

# Ίχνη καπνού βρέθηκαν στο σάλιο 94% των παιδιών

## > Παγκόσμια Ημέρα κατά του Καπνίσματος μεθαύριο και οι αριθμοί συνεχίζουν να κτυπούν το καμπανάκι

της Κίκας Κασινίδου



**Ο** Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας και η Αμερικανική Υπηρεσία Προστασίας του Περιβάλλοντος τον ταξινόμησαν ως καρκινογόνο κατηγορίας Α, πράγμα που σημαίνει ότι κανένα επίπεδο έκθεσης σ' αυτόν δεν είναι ασφαλές. Είναι γνωστό, άλλωστε, ότι ο καπνός του τσιγάρου περιέχει περισσότερες από 4000 χημικές ενώσεις, με 42 από αυτές να είναι γνωστές καρκινογόνες ουσίες ή ενδοκρινικοί διαταράκτες, ενώ η σύνδεσή του με σοβαρές επιπτώσεις στην υγεία τόσο των ιδίων των καπνιστών όσο και των παθολογικών καπνιστών, ιδιαίτερα των παιδιών, τεκμηριώνεται σύμφωνα με τον Βρετανικό Ιατρικό Σύλλογο, «χωρίς καμιά λογική αμφιβολία». Στις 31 Μαΐου είναι η Παγκόσμια Ημέρα κατά του Καπνίσματος, την οποία καθιέρωσε το 1988 ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (Π.Ο.Υ.), για να υπενθυμίσει τις βλαβερές συνέπειες του καπνίσματος. Για τον ίδιο τον Π.Ο.Υ., εξάλλου, το κάπνισμα αποτελεί την πρώτη και κύρια αναστρέψιμη αιτία θανάτου που μπορεί να προληφθεί.



Η πρόεδρος της Εθνικής Επιτροπής για το Περιβάλλον και την Υγεία του Παιδιού Στέλλα Μιχαλίδου.

πάνω από τον μέσο όρο είναι και ο αριθμός των τσιγάρων που καπνίζουν καθημερινά οι Κύπριοι, (21,70 τσιγάρα) σε σύγκριση με 14,40 στην Ευρώπη. Μια άλλη ιδιαιτερότητα που χαρακτηρίζει την Κύπρο σε σχέση πάντα με τις υπόλοιπες ευρωπαϊκές χώρες, είναι ότι οι πολίτες της εκτίθενται σε μεγαλύτερο βαθμό στο κάπνισμα στους εργασιακούς χώρους απ' ό,τι οι υπόλοιποι Ευρωπαίοι.

Τον Ιανουάριο του 2010 η Κύπρος έκανε μια σημαντική αλλαγή, θέτοντας σε εφαρμογή το νόμο για την πλήρη απαγόρευση του καπνίσματος στους δημόσιους χώρους, περιλαμβανομένων και των κέντρων αναψυχής. «Η εφαρμογή αυτής της νομοθεσίας», όπως ανέφερε στον «Φ» η πρόεδρος της Εθνικής Επιτροπής για το Περιβάλλον και την Υγεία του Παιδιού και την Υγεία της Στέλλα Μιχαλίδου, «είναι η ευκαιρία για τους Κύπριους πολίτες να μειώσουν την έκθεσή τους στο κάπνισμα, να μειωθούν οι επιδράσεις του καπνίσματος, όχι μόνο για τους παθητικούς καπνιστές, που είναι ο πρώτος στόχος, αλλά και για τους ίδιους τους καπνιστές». Όπως μας εξήγησε, καπνίζοντας σε έναν κλειστό χώρο, η επίδραση στην υγεία των ιδίων των καπνιστών είναι πολλαπλάσια.

«Αρα, το όφελος του να μην καπνίζει κάποιος σε έναν κλειστό δημόσιο χώρο, δεν αφορά μόνο τους παθητικούς καπνιστές, αλλά και τους ίδιους τους ενεργητικούς καπνιστές». Επικαλέστηκε, ακολουθώντας πρόσφατη ανακοίνωση της Επιτροπής των Ευρωπαϊκών Γιατρών, σύμφωνα με την οποία, με την απαγόρευση του καπνίσματος στους δημόσιους χώρους, η έκθεση στον καπνό είναι δυνατό να μειωθεί μέχρι και 60%. «Αρα, η εφαρμογή της νομοθεσίας πρέπει να αποτελεί για τον Κύπριο πολίτη μια κόκκινη γραμμή, καθώς επίσης και για τη Βουλή, η οποία καλείται κατά καιρούς να αναθεωρήσει το νόμο για να γίνει πιο ελαστικός κ.λπ. Θεωρούμε ότι η νομοθεσία είναι ισοζυγισμένη και εκείνο που κωλαίνει αυτή τη στιγμή, με βάση τις πληροφορίες που έχουμε από τον κόσμο, είναι η πιστή εφαρμογή της».



