

Utjecaj pušenja na zdravlje ljudi Istraživanje ponašanja pomoraca

UDK 347.793.5:613.8

SAŽETAK:

Gotovo svi ljudi znaju koliko je pušenje opasno i štetno, da izaziva različite poremećaje zdravlja pa čak i preranu smrt, a ipak i dalje puše.

Pušenje je oblik ponašanja koje je široko društveno prihvaćeno. Svugdje oko sebe nailazimo na pušače koji osim što uništavaju svoje, narušavaju i zdravlje nepušača u okolini. Anketa među pušačima u Velikoj Britaniji pokazuje da četiri od pet pušača podržavaju restrikciju pušenja na poslu i u restoranu.

Sve polemike oko pušenja vrte se oko dva pitanja: sloboda pušenja ili sloboda udisaja nezagađenog zraka.

Kakva je situacija kod nas?

Među anketiranim pomorcima Atlantske plovidbe njih 61% su aktivni pušači, a 4% su bivši pušači.

Ključne riječi: pušenje, štetnost, zdravlje.

Summary:

Almost all people know that smoking is harmful and injurious that it causes various health troubles and even early death. In spite of it they go on smoking.

Smoking is a form of behaviour which is widely and socially accepted. In our environment, we come across smokers who, besides ruining their own lives, also ruin the lives of non-smokers.

An investigation among smokers in Great Britain discovered that four of five smokers supported smoking restriction at work and in restaurants. All polemics about smoking deal with two topics: privilege of smoking or privilege of breathing unpolluted air.

What is our situation like?

61% of the examined seamen of „Atlantska plovidba“ are active smokers and 4% are former smokers

Key-words: smoking, injuriousness, health

— o —

Pušenje možda nije tako teška bolest ovisnosti kao alkoholizam ili ovisnost o drogama, ali je toliko rašireno da u različitim sredinama susrećemo 35 — 70% pušača, čak govorimo o pušačkom stilu života. Pravi pušač se na svaki prigovor brani pred društvom i pred samim sobom, tvrdeći da je pušenje njegov osobni intimni problem u koji se nitko sa strane nema pravo miješati. On poduzima sve moguće da dodje do cigareta ako mu ih ponestane.

Navika pušenja, kao oblika ljudskog ponašanja stječe se obično veoma rano, tj. prije nego što mogu nastupiti razlozi u individualnom životu koji takvo ponašanje navodno izazivaju (napetosti, društvene poteškoće itd.). Među mladima danas ima podjednak broj

pušača oba spola. (Obično) počinju pušiti prije nego što im se pruži zdravstveni i socijalni odgoj s tog područja. Kad jednom postanu ovisni o duhanu, samo saznanje o štetnosti pušenja nije dovoljno da bi napustili pušenje.

Povezanost pušenja i raznih bolesti poznata je više od 50 godina. Svaka popušena cigareta smanjuje životni vijek za 5,5 — 7,5 minuta.

U slijedećoj tablici prikazan je odnos postotka muškaraca pušača i nepušača u dobi od 35 god. koji mogu očekivati da će umrijeti prije 65 god.

	PUŠAČI:
	1 — 14 cig. na dan 22%
NEPUŠAČI 15%	15 — 24 cig. na dan 25%
	više od 25 cig. 40%

(Tablica je napravljena na osnovi studija provedenih u Velikoj Britaniji i USA)

U prosjeku se skraćuje život pušača koji puši 25 cig. dnevno oko 5 god (prema studijama provedenim u Velikoj Britaniji i SAD).

Anketa među pomorcima Atlantske plovidbe pokazala je da je zastupljeno 61% aktivnih pušača.

Analizirajući grupe podijeljene prema godinama staža vidimo da među ispitanicima koji su proveli 6 i više godina ploveći na brodu pušenje je podjednako zastupljeno, samo što se među onima koji prelaze 25 god. staža pojavljuje i odbacivanje navike pušenja. Najmanje puše pomorci sa do 5 god. radnog staža.

U dobi od 6-25 god. staža prosječno je 69% aktivnih pušača. Iz ovog se izvodi zaključak da su godine provedene na brodu bitne za pojavu pušenja. Tome u prilog govori i broj prosječno popušanih cigareta po osobi koji se kreće oko 40 cig/dan s tim da neki uživaju i u do 70 cig/dan.

Rizik od pojave različitih bolesti se povećava brojem popušanih cigareta, dubinom inhaliranja, trajanjem navike pušenja, te ovisi i o obrambenom sustavu organizma.

Nikotin snižava nivo šećera u krvi i time smanjuje neophodni energetski materijal za bilo koju fizičku ili psihičku djelatnost. Inače, pušač koji puši 40 cigareta dnevno prosječno je 2,5 — 3 h zauzet pušenjem na štetu drugog posla, te je njegova efikasnost na poslu smanjena. Povećana je osjetljivost na infekciju pa je on češće na bolovanju i češće traži medicinsku pomoć i bolničko liječenje.

