

# Odstaw papierosy! Dziś Dzień Bez Papierosa

Data publikacji: 31.05.2015 9:55

Kampanie reklamowe koncernów nikotynowych przekonują, że palenie jest oznaką buntu, przynależności społecznej, luzu, że jest sexy, że pomaga się zrelaksować?. To wszystko sprawia, że wielu wpada w szpony nałogu, nałogu, z którego ciężko wyjść, gdyż w 90% stanowi uzależnienie psychiczne, emocjonalne, behawioralne.

□

Kiedyś amerykańscy gwiazdorzycy przekonywali, że palenie wychodzi na zdrowie. Kino hollywoodzkie i kult gwiazd ekranu (np. John Wayne) przyczyniły się do wizerunku twardego mężczyzny, którego nieodłącznym atrybutem jest papieros. Nie inaczej z rolami kobiecymi – palenie papierosów przez gwiazdy w filmach jest stylowe, piękne, wręcz olśniewające i ma często erotyczny wydźwięk. Dość przypomnieć, że w słynnym „Nagim instynkcie” postać grana przez Sharon Stone pali papierosa, również w tej najbardziej znanej i najbardziej kontrowersyjnej scenie filmu.

Dlatego tak trudno palaczom zerwać z nałogiem – palenie jako coś pożądanego ukształtowane zostało dawno i jest podtrzymywane przez kulturę masową. Do nałogowców nie przemawiają więc za bardzo kampanie zdrowotne ani dolegliwości finansowe – to zmiana myślenia, zmiana kliszy odcisniętej przez kulturę jest warunkiem skutecznego rzucenia palenia.

Dziś (31 maja) "Światowy dzień bez Papierosa". Ustanowiony został przez światową Organizację Zdrowia (WHO) w 1987 roku. Z tej okazji warto zastanowić się nad tym, dlaczego w ogóle palimy i jaką wolność dają nam papierosy, skoro nie jesteśmy w stanie wytrzymać bez nich dnia? Warto może wykorzystać tę okazję, by zamiast „fajki” zapalić w sobie ostrzegawczą lampkę i zerwać z nałogiem?

Tegoroczny „Dzień bez papierosa” przebiega pod hasłem: „Stop nielegalnemu obrotowi wyrobami tytoniowymi”. WHO pragnie zwrócić uwagę na zagrożenie jakie niesie nielegalny handel papierosami. Szacuje się, iż w Europie nielegalny rynek wyrobami tytoniowymi stanowi 6-10%. Biorąc pod uwagę dostępność ekonomiczną wyrobów tytoniowych, ograniczenie dostępności tanich papierosów pochodzących z nielegalnych źródeł, ma ogromne znaczenie dla zdrowia publicznego. Wyeliminowanie lub ograniczenie nielegalnego handlu będzie powodowało zmniejszenie liczby osób palących papierosy, a co za tym idzie – zmniejszy liczbę zachorowań na choroby odtytoniowe oraz ograniczy liczbę zgonów.

vdka