### Κοπινή και στα τέκνα μη καπνιστών

Η μελέτη του 2008 βασίστηκε σε εργαστηριακές μετρήσεις. Ο καπνός του τσιγάρου, όπως εξήγησε η Δρ Μιχαλίδου, αποτελεί τη μοναδική πηγή νικοτίνης στον αέρα και ο προσδιορισμός των επιπέδων της μέσα στα σπέρματα, υποδεικνύει το βαθμό επιβάρυνσής τους με καπνό. Η νικοτίνη μέσα στο ανθρώπινο σώμα μεταβολίζεται σε κοπίνη, η οποία μπορεί να προσδιοριστεί στο σάλιο, τα ούρα, το πλάσμα, τα μαλλιά και το σπέρμα. Η κοπίνη αποτελεί δείκτη βιοπαρακολούθησης της ολικής έκθεσης του σώματος στον καπνό του τσιγάρου. Τα κυριότερα ευρήματα της έρευνας ήταν: - Στα σπέρματα όπου τουλάχιστον ο ένας γονιός ήταν καπνιστής, σε 64% δεν ανιχνεύτηκε νικοτίνη σε σχέση με 25% στη μελέτη του 2005. Από τις μετρήσεις κοπίνης στο σάλιο των παιδιών βρέθηκε κοπίνη στο 94% των παιδιών μη καπνιστών και σε 97% του συνόλου των παιδιών καπνιστών και μη. Κάτι που σημαίνει ότι ακόμη και τα παιδιά των μη καπνιστών εκτίθενται στο παθητικό κάπνισμα, αφού μόλις στο 6% αυτών των παιδιών δεν ανιχνεύτηκε κοπίνη.



## Βλάπτει σοβαρά και τη σεξουαλική ζωή

**Το 2004, σύμφωνα με την Δρα Μιχαλίδου, ο Βρετανικός Ιατρικός Σύλλογος ολοκλήρωσε την αξιολόγηση των επιπτώσεων του καπνού στη σεξουαλικότητα και στο αναπαραγωγικό σύστημα, καθώς και στην υγεία του παιδιού. Σ' αυτήν, αναφέρεται πολύ συγκεκριμένα στις επιδράσεις, αλλά και στο βαθμό της σχετικής τεκμηρίωσης για τη διασύνδεση του ατιού (καπνός) και του αποτελέσματος - επιπτώσης. Η τεκμηρίωση, κυμαίνεται από την χαμηλή λογική αμφιβολία διασύνδεση του καπνού με την επιπτώση, στη «δυνατή συσχέτιση», μέχρι και την «πιθανή συσχέτιση. Ισχυρή τεκμηρίωση πέραν πάσης λογικής αμφιβολίας, υπάρχει για τον κίνδυνο καρδιαγγειακών παθήσεων, ιδίως σε συνδυασμό με τη λήψη αντισυλληπτικών και την καταστροφή του σπέρματος. Πρόκληση στις γυναίκες καθυστερημένης σύλληψης, πρωτογενούς και δευτερογενούς, έλλειψης γονιμότητας, πρώιμης εμμηνόπαυσης, προκαρκινικών αλλαγών και διηθητικού καρκίνου του τραχήλου. Στις εγκύους, επιπλοκές, πρώιμη θραύση μεμβρανών, ανώριμο ή χαμηλό βάρους νεογόνων, περιγεννητική θνησιμότητα. Στο παιδί, πρόκληση ωτίτιδας, αιφνίδιου καρδιακού θανάτου, ανάπτυξη ή επιδείνωση άσθματος και άλλων αναπνευστικών ασθενειών. Υπάρχει, επίσης, σοβαρή τεκμηρίωση**

**για πρόκληση ανδρικής ανικανