

Παθητικό Κάπνισμα

● Του ΦΙΛΙΠΠΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑΔΗ
Υγειονομικού Επιθεωρητή



Παθητικό κάπνισμα είναι η εισπνοή καπνού από καπνικά προϊόντα χωρίς τη θέληση, με τους παθητικούς καπνιστές να γίνονται θύματα των ενεργητικών καπνιστών, αυτών δηλαδή που προβαίνουν στην πράξη του καπνίσματος. Όμως για δούμε το θέμα στη σωστή του διάσταση θα πρέπει να πούμε ότι και οι ίδιοι οι ενεργητικοί καπνιστές αποτελούν θύματα, θύματα μιας κουλτούρας που αποτυγχάνει να ευαισθητοποιήσει επαρκώς για το βλαβερό του καπνίσματος αλλά και θύματα του εαυτού τους. Θύματα του εαυτού τους γιατί όταν ξεκινούσαν το κάπνισμα έπεφταν στην παγίδα μιας πράξης που φάνταζε σαν «μαγκιά» ενώ στην πραγματικότητα δεν αποτελούσε επιβεβαίωση του εαυτού τους αλλά ήταν απλά μια βλαβερή μετάθεση της εσωτερικής αναστάτωσης ή σύγκρουσής τους σε μια πράξη που δίνει την ψευδαίσθηση της απελευθέρωσης από τη συσσωρευμένη εσωτερική ένταση.

Οι παλαιότεροι θα θυμούνται εποχές τόσο αθώες για το κάπνισμα όπου το ίδιο το κράτος χάριζε στους εθνοφρουρούς τσιγάρα. Σιγά σιγά όμως τα επιστημονικά στοιχεία ήρθαν για να αποδείξουν την ατράνταχτη ενοχή του καπνίσματος. Πια έχει απαγορευθεί η

διαφήμιση των καπνικών προϊόντων και περιορισθεί το ελεύθερο κάπνισμα. Πολλά είναι τα επιστημονικά στοιχεία για το βλαβερό του καπνίσματος που θα πρέπει ο καθένας μας γνωρίζοντας τα να τους δίνει την πρέπουσα σημασία. Θα παραθέσω στη συνέχεια μόνο μερικά:

- Οι αρνητικές επιδράσεις του καπνού στους παθητικούς καπνιστές είναι ίδιες με αυτές στους ενεργητικούς καπνιστές.

- Τριάντα λεπτά παθητικού καπνίσματος κάνει τα θρομβοκύτταρα στο αίμα τόσο ενεργοποιημένα όσο και στο αίμα ενός καπνιστή που καπνίζει ένα πακέτο τσιγάρα την ημέρα. Αυτά τα ενεργοποιημένα θρομβοκύτταρα προκαλούν βλάβες στις αρτηρίες που μπορούν να οδηγήσουν καρδιακά ή εγκεφαλικά επεισόδια (www.cancer.org).

- Μια μελέτη στο Ηνωμένο Βασίλειο το 2000 από την ASH-UK υπολόγισε ότι περίπου 600 περιπτώσεις θανάτων από καρκίνο του πνεύμονος και μέχρι 12,000 περιπτώσεις καρδιακών νοσημάτων τον χρόνο σε μη καπνιστές οφείλονται στο παθητικό κάπνισμα.

- Μη καπνιστές που εκτίθενται σε καπνό τσιγάρου στο σπίτι έχουν ένα κατά 25% αυξημένο κίνδυνο καρδιακού νοσήματος. Αν η έκθεση στον καπνό γίνεται και στον χώρο της εργασίας τότε ο κίνδυνος υπερδιπλασιάζεται (www.ensp.org).

- Ο καπνός του τσιγάρου περιέχει περισσότερο από 4,000 τοξικά χημικά εκ των οποίων τουλάχιστον τα 60 είναι καρκινογόνα ή ύποπτα ως καρκινογόνα. Ο καπνός του τσιγάρου περιέχει και μεγάλες ποσότητες του πολύ το-



ξικού μονοξειδίου του άνθρακα.

- Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας υπολογίζει ότι σχεδόν τα μισά από τα παιδιά στη γη αναπνέουν αέρα μολυσμένο από καπνό τσιγάρων. Παιδιά που υποκείνται σε παθητικό κάπνισμα διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο εμφάνισης βρογχίτιδας, πνευμονίας, άσθματος και παθήσεων των αυτιών. Τα δε βρέφη αντιμετωπίζουν αυξημένο κίνδυνο θανάτου από το σύνδρομο του ξαφνικού βρεφικού θανάτου (SIDS).

