

PRZEDSZKOLACZEK



PUBLICZNE PRZEDSZKOLE NR 3 W RADOMIU

MAJ 2024



Tytoń stał się najpopularniejszą używką stanowiącą zagrożenie dla zdrowia dzieci. Styl życia i składające się na niego zachowania zdrowotne kształtują się już od okresu dzieciństwa pod wpływem obserwacji, pozyskiwanych wiadomości, wzorców przekazywanych przez rodzinę, szkołę, rówieśników czy środki masowego przekazu. W większości przypadków palenie tytoniu przez dzieci to próba naśladowania osób dorosłych, sposobu trzymania papierosa, mimiki twarzy, zaciągania się dymem. Często jest to dostosowanie się do panującego w szkole stylu oraz forma protestu przeciwko ograniczaniu przez rodziców prawa decydowania o sobie. Palenie w odczuciu młodych ludzi podnosi poczucie własnej wartości i traktowane jest jako sposób radzenia sobie z różnymi problemami i napięciami. Na decyzję o rozpoczęciu palenia przez młodocianych bez wątpienia wpływają reklamy.

Skutki biernego palenia u dzieci

Oprócz szkodliwości dla zdrowia dzieci palenia czynnego, trzeba pamiętać o równie szkodliwym wpływie na organizm palenia biernego. Szacunkowo w Polsce około 3 mln dzieci to bierni palacze. Boczny strumień dymu tytoniowego zawiera 35 razy więcej dwutlenku węgla i 4 razy więcej nikotyny niż dym wdychany przez aktywnych palaczy. Zawiera on również wiele substancji alergizujących, powodujących łzawienie oczu, kaszel, nawracające infekcje dróg oddechowych. Biernie palenie powoduje takie same skutki zdrowotne jak palenie aktywne, czyli skłonność do zapalenia płuc, nieżytu oskrzeli, anginy, zapalenia zatok, zapalenia ucha środkowego, czy wreszcie obturacyjnego zapalenia oskrzeli i astmy oskrzelowej, a w późniejszym okresie życia: raka płuc, trzustki, jamy ustnej, przełyku i krtani, a także nadciśnienia tętniczego i choroby niedokrwiennej serca.



Bierne palenie a dzieci - jak chronić dziecko?

Pragnąc zadbać o zdrowie swoich dzieci, rodzice powinni wprowadzić całkowity zakaz palenia papierosów w dom. Najlepiej, by zakaz obejmował zarówno domowników, jak i gości, w tym okazjonalnych opiekunów. Warto pamiętać, że 85 proc. dymu nikotynowego jest niewidoczna i niewyczuwalna. Nawet, gdy palimy wychyleni przez okno albo stoimy przy domu, ale nieopodal okien, dym dostaje się do wnętrza, a stamtąd rozchodzi się po wszystkich pomieszczeniach. Jeśli mieszkamy w bloku, sytuacja jest jeszcze gorsza, bo dym przedostaje się przez ściany i wspólny system wentylacyjny. W takim wypadku rozwiązaniem może być zamontowanie zdecentralizowanego systemu wentylacji we własnym mieszkaniu albo choćby w samym pokoju dziecka. Dzieci zamieszkujące w budynkach wielorodzinnych są częściej narażone na działanie dymu tytoniowego. Z danych zebranych w latach 2001-2006 wynika, że maluchy mieszkające w blokach mają o 45 proc. wyższy poziom nikotyny, metabolitu nikotyny pozwalającego określić ekspozycję na dym tytoniowy, niż maluchy mieszkające w domach wolnostojących. Warto także pamiętać, że dzieci są narażone na styczność z dymem tytoniowym nie tylko w miejscu zamieszkania, ale też w miejscach publicznych, takich jak: ulice, restauracje, przystanki autobusowe czy nawet place zabaw. Pamiętajmy, że jesteśmy jedynymi osobami, które mogą uchronić dzieci przed szkodliwym działaniem tytoniu.



PRZEDSZKOLAKU

Pokoloruj smoka na zielono



mgr Magdalena Stopa