

Швейцарцы курят все реже | Les Suisses fument de moins en moins

Автор: Елена Ткачук, [Женева](#) , 02.02.2010.

Благодаря антитабачной кампании и новому законодательству, запрещающему курение в общественных местах, Швейцарии удалось снизить процент курильщиков. И это не предел.

Grâce aux campagnes anti-tabac et à la nouvelle loi interdisant la fumée dans les lieux publics, la Suisse est parvenue à faire baisser le nombre de fumeurs. Et ce n'est qu'un début.

Les Suisses fument de moins en moins

В Швейцарии курит около трети населения, а число летальных исходов, связанных с курением, превышает 9000 человек в год. Тут есть, над чем задуматься.

Но с 2001 по 2008 гг. процент курящих швейцарцев в возрасте от 14 до 65 лет снизился с 33% до 27%. И это еще не все - согласно последней статистике, молодежь в возрасте от 14 до 19 лет курит все меньше, в этой категории процент упал с 31% до 23%. По данным исследования, проведенного Университетом Цюриха по заказу швейцарской Федеральной службы здравоохранения (OFSP), подобная тенденция наблюдается во всех возрастных категориях.

Мужчины остаются большими потребителями сигарет, чем женщины. В 2008 году курильщиков среди них было 30% (24% женщин) против 37% (24%) в 2001 г. 19% составляют «ежедневные» курильщики и 8% - курильщики «время от времени». Если первые курят чаще всего у себя дома, вторые дымят охотнее в общественных местах.

Помимо антитабачной кампании, увеличение налога на табак, вступившее в силу в 2007 году, и устрашающие предупреждения на сигаретных пачках (с 2006 года) сыграли не последнюю роль в стремлении отказаться от курения.

Почему же некоторые продолжают курить? Оправдывая свои действия, курильщики найдут массу причин. На самом деле, всему виной лишь одна из них - никотин вызывает привыкание. Он действует непосредственно на рецепторы головного мозга, поэтому, чтобы избавиться от пагубной привычки, необходимо дезактивировать центр удовольствия мозга.

Дофамин, который является нейротрансмиттером, отвечает за источник компенсации в головном мозге. Во время курения, никотин, содержащийся в дыме, проходит через легкие так же быстро, как и O₂, попадает в кровь и достигает мозга. Он стимулирует нейроны, вызывающие чувство приятной компенсации, граничащее и с удовольствием, и с зависимостью.

Крупнейшие мировые фармакологические концерны задалась целью создать долгожданную вакцину против курения. Идея вакцины заключается в том, чтобы не дать проникнуть в головной мозг мельчайшей молекуле никотина. В этом поможет специфический белок, способный увеличить молекулу никотина, сделав ее неспособной для перехода из крови в головной мозг.

Британский гигант GlaxoSmithKline (GSK) уже заключил договор, получив эксклюзивную мировую лицензию на продажу вакцины NicVAX, созданной американской группой Nabi Biopharmaceuticals. Это позволит GSK получить мировую монополию на продажи NicVAX, когда она поступит на рынок. Правда, в настоящее время вакцина находится на стадии клинических испытаний, и это значит, что ей еще предстоит продемонстрировать свою эффективность.

Еще несколько лет назад его швейцарский конкурент Novartis также был недалек от победы, исследуя вакцину NIC002, созданную цюрихским обществом Cytos. Попытки по-прежнему не закончены, и недавний анализ ситуации показал, что выпуск откладывается. Жак Корню, исследователь Университетского госпиталя Лозанны (CHUV) и один из участников клинических испытаний данной вакцины, подтверждает, что опыты на моделях животных показали, что получив вакцину, они продуцируют антитела (АТ), которые затрудняют проникновение молекул никотина из крови в головной мозг.

Эти антитела имеют продолжительность жизни от нескольких недель до нескольких месяцев, и вакцина призвана помочь курильщику избежать рецидива. Впрочем, речь скорее идет об иммунизации, чем о вакцинации. При попытке вновь взять сигарету, возникнет ощущение курения соломы. К сожалению, такая вакцина появится в аптеках только через несколько лет.

Ну, а пока, курильщики по-прежнему используют различные средства замены никотина, известные вот уже 20 лет, но вновь берутся за сигарету в 80% случаев. Попытки показали, что эти вещества не могут обладать длительным действием.

Группа французских ученых под руководством Жана-Пола Тассана опубликовала в профессиональном журнале Journal of Neuroscience результаты своих исследований, которые позволяют понять, почему же курильщики, использующие различные пластыри и жевательные резинки, содержащие никотин, вновь начинают курить в огромном большинстве случаев. Еще раньше они смогли доказать, что феномен зависимости имеет молекулярные и неврологические основы и является более сложным, чем предполагалось до сих пор.

Многочисленные опыты на животных показали, что дофамин был вовлечен в механизмы зависимости от средств на базе опиума (Морфин) и психостимуляторов. Результаты исследований позволяют думать, что дофамин является не единственной «виноватой» молекулой. Французские ученые доказали, что механизм зависимости включает целых 3 нейромодулятора: допамин, норадреналин и серотонин. В

центральной нервной системе, эти три молекулы действуют как звенья одной цепи. После повторного принятия психотропных средств этот механизм выходит из строя. «Интенсивность удовольствия в момент принятия наркотика проявляется в чувстве бодрости и кажется, что система функционирует гармонично», объясняет г-н Тассан. Когда же эффект исчезает, механизм «ломается» вновь, что вызывает желание вновь принять наркотик.

Публикация в Journal of Neuroscience позволяет понять неэффективность средств на основе никотина. Исследователи выяснили, что если кокаин, амфетамины, морфин или алкоголь способны немедленно вызвать нарушение функционирования нейромодуляторов, то один никотин на это не способен. Ему потребуется ассоциация с другими составляющими табака, а именно, ингибиторами моноаминоксида (ИМАО). Вот почему имеющиеся на сегодняшний день средства отмены будут эффективны только до тех пор, пока будет продолжаться эффект ИМАО. Это открытие позволяет надеяться на создание более эффективных препаратов для отмены. Не исключено, что их принцип будет эффективен и для отмены других наркотических веществ.

А что же делать тем, кто обречен на страдания из-за диагноза рака легкого? Уже известно, что курильщики в 20 раз больше рискуют заболеть раком легкого, чем некурильщики. Исследование, недавно опубликованное в British Medical Journal (BMJ), доказывает, что пациенты с диагнозом рака легкого, поставленного на ранних стадиях, удваивают свои шансы на выживание, если бросят курить как можно быстрее. Ученые предполагают, что даже обреченным пациентам стоит предлагать сделать усилие, чтобы бросить курить.

Те, кто бросает курить после постановки диагноза рака легкого, имеют срок выживания 5 лет в 63 - 70% случаев, для тех же, кто продолжает курить, этот процент составляет 29 - 33.

Для тех, кто решил покончить с курением, в Швейцарии действует бесплатная телефонная справочная: 0848 000 181 (фр, нем. и итал.) и 0848 183 183 (англ.) Бросайте, не пожалеете!

[Швейцария](#)

Source URL: <http://www.nashagazeta.ch/news/sante/shveycarcy-kuryat-vse-rezhe>