

## Курение табака как наркотическое пристрастие

В настоящее время уже не возникает сомнения в том, что смолы табачного дыма провоцируют онкологические заболевания, и прежде всего рак легких. Известно также, что смолы табака — не единственное из опасных для жизни веществ, вдыхаемых в процессе курения.

Еще недавно в табачном дыме насчитывали 500, затем 1000 компонентов. Согласно современным данным, количество этих компонентов составляет 4720, в том числе наиболее ядовитых — около 200.

Эти тысячи химических веществ представлены в табачном дыме в виде частичек (смола, никотин, бензпирен и др.) и газов (оксид углерода, аммоний, диметилнитрозоамин, формальдегид, цианид водорода, акролеин и др.). Большинство этих веществ обладает явно выраженными раздражающими свойствами, а примерно 60 — известные или предполагаемые канцерогенные вещества.

Если привычка к табаку, а тем более химическая зависимость от него возникает из-за воздействия никотина на мозг, то причиной большинства серьезных болезней (зачастую со смертельным исходом) являются табачные смолы, парализующие очистительные процессы в легких, снижающие иммунитет, вызывающие рак и другие заболевания легких.

Никотин — один из самых сильных ядов растительного происхождения. Птицы погибают, если к их клюву поднести стеклянную палочку, смоченную никотином; кролик погибает от 1/4 капли, собака — от 4. Для человека смертельная доза — 2 — 3 капли; это примерно 20 — 25 сигарет. Курильщик не погибает потому, что эта доза никотина вводится постепенно (в течение суток), а не в один прием, а также в результате частичной нейтрализации яда формальдегидом табачных смол.

Необходимо заметить, что курение существует в двух совершенно различных клинических разновидностях: в виде привычки к курению и в виде табачной зависимости. Во втором варианте (назовем его «жажда») у курящего возникает патологическое, болезненное влечение к табаку, а в первом оно не формируется. Из-за того что внешние признаки пристрастия к табаку у всех курящих одинаковы (систематичность курения, постепенный рост числа выкуриваемых в день сигарет, влечение к запаху табачного дыма), различие двух разновидностей курильщиков удастся установить только при их попытке бросить курить. Те, кто курит лишь в силу привычки, могут стать некурящими совершенно безболезненно, без всякой медицинской помощи и со временем вообще забывают, что дурили. А те, у которых сформировалась табачная зависимость, при всем желании не могут навсегда отказаться от курения, даже если первые дни без табака у них проходят относительно благополучно. Иногда и после длительного перерыва (в несколько месяцев и даже лет) у них наступает рецидив. Это означает, что курение оставило глубокий след в механизмах памяти, мышления, настроения и обменных процессах организма.

Согласно имеющимся данным, из 100 систематически курящих только семь курят в результате привычки, остальные 93 больны — они стали носителями табачной зависимости, для которой (как и для любого другого вида наркомании) характерно патологическое влечение к курению, причем на мыслительном уровне, на уровне психических процессов.