

Problem palenia papierosów wśród dzieci i młodzieży.

Palenie wśród młodzieży staje się coraz poważniejszym problemem. Zjawisku temu sprzyja wszystko – koledzy, szkoła, starsze rodzeństwo, rodzice. Naśladując dorosłych, za namową rówieśników, z ciekawości, dla dodania sobie animuszu wielu młodych ludzi zaczyna palić papierosy. Utrwalone w wieku kilkunastu lat przyzwyczajenia do palenia doskwiera często przez całe życie. Stwierdzono bez żadnej wątpliwości, że palenie w młodym wieku stwarza większe zagrożenie niż rozpoczęcie w późniejszym wieku. Na szkodliwe działanie tytoniu zwrócono uwagę już w XVIII stuleciu. Na początku XX wieku rozpoczęły się prawdziwe naukowe badania nad skutkami palenia tytoniu. W latach trzydziestych XX wieku przeprowadzono szereg badań, które wykazały, że palacze żyją krócej i częściej chorują na choroby nowotworowe, zwłaszcza raka płuc. Dowiedziono również, że istnieje związek pomiędzy paleniem a chorobami układu krążenia, niewydolnością i zawałami serca. Jednak młodzież z niedowierzaniem odnosi się do stwierdzeń o większej szkodliwości nałogu palenia u młodych ludzi niż u dorosłych. Obserwacje nastolatków mówią im zupełnie co innego. Mimo palenia czują w sobie niespożyte zasoby energii i nie zauważają innych zmian w swoim organizmie. U dorosłych obserwują poranny kaszel, słyszą skargi na zadyszkę, bóle serca lub żołądka. Młodzi ludzie wyciągają z tego dość naiwne wnioski. Sądzą, że papierosy szkodzą starszym zaś dla nich są zupełnie nieszkodliwe. Mniemanie jest oczywiście mylne. Wiadomo, że im wcześniejsze rozpoczęcie palenia, tym większe spustoszenia dokonują się w organizmie. Palacze 20-30 papierosów dziennie, którzy rozpoczęli nałóg przed 15 rokiem życia, żyją nie tylko o 8 lat krócej ale żyją gorzej. Mimo to, iż palenie tytoniu przez młodzież jest o wiele szkodliwsze niż dla dorosłych zauważono wysokie rozpowszechnianie tego nałogu wśród młodych ludzi. Wpływ na to zjawisko ma wiele czynników. W głównej mierze jest to łatwy dostęp do papierosów. Poza tym dzieci przyjmują od rodziców, wychowawców szkolnych, kolegów z grup rówieśniczych i innych osób znaczących, postawy wobec określonych zachowań. Bardzo ciekawie przedstawia się wpływ palenia tytoniu przez członków rodziny na rozpoczęcie palenia u dzieci. Dwa bardzo ważne czynniki zachęcają dziecko do palenia: popęd do naśladowania oraz przyzwyczajenie dziecka do oddychania zadymionym powietrzem. Dziecko od niemowlęcia „okopcone” dymem tytoniowym staje się „biernym palaczem”. Dlatego też pierwsza próba zapalenia papierosa przechodzi u niego bez żadnych ubocznych objawów zatrucia. Dziecko stwierdza z dumą, że czynność ta mu odpowiada, a dym smakuje. Ponadto motorem zapalenia pierwszego papierosa jest bardzo często ciekawość. Młodzi ludzie są zainteresowani tajemniczą używką ludzi dorosłych, bez której ci nie mogą się obyć. Pożyczają papierosy, posyłają dzieci do kiosku, z wyraźną ulgą zaciągają się „rozkosznym” dymem. U palaczy papierosy leżą wszędzie: obok telewizora, na biurku, przy tapczanie... Dlatego nie można się dziwić, że zaciekawione dziecko sięga po tajemniczą tutkę wypchaną krojonymi liśćmi. Młodzi ludzie bardzo często palą dla odprężenia, rzadziej dla przyjemności. Najczęściej papierosy w tym wieku jeszcze nie smakują. Mimo wszystko palą, aby nie być „mamisynkami”, aby upodobnić się do reszty. Nawyk palenia zdecydowanie szerzy się szybciej wśród tych, którzy nie dotrzymują kroku swoim rówieśnikom, nie biorą udziału w imprezach pozaszkolnych, nie potrafią dostosować się do rygorów i metod nauczania. Osoby odczuwające dotkliwie swoje braki pragną zrekompensować sobie je w innych dziedzinach życia, szukają akceptacji swej postawy u osób nieprzystosowanych. Z powodu niepowodzeń życiowych i szkolnych sięgają po papierosy. Palenie tytoniu nie likwiduje jednak niepowodzeń i zdrażeń. Często przynosi dalsze komplikacje, powoduje konflikty ze szkołą i otoczeniem.

Walka z nałogiem palenia papierosów jest bardzo trudna, trzeba więc uczynić wszystko co możliwe, aby przez odpowiednią profilaktykę ustrzec przed nim dzieci i młodzież. Najważniejszym celem w programach antynikotynowych powinno być podniesienie świadomości młodzieży, która uległa presji rówieśników. Rozwiązanie problemów związanych z paleniem papierosów może przynieść tylko stała przebudowa wzorców kulturowych. Do podstawowych metod wychowania przeciw tytoniowego należy dawanie właściwego przykładu, który działa na wszystkie strony psychiki wychowanka w celu skłonienia go do naśladownictwa, do upodobnienia się do osoby niepalącej.

Należy pomyśleć o zdrowej rekompensacji, znalezieniu dziedziny, w której nastolatek mógłby mieć osiągnięcia. Wykorzystać chęć do naśladowania przez młodzież innych. W żadnym wypadku rodzice nie powinni akceptować a szczególnie już zachęcać swoje dzieci do tego nałogu. Niestety rozmawiając z uczniami, którzy palą papierosy bardzo często słyszymy: „rodzice pozwalają mi palić, ja w domu z mamą/tatą palę papierosy”.

Jak w takiej sytuacji wyglądają działania profilaktyczne szkoły??