

# Введение

---

Не так давно мы зашли в известный московский книжный магазин “Библио Глобус”. Тысячи книг и брошюр, дня не хватит для того, чтобы просмотреть хотя бы их названия. Да, великое дело рынок – если какая-то информация пользуется спросом, она тут же появляется на книжной полке, плати деньги и бери. Но когда мы попросили какую-нибудь книгу о табаке или курении, то продавщицы вежливо ответили, что у них ничего нет. Когда-то что-то было, но они точно не помнят. Возможно, предмет нашего вопроса столь незначителен, что никого не интересует? Странно, ведь более трети взрослого населения наших стран ежедневно курит, но получается, что курильщикам совсем не интересно, что же такое они засовывают в рот.

Может, некому оплатить подготовку и распространение такой информации? Вышли мы из магазина, и информация о табаке тут же попала на глаза. Да, это была табачная реклама. Но много ли можно узнать из нее о табаке? Каждая реклама по определению нацелена на то, чтобы потребитель выбрал из множества аналогичных изделий именно рекламируемый товар, потому что этот товар наилучшим образом удовлетворяет его потребности. В табачной же рекламе говорится о чем угодно, кроме того, какие же потребительские потребности удовлетворяет табак. Есть информация об уровнях смол и никотина, но нет информации о том, как их измеряли и можно ли этой информации верить. Есть информация о фильтрах, но любой фильтр должен задерживать вредное и пропускать полезное. И если с вредным хоть немного, но понятно – это смолы и никотин, то полезное скрывается, как государственная тайна. Получается, что все, что должен знать потребитель – это как нанести себе наименьший вред при употреблении данного товара, а как получить из него объективную пользу – ни слова.

Минздрав упорно пытается предупредить о том, что курение опасно для здоровья, но ведь и жить вредно – от этого умирают. В чем конкретно заключается вред курения, может, это обычная перестраховка типа «вытирайте ноги перед едой»?

Вопросы, вопросы, а ответов нет. И кажется логичным вместо тысяча первого рекламного щита издать книжечку, в которой честно написано о табаке, чтобы все люди знали, какой он полезный, и с чистой совестью отдавали свои кровные за столь необходимый им товар. Права потребителей в рыночной экономике надо уважать. Но почему-то даже тщательно отфильтрованной информации о табаке не найти. Значит, есть что скрывать?

И оказалось, что в какой бы области мы ни стали искать информацию о табаке (история, сельское хозяйство, химия, медицина, политика), всюду есть информация, от которой не поздоровится.

Трудно найти сельскохозяйственную культуру, которая наносила бы такой же большой ущерб окружающей среде, как табак.

Никакой химический завод не сравнится по разнообразию отравляющих веществ с сигаретой, а то, что пишут на пачках о смоле и никотине, призвано не информировать потребителя, а обмануть его.

Ни один легальный товар не убивает такого количества своих потребителей, как табак. Более того, это единственный легальный товар, который убивает своего потребителя при употреблении в точном соответствии с рекомендациями производителя.

Любой здравомыслящий человек после ознакомления с подобной информацией захочет держаться от табака подальше, но у него ничего не получится. Практически ежедневно на улице, в коридоре, в туалете мы вынуждены вдыхать табачный дым. Более того, нередко курят близкие нам люди. И на просьбу не курить часто отвечают, что рады бы, да не получается, и «вообще не так уж это страшно». Наверняка среди читателей этой книги найдутся люди, которые сами курят и которые, конечно, знают, что курение вредно для здоровья, но им лично оно, если и повредит, то не очень. Конечно, каждый из них обладает священным правом выбора курить или не курить (право вдыхать или не вдыхать чужой табачный дым кажется им куда менее священным). Но, делая свой выбор (хотя, учитывая наркотическую зависимость, которую вызывает никотин, вряд ли такой выбор можно назвать самостоятельным), человек должен располагать максимумом объективной информации о предмете своего выбора.