- Εγκυμονούσες γυναίκες που εκτίθενται σε καπνό τσιγάρου μπορούν να παρουσιάσουν προβλήματα στην κανονική ανάπτυ-

ξη του εμβρύου.

- Ο καπνός του τσιγάρου επικαθεται πάνω στα έπιπλα, τις κουρτίνες κ.τ.λ. και παραμένει εκεί για πολύ καιρό όσο καλός και αν είναι ο εξαερισμός του χώρου. Μαζί με αυτόν μένουν και οι τοξικές ουσίες του καπνού.

Μέτρα κατά του καπνίσματος λαμβάνονται παντού αλλά η αυστηρότητα αυτών διαφέρει από χώρα σε χώρα. Εντός της Ευρωπαϊκής Ένωσης δεν υπάρχει νομοθεσία που να δεσμεύει όλα τα κράτη-μέλη όπως απαγορεύουν ή περιορίζουν το κάπνισμα στα κέντρα αναψυχής (εστιατόρια, μπαρ κτλ) αλλά διάφορες Οδη-

Παθητικό Κάπνισμα

γίες και Ψηφίσματα καλούν τα κράτη μέλη να εφαρμόσουν αποτελεσματικά μέτρα για την εξασφάλιση προστασίας από την έκθεση στο παθητικό κάπνισμα σε εσωτερικούς χώρους εργασίας, σε κλειστούς δημόσιους χώρους και στις δημόσιες συγκοινωνίες, μέτρα τα οποία στην Κύπρο εφαρμόζονται βάσει εθνικής νομοθεσίας. Στον χώρο εργασίας ο εργοδότης είναι υποχρεωμένος να διασφαλίζει τα δικαιώμα του εργαζόμενου να προφυλάσσει την υγεία του από το βλαβερό του καπνού.

όλα τα κράτη-μέλη και μετά να ληφθούν δεσμευτικές αποφάσεις, που θα λαμβάνουν υπόψη και τις εθνικές περιστάσεις και τις πολιτιστικές διαφορές. Ένα από τα θέματα που φαίνεται να αποτελεί πιο περίπλοκο πρόβλημα είναι η πλήρης απαγόρευση του καπνίσματος στα κέντρα αναψυχής (εστιατόρια, μπαρ κ.τ.λ). Εδώ πιθανό να δοθεί εξαίρεση ώστε αντί της πλήρους απαγόρευσης να εφαρμόζονται άλλες ελάχιστες απαιτήσεις. Στην Κύπρο η εθνική νομοθεσία απαιτεί

συχνά δεν πληρούν τα πρότυπα που ορίζονται από το τη νομοθεσία (Wong S (2004) Results of the Designated Smoking Room (DSR) Air Flow Compliance Checks in York Region February - April 2003. Presentation, 11th April 2003). Επιπλέον, θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη και η υγεία των εργαζομένων στα κέντρα αναψυχής, οι οποίοι εκτίθενται καθημερινά σε ψηλές συγκεντρώσεις ρύπων από καπνό τσιγάρου. Ουσιαστικά το μέτρο του διαχωρισμού των κέντρων αναψυχής σε χώρους καπνιστών και μη καπνιστών δεν αποτελεί τίποτε άλλο παρά ημίμετρο και το μόνο μέτρο που θα έχει ικανοποιητικό αποτέλεσμα είναι η απόλυτη απαγόρευση. Ενισχυτικό στην άποψη αυτή είναι και το γεγονός ότι μια νομοθεσία πλήρους απαγόρευσης είναι πολύ πιο εύκολα εφαρμόσιμη και απαλλάσσει τόσο τους υπεύθυνους των επιχειρήσεων όσο και τους λειτουργούς του κράτους από δυσκολες και περίπλοκες καταστάσεις. Σε χώρες όπως η Ιρλανδία, η Νορβηγία και η Σουηδία εδώ και ήδη 3-4 χρόνια έχει απαγορευθεί στα κέντρα αναψυχής τελείως το κάπνισμα, με πολύ θετικά αποτελέσματα. Μάλιστα έρευνες έχουν δείξει πως το μέτρο αυτό βοήθησε πολλούς καπνιστές να σταματήσουν το κάπνισμα. Επίσης, μελέτες έχουν δείξει ότι η απαγόρευση του καπνίσματος σε εστιατόρια και μπαρ δεν έχει αρνητική επίδραση στην κερδοφορία των επιχειρήσεων αυτών (www.otc.ie/article.asp?article+192).

