# «У меня не будет ни спичек, ни рака лёгких»

Международный день отказа от курения отмечается ежегодно в третий четверг ноября. К сожалению, не все понимают важность проведения таких акций, но я думаю, что это объяснимо. Многие знают, насколько вредно курение табака, но не бросают. Причины бывают разные: поднятие престижа в определенном кругу лиц, похудение, снятие стресса. Некоторые люди просто не знают, что скрывается за набитой табаком палочкой. Однако курение наносит непоправимый вред здоровью, который может проявиться только спустя долгие годы вдыхания в себя никотина.   
В одной сигарете содержится большое количество канцерогенов (вирусов, вызывающих рак), поэтому по статистике среди курящих число смертей выше, чем среди некурящих. Из заболеваний не только рак легких, пищевода, ишемическая болезнь сердца, но и другие злокачественные опухоли. Курение плохо влияет на здоровье самого курильщика, и на здоровье тех, кто окружает его.   
В прочем, чтобы в организм поступал никотин, необязательно курить обычные сигареты. Век технологий предоставил нашему миру аналог – электронные сигареты, которые, вроде как, менее вредны для здоровья. В США вейп стал причиной смерти около 30 подростков. Поэтому у нас стараются что-то сделать, дабы предотвратить события в Америке. Есть предложения приравнять электронные сигареты к обычным, запретить курить их в общественных местах.   
Проведя анонимный опрос в группе газеты «Вестник Чернушки» в социальной сети ВКонтакте, я увидела, что статистика подтверждает мои слова о том, что есть те, кто знает о вреде курения, но не бросают (примерно 32%). Тогда возникает вопрос: почему же? Может, это люди, которые просто пробуют? Как говорится: в жизни надо попробовать все. А может те, у кого слабая сила воли? Или человек хочет стать авторитетом в своем кругу общения. Тогда, конечно, такой авторитет ставится под сомнение. Так, например, Алиса (имя изменено), 15 лет, говорит: «Я отношусь нейтрально. Это выбор человека. Вот я выбрала курить, и я буду курить. И ничем тут не поможешь, потому что если человек не хочет бросать, то он не будет этого делать, как его ни заставляй».  
Есть и такие люди, которые не знают о вреде сигарет, при этом либо курят (около 1%), либо нет (около 22%), что похвально, однако надолго ли? Знания предостерегают нас от ошибок. Правда, многие люди действуют по принципу: пока сам шишек не набью – не поверю.   
В этом опросе самым радостным для меня, как для человека, освещающего тему отказа от курения, было почти 46% тех людей, которые знают о вреде и не курят. Я, честно, горжусь вами! Именно благодаря этому результату можно понять, насколько важно говорить взрослым и детям о вреде в школах и колледжах. Однако власти тоже не сидят на месте и в 2021 году в действие должен вступить закон об административной ответственности родителей курящих несовершеннолетних детей.  
В завершение вот вам несколько мнений от разных людей, которым я задавала один и тот же вопрос:

***-Как вы относитесь к курению и борьбе с ним?***

-Отношусь нейтрально. Мне кажется, это выбор каждого человека. Борьба…ну а смысл с этим бороться? Люди если хотят, то все равно будут курить. *Вячеслав Безматерных, 17 лет, ученик 11 класса*-К курению отношусь отрицательно. Бороться с ним нужно. Сама никогда даже не пробовала и много слышала о вреде курения, поэтому считаю, что это очень негативная вредная привычка. С этим нужно бороться.  
*Елен Мелькова, 44 года, учитель обществознания и истории*

-Естественно я отрицательно отношусь к курению. Курить плохо и вредно. Бороться невозможно, если человек сам не захочет. Кто раньше начинает курить, тот заканчивает хуже, потому что курит до последнего. Я, как преподаватель вокала, знаю, насколько существенен вред сигарет не только для легких и всего организма, но и для связок. Все эти смолы оседают на легких, и дыхательная система не может нормально функционировать, начинается кашель. Связки садятся, рвутся и голос понижается. Я думаю, некоторые начинаю курить потому, что им кажется, что их голос становится более красивым, бархатным, роковым. Но все это временно. Со временем все это курение придет и ударит по здоровью. Да и на самом же деле вредно. Я же жить хочу! Любить себя надо!  
*Евгения Бобылева, 46 лет, учитель вокала и скрипки*

-К курению никак не отношусь, а бороться с ним бесполезно, потому что человек должен сам понять, что курить вредно. И понять не через аппреты и страшные картинки на пачках, а через себя.  
*Николай Фролов, 59 лет, инженер-наладчик*

Ангелина Фролова