Такая объективная информация и собрана в данной книге. Многие узкие специалисты (историки, химики, медики) найдут здесь информацию, о которой раньше они знали лишь понаслышке. Тем же читателям, кого эта информация побудит предпринять действия по освобождению от пагубного действия табака, мы предлагаем обратиться к другим нашим изданиям. Курильщики найдут рекомендации и примеры того, как бросить курить, в брошюрах **«Как стать некурящим»** и **«Как я бросил курить»**. Их близкие получат конкретные советы, как избавить себя и своих любимых от вдыхания табачного дыма в брошюре **«Как я могу помочь освободиться от курения близкому мне человеку»**. Врачи и прочие специалисты, которые заботятся о здоровье людей не в силу должностных обязанностей, а потому что хотят, чтобы люди вокруг болели как можно меньше, смогут познакомиться с эффективными методами помощи курильщикам в книге **«Помощь курильщикам в прекращении курения»**. Тем, кто занимается профилактикой, рекомендуем познакомиться с нашим изданием из трех частей **«Подход жизненных ситуаций в профилактике табачных проблем»**. Кроме того, те, кто работает с подростками, и хотели бы помочь им освободиться от курения, могут воспользоваться подготовленной нами при поддержке Детского фонда ООН ЮНИСЕФ серией из 8 брошюр **«Курение и дети»**, в которых описаны различные направления

такой работы. А политики, которые искренне заботятся не о благе абстрактного народа, а о здоровье и благосостоянии конкретных граждан, которых **табачная индустрия обманывает, грабит и убивает**, получают информацию о способах освобождения людей из табачного рабства из книги **«Мало найдется законов, которые могут спасти больше человеческих жизней, чем этот... Проблемы анти-табачного законодательства»**. Помимо данных книг, эти и иные темы подробно освещены на нашем веб-сайте <http://contact.tobinfo.org>

Кому-то наши слова о табачной индустрии могут показаться излишне жесткими и несправедливыми. Ведь люди курят самостоятельно, а табачные компании всего лишь предоставляют выбор продукции. Но когда какой-то результат выбора большого числа людей приносит кому-то прибыль, он перестает быть свободным, потому что этому кому-то становится выгодным потратить часть прибыли на то, чтобы повлиять на этот самый выбор. В информационном плане повлиять можно двумя путями - предоставить выгодную для себя информацию и скрыть невыгодную. Табачная индустрия при ее миллиардных прибылях могла бы миллионными тиражами распространять брошюры с выгодной для нее информацией. Таких брошюр нет - значит распространять нечего. Объективная информация о табаке приводит к тому, что люди делают выбор прекратить курить или остаться некурящими, что крайне невыгодно табачной индустрии. Парадокс состоит в том, что такой выбор выгоден для каждого человека в отдельности и для общества в целом, но на нем нельзя заработать. И действительно, как можно заработать на некурении, на том, чего нет? Поэтому так мало широко доступной объективной информации о табаке.

К счастью, даже у коммерчески ориентированных людей есть и иные интересы. Всем им хочется быть здоровыми и жить в здоровой среде и иногда хочется сделать что-то не ради заработка, а во благо себе и людям, а иногда и просто из здорового интереса.

Вот так и появилась эта книга. Инициатором ее стало одно московское издательство (которое затем не смогло найти денег на реализацию своей инициативы), а написали ее кандидат геолого-минералогических наук Константин Красовский и кандидат медицинских наук Татьяна Андреева. Написали из интереса, без особых надежд на гонорар и на то, что эта книга когда-то все-таки будет издана. К счастью, через два года после написания первого варианта этой книги, нашелся «добрый американский дядюшка», профессор Гордон Линдсей из Университета им. Бригхэма Янга, штат Юта, США, который смог добыть деньги на издание данной книги. Авторы выражают ему свою глубокую благодарность. Первый вариант книги был переработан и дополнен новейшими материалами для настоящего издания.

А посвящается эта книга всем читателям этой книги, которых мы любим и желаем здоровья. Мы любим наших курящих читателей и поэтому желаем им бросить курить. Мы любим наших некурящих читателей и желаем им никогда не вдыхать чужой табачный дым. А

всем вместе мы желаем чистоты, здоровья и свободы. А из тех, кто читает нашу книгу из профессионального интереса, мы наибольшее значение придаем историкам, ибо верим, что наступит время, когда данная книга будет интересна только им.