Η έλλειψη κατανόησης ή εκτίμησης των συνεπειών που έχει το παθητικό κάπνισμα στην ανθρώπινη υγεία είναι ένας από τους βασικούς λόγους για την αδιαφορία που επιδεικνύει μεγάλο μέρος του πληθυσμού (παθητικοί και ενεργητικοί καπνιστές). Είναι ακόμη



Η Ευρωπαϊκή Κοινότητα με την «Πράσινη Βίβλο για μια Ευρώπη απαλλαγμένη από το κάπνισμα: στρατηγικές επιλογές σε επίπεδο ΕΕ» που εξέδωσε το 2007 αναπτύσσει πρωτοβουλία για την απαγόρευση του καπνίσματος τολμώντας να προτείνει ότι «Η πιο ολοκληρωμένη προσέγγιση θα ήταν να προταθεί πλήρης απαγόρευση του καπνίσματος σε όλους τους κλειστούς ή σχεδόν κλειστούς χώρους εργασίας και δημόσιους χώρους, συμπεριλαμβανομένων των δημόσιων συγκοινωνιών». Ωστόσο το όλο θέμα αναμένεται να μελετηθεί και σχολιασθεί πρώτα από

όπως τα κέντρα αναψυχής έχουν «ειδικά διαρρυθμισμένο χώρο για καπνιστές» που να διαθέτει επαρκές σύστημα εξαερισμού. Όμως στα κέντρα αναψυχής που δεν διαθέτουν ξεχωριστά δωμάτια (όπως στις πλείστες περιπτώσεις) ο διαχωρισμός δύναται να γίνεται με μια νοητή γραμμή χωρίς να απαιτείται ο οποιοσδήποτε φυσικός χωρισμός. Είναι αποδεδειγμένο ότι ο εσωτερικός αέρας στα διάφορα κέντρα αναψυχής έχει τις υψηλότερες συγκεντρώσεις σε ρύπους από τον καπνό τσιγάρου και παράλληλα τα στοιχεία δείχνουν ότι, όπου χρησιμοποιούνται συστήματα αερισμού,



πραγματικότητα ότι το ευρύ κοινό χρειάζεται περισσότερη διαφώτιση. Σύμφωνα με τον Δρ Thomas Glynn, του «American Cancer Society», οι χώρες που έχουν επιδείξει τη μεγαλύτερη πρόοδο όσον αφορά τη χρήση καπνικών προϊόντων είναι αυτές που έχουν επιτύχει στο να δημιουργήσουν ευρεία δημόσια ανησυχία για τους κινδύνους του παθητικού καπνίσματος. Η ευθύνη βαραίνει όχι μόνο το κράτος και τα σχολεία, αλλά και τους μη κρατικούς οργανισμούς που παίζουν σημαντικό ρόλο στην ευαισθητοποίηση του κοινού. Τεράστια ευθύνη φέρουν

και οι γονείς που επιδεικνύουν αδιαφορία ή σε πολλές περιπτώσεις δίνουν το κακό παράδειγμα με το να καπνίζουν μπροστά στα παιδιά τους. Εκτός από τη διαφώτιση και την απαγόρευση του καπνίσματος στα κέντρα αναψυχής, είναι αποδεδειγμένο ότι σημαντική συμβολή στον αγώνα εναντίον του καπνίσματος έχουν οι αυξήσεις στις τιμές των καπνικών προϊόντων και η διευκόλυνση των καπνιστών στο να έχουν πρόσβαση στη θεραπεία.

Ο αγώνας εναντίον του καπνίσματος μπορεί να είναι ακόμη σκληρός αλλά τα μηνύματα είναι πολύ αισιόδοξα για τη συνέχεια.

Σύμφωνα με στοιχεία της Επιτροπής των Ευρωπαϊκών Κοινοτήτων σχεδόν το 70% των πολιτών της Ευρωπαϊκής Ένωσης δεν καπνίζει και σύμφωνα με μελέτες οι περισσότεροι καπνιστές θέλουν να σταματήσουν το κάπνισμα. Οι πολίτες και όλοι οι αρμόδιοι φορείς έχουν μπροστά τους μια χρυσή ευκαιρία να εκμεταλλευτούν τα σημερινά δεδομένα σπρώχνοντας την κοινωνία προς τις συντεταγμένες ενός καθαρότερου μέχρι και τελειώς απαλλαγμένου από καπνό τσιγάρων αέρα εσωτερικών χώρων και της συνολικής μείωσης της χρήσης καπνικών προϊόντων. ■