

Третичное курение – недооцененная угроза для детей и взрослых – генотоксичность и канцерогенный потенциал. Береги свое жилище!

Маринэ Гамбарян, руководитель Федерального центра профилактики и контроля потребления табака ФГБУ «НМИЦ терапии и профилактической медицины» Минздрава России

Самоизоляция — прекрасная возможность бросить курить. Доказано, что курение табака и электронных сигарет делает вас более уязвимыми перед COVID-19. Но в фокусе внимания — и третичное курение (или воздействие третичного табачного дыма), которое, как полагают ученые, несет скрытую угрозу для здоровья людей.

Всем известно о воздействии пассивного курения на организм людей. Давно уже ни для кого не секрет, что вторичный дым — дым, который клубится с кончика горящей сигареты, и дым, что выдыхает курящий — более токсичен, чем дым, который вдыхает курильщик, затягиваясь сигаретой. Сегодня никто уже не спорит, что пассивное курение может вызвать сердечно-сосудистые заболевания, рак легких и другие болезни органов дыхания, включая хронические бронхиты, бронхиальную астму и пневмонии у ни в чем не повинных людей. Еще мы знаем, что пассивное курение особенно опасно для детей, и может стать причиной внезапной детской смертности в первом году жизни ребенка, частых респираторных инфекций, в том числе пневмоний, отитов, утяжелять бронхиальную астму у них. Все это, мы, похоже, знаем.

А что, если вторичный табачный дым никуда не исчезает, а заполняя собой все помещение оседает и надолго остается на стенах, коврах, обивке салона автомобилей, на поверхностях мебели и предметов? И все эти предметы дружно начинают источать уже третичный табачный дым, не менее опасный для здоровья? Вот о нем как раз мы не так много знаем!

А знаете, кто знает? Табачная индустрия. Именно представители этой отрасли еще в ранних 80-х установили, что, оказывается, вторичный дым с бокового потока 2 — 4 раза более токсичен, чем дым основного потока сигареты, а его конденсат — в 2 — 6 раз более канцерогенен, чем конденсат дыма из основного потока. Более того, было установлено, что, «устаревший» вторичный дым от 6 до 12 раз более токсичен, чем «свежий» вторичный дым, и что токсичность его нарастает со временем, когда вторичный дым превращается в третичный...

А еще современные исследования доказали, что в третичном дыме много новых образовавшихся веществ: например, в результате реакции поверхностно связанного никотина — основного компонента третичного дыма с азотистой кислотой образуются канцерогенные табак-специфические нитрозамины (TSN), а при реакции с озоном — токсичные альдегиды.

Сегодня известно, что третичный табачный дым представляет скрытую и недооцененную опасность для здоровья людей. Во-первых, исследования показывают, что его недопустимо много в помещениях, где принято курение. Во-вторых, третичный табачный дым содержит много опасных химикатов — продуктов трансформации химических веществ, содержащихся во вторичном табачном

дыме, в том числе, в виде летучих компонентов. Попадая на поверхности, они остаются там надолго – недели и месяцы — и очень трудно от них избавиться. Поэтому, третичный табачный дым часто сосуществует со вторичным, создавая, так называемый «пассивный дым».

Третичный табачный дым содержит множество мутагенов и канцерогенов, воздействие третичного дыма приводит к ряду клеточных реакций, как при активном курении, трансформации клеточного роста в эксперименте и развитию рака легких у мышей.

Воздействие третичного табачного дыма особенно опасно для детей. Множество исследований показали, что воздействие компонентов третичного дыма, например, метаболитов никотина, акролеина, обнаруживаемые в детском организме в гораздо больших концентрациях, чем у взрослых, повышают риск развития рака легкого и других локализаций у детей 1-6 лет.

Кроме того, воздействие третичного табачного дыма сопряжено с поражением ДНК, может вызвать генетические и эпигенетические мутации, приводящие к развитию злокачественных новообразований.

Загрязнение третичным табачным дымом является всемирной проблемой, особенно в странах с высокой распространенностью курения. Недавний прогресс в понимании воздействия третичного дыма указывает на его генотоксичность и канцерогенный потенциал.

Причем, речь не только о курении табака. Потребление электронных сигарет, вэйпов, продуктов нагревания табака, кальянов в равной степени загрязняют окружающую среду, являясь источниками вторичного и третичного дыма, поскольку основные токсические и канцерогенные компоненты – метаболиты никотина, который с лихвой содержится во всех этих продуктах.

Федеральный закон от 23 февраля 2013г. N15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» защищает нас от воздействия вторичного и третичного дыма во всех общественных местах и на работе.

А кто защитит нас, наших близких и наших детей дома, если не мы сами?

Особенно теперь, когда вся наша жизнь сконцентрирована на наших маленьких планетах, именуемых домашним очагом. Когда угроза новой коронавирусной инфекции особенно значима для тех, кто систематически травится табачным дымом, не важно которым по счету!

Так давайте беречь «свою планету» и здоровье своих близких.

Не курите дома.

И берегите себя!