Татьяна Андреева (Andreeva@globalink.org)  
Константин Красовский (kks@adic.org.ua)

## Литература ИЦПАН на тему табак и здоровье

1. Основные факты про табак. Третье издание. - Киев, ИЦПАН, 1999. 28 стр.
2. Подход жизненных ситуаций в профилактике табачных проблем // Под ред. Андреевой Т.И. и Красовского К.С. Часть 1-3. - Киев, ИЦПАН, При содействии Детского Фонда ООН ЮНИСЕФ в Украине. - 2000. Часть 1. 140 с., Часть 2. 104 с. Часть 3. 20 с.
3. Андреева Т.И., Красовский К.С. Курс выживания для некурящих. - Киев, ИЦПАН, При содействии Детского Фонда ООН ЮНИСЕФ в Украине. 2000, 48 стр.
4. Как я бросил курить... Сборник жизненных историй. - Киев, ИЦПАН, При содействии Детского Фонда ООН ЮНИСЕФ в Украине. 2000, 78 стр.
5. Красовский К.С. Как стать некурящим. - Киев, ИЦПАН, 2001, 40 стр.
6. Красовский К.С. Легкая ложь или как табачная индустрия обманывает потребителей "легких" сигарет. - Киев, ИЦПАН, 2001, 24 стр.
7. Красовский К.С. «Мало найдется законов, которые могут спасти больше человеческих жизней, чем этот... Проблемы анти-табачного законодательства». - Киев, ИЦПАН, 2001, 88 стр.
8. Красовский К.С. Как я могу помочь освободиться от курения близкому мне человеку. - Киев, ИЦПАН, Издание второе, дополненное - 2002, 48 стр.
9. Красовский К.С., Андреева Т.И., Машлякивский М.Н. и др. Экономика контроля над табаком в Украине с точки зрения общественного здоровья. - Киев, ИЦПАН, при содействии Всемирного Банка, 2002, 144 стр.
10. Андреева Т.И. Помощь курильщикам в прекращении курения. Практическое руководство для работников здравоохранения. - Киев, ИЦПАН, 2002, 146 с.
11. Андреева Т.И. Между нами, девочками... Как алкоголь, табак и другие наркотики влияют на деторождение. - Киев, ИЦПАН, 2002, 32 стр.
12. Андреева Т.И., Довбах А.В., Красовский К.С. Зачем СМИ пишут об алкоголе, табаке, наркотиках. - Киев, 2002, ИЦПАН, 96 стр.
13. Красовский К.С. Политический анализ табачной рекламы в Украине. - Киев, ИЦПАН, 2003, 24 с.
14. Андреева Т.И., Красовский К.С. Курение и дети: что может сделать школа. - Серия «Курение и дети», Киев, ИЦПАН, 2003, 52 с.
15. Довбах А.В. Курение и дети: как защитить права ребенка. - Серия «Курение и дети», Киев, ИЦПАН, 2003, 36 с.
16. Довбах А.В., Салюк Т.А. Опыт профилактики курения: занятия, конкурсы, клубы. - Серия «Курение и дети», Киев, ИЦПАН, 2003, 56 с.
17. Семенова Д.С. Дымные миры. - Серия «Курение и дети», Киев, ИЦПАН, 2003, 84 с.
18. Андреева Т.И. Курение и здоровье будущих детей. - Серия «Курение и дети», Киев, ИЦПАН, 2003, 64 с.
19. Андреева Т.И. Если родители курят... - Серия «Курение и дети», Киев, 2003, ИЦПАН, 64 с.
20. Андреева Т.И. Как помочь подросткам освободиться от курения. - Серия «Курение и дети», Киев, ИЦПАН, 2003, 64 с.
21. Красовский К.С., Андреева Т.И. Зачем табачные компании финансируют программы предотвращения курения среди подростков. - Серия «Курение и дети», Киев, ИЦПАН, 2003, 68 с.
22. Андреева Т.И. Смерть в колыбели... Как ее предотвратить - Киев, ИЦПАН, 2003, 56 с.