

Профилактика курения



Профилактика курения является самым важным моментом в деле борьбы с никотиновой зависимостью. Потому что, гораздо проще убедить человека не начинать курить, чем отучить заядлого курильщика от вредной привычки. И чем раньше начать профилактику, тем выше будет ее эффективность. И конечно же мероприятия по профилактике курения не должны проводиться для «галочки», а вестись регулярно, и необходимо такие занятия проводить уже с детского сада, а далее в школах. Ведь известно, что формироваться жизненные ценности начинают в раннем детстве.

На сегодняшний день, лично я не вижу какой-нибудь масштабной профилактики на уровне государства. Почему-то в стороне радио, телевидение. Появляются очень редкие статьи в прессе. И наоборот, в подростковых сериалах полно сцен курения. Вот вроде бы уже приняли новый закон о курении, который уже вступает в силу с 1 июня, символически с Дня защиты детей, а что-то не видно пока изменений в этом направлении. Хотя я не совсем прав, принятие закона – это уже часть глобальной профилактики курения по всей стране. Но проект рассматривался и проходил различные одобрения, дополнения больше года. Но ведь можно было параллельно начать масштабные профилактические мероприятия, для этого не надо ждать принятия закона, который нужен для запретов и ограничений курения в различных общественных местах. Почему бы не создать художественный фильм (хотя бы один) на данную тему, в роли продюсера которого выступило бы государство. Почему не написать книгу на эту тему. Хотя мне могут возразить, что таких книг не мало. Да, такие книги есть, но нет такой книги для детей и подростков, чтобы им было понятно, что курение это не только вредно, но еще и не модно.

И очень большая роль в деле профилактики курения должна лежать на родителях. Ведь сколько бы ребенку не читали лекций, не говорили о вреде курения, если в семье есть курящие родители, то ни какие правильные слова не смогут оказать на ребенка должного воздействия, т.к. родители для него являются примером. К тому в квартире курящих родителей на ребенка оказывает влияние вред пассивного курения. К сожалению, сегодня не редкость увидеть курящих детей.

Должна вестись пропаганда здорового образа жизни, необходимо показывать преимущества жизни без табака. Надо сделать доступными различные спортивные секции и кружки, как было во времена СССР. Далеко не каждый ребенок, даже если очень талантливый в чем то, может посещать занятия в секциях, потому что порой цены за такие занятия просто не по карману его родителям. И чем тогда заняться ребенку? Он пойдет во двор, где свои законы, своя школа жизни.

Профилактика курения - основные направления:

1. Роль самого государства: законы, постановления, различные массовые мероприятия, развитие детского и молодежного спорта, организация молодежного досуга. Разработка специальных программ, направленных на профилактику курения.
2. Обязательный контроль за выполнением всех вышеупомянутых мероприятий, чтобы не было препятствий со стороны чиновников.
3. Массовая пропаганда здорового образа жизни в СМИ, в телевизионных и художественных фильмах, в книгах, журналах. Создание бесплатных спортивных секций и кружков для детского творчества, которые должны финансироваться из гос.бюджета.
4. Начинать работу по профилактике курения с самого раннего возраста, начиная с детского сада.
5. Должна быть большая роль и ответственность родителей. Думаю, что каждый родитель хочет видеть своего ребенка здоровым, и ради этого главного стимула в жизни, курящим родителям можно и нужно бросить курить, чтобы своим примером показывать отношение к курению.
6. В школе отводить большую роль педагогическому составу в деле профилактики курения: школа и территория около школы должна быть зоной свободной от курения; необходимо проводить различные дискуссии (а не лекции, необходимо коллективное обсуждение проблемы), выступления врачей и психологов, известных людей, известных спортсменов, просмотры фильмов о последствиях курения, проводить акции, конкурсы, КВНы, ролевые игры, интерактивные беседы о вреде курения. Желательно проводить данные мероприятия с привлечением родителей. Отдельно должны пройти обучение по этой теме и сами учителя. Все мероприятия должны готовиться в соответствии с возрастом школьников, т.е. для младших классов и старших. Не должно быть формального подхода ко всем вышеперечисленным мероприятиям.
7. Высшие учебные заведения тоже должны быть зоной свободной от курения, и также должны проводиться различные мероприятия по профилактике курения. Особенно популярны у студентов различные акции и флешмобы, направленные на отказ от курения.

