментозные, и медикаментозные. И психотерапия. И гипноз. И такие сомнительные советы, как «строго контролировать число выкуренных сигарет за день и по возможности курить меньше день ото дня», или «курить, не торопясь... курить более дорогие сигареты, содержащие меньше никотина...». И, сказывают, добиваются успеха. Кое-кто бросает, внемля голосу разума, вредное занятие. Только вот есть и другая статистика. Растет с каждым годом

потребление табака на душу населения. И в первую голову растет число курящих подростков.

Не всегда удается получить точные данные о числе курящих школьников. Опросы социологов рассчитаны на честное признание опрашиваемого. А тут многие дети, из боязни быть наказанными, молчат. Мы только знаем, что опасная болезнь (именно болезнь) широко распространена среди школьников. Знаем по косвенным данным. Спустя годы взрослые рассказывают, когда начали курить. Кое-что можно узнать по числу курящих первокурсников вузов. Вчерашний школьник, став студентом, вмиг уже чувствует себя повзрослевшим. Хотя в физиологическом отношении подчас он все тот же подросток.

Опросы студентов показывают, что эти великовозрастные уже люди, некоторые из них успели обзавестись семьей, понятия не имеют, ничего толком не знают о вреде курения.

Грешен, сам курил. Курил на флоте. Курил студентом. Курил долгие годы пребывания на Крайнем Севере. Трудное это дело — бросить курить. Сам испытал. Может, поэтому я не могу позволить себе тоном, не терпящим возражения, советовать своим пациентам взять и с завтрашнего дня бросить курить. Мало того, изучая проблему, собрав большое количество материала о самой проблеме, пришел к печальному выводу: никому не известны надежные средства, с помощью которых можно бросить курить. Кроме, пожалуй, одного-единственного — воли. И наблюдения показывают, что многие под конец (жизни) все-таки бросают. Жизнь сама заставляет. Иногда это бывает, увы, слишком поздно. Оказывается, безвозвратно угробил свое здоровье. Бросать, конечно, никогда не поздно и всегда полезно, но какая может быть радость от этого, если тебе известно, что курят иногда восьмилетние. Государство тратит миллиарды на оздоровление детского населения. Мы же в это время закрываем глаза на эпидемию, порожденную табаком. Порой наивными выглядят всякие там плакаты, призывающие курить в положенном месте, или даже приказ по Гражданской авиации, запрещающий курить в самолете независимо от продолжительности полета. Меры, конечно, верные, справедливые... Но, повторяю, порой они кажутся наивными, когда знаешь, что в это же время в миллионах домов миллионы родителей курят в присутствии детей. И тут дело уже не в том, что в таких случаях дети слишком рано приобщаются к курению. Есть, кстати, и на этот счет тревожные цифры. Дело в здоровье самих малышей.

Подумаешь: там, в самолете, на протяжении нескольких часов тот же родитель сумел пересилить себя и вытерпеть. А тут ведь дома — каждый день, каждый час. Все без исключения дети курящих родителей являются «пассивными курильщиками». Да, есть и такой термин. И немудрено. Лишь четвертая часть никотина проникает непосредственно в легкие курильщика. Остальная попадает с дымом в окружающую среду. Беспристрастная статистика выявила повышение показателей различных заболеваний у детей, чьи родители курят. И уж если в довершение ко всему такие дети сами начинают курить, то тут прямо-таки беды не миновать. Впоследствии им избавляться от недуга бывает очень тяжело. И не только это... Когда медики называют десятки заболеваний, одной из главных причин возникновения которых является курение, то речь, как правило, заходит и о самих больных, о тех, кто вырос в семье курящих и кто рано сам приистрастился к сигарете.

Наверное, не все знают, что в наши дни количество курящих взрослых мужчин примерно такое же, как и в тридцатые и сороковые годы. Однако за это время производство табака в стране (не считая импортных закупок) выросло в четыре (!) раза. Значит, по крайней мере во столько же раз выросло число курящих. Специалисты считают, что такой скачок, как это ни тяжело признаваться, произошел за счет увеличения числа курящих детей, подростков и женщин.

Легче всего, наверное, обвинять самого Колумба, который якобы завез табак из Нового Света в Старый. Как легче всего судить печально известного французского посла в Португалии Жана Нико, который якобы впервые посадил табак в Европе, не подозревая, что именем его назовут одно из самых ядовитых веществ — «никотин». Куда труднее по-настоящему бороться со злом, действовать. Мы все хотим, чтобы дети не приистрастились к сигарете, которая непременно нанесет ощутимый ущерб здоровью и интеллекту. Но одного хотения ведь мало. Гёте предупреждал: «Хотеть недостаточно, надо действовать».

И надо не обходиться временными кампаниями.

Против курения боролись, пожалуй, с первого же дня, как табак завезли в Европу. В Англии курящим отрубали головы. Папа Урбан VI пристрастившихся к табаку отлучал от церкви. При царе Алексее Михайловиче курящих ссылали в Сибирь, а за продажу табака грозила смертная казнь. Перечень методов и средств борьбы против курения можно продолжить. В раз-

ных странах они были разные. В одних случаях жестокие, в других наивные. Но, как утверждают специалисты из Всемирной организации здравоохранения, наибольших успехов можно добиться лишь там, где борьба ведется на основании не только разработанной государственной программы, но программы действенной. Есть и у нас программа. Ее разработали Академия педагогических наук СССР, Министерство просвещения СССР, Министерство высшего и среднего образования СССР. Но, судя по всему, она существует лишь на бумаге. Известно, любое предписание, если оно не приводит к действию, остается всего лишь бумагой. А беду предупредить можно лишь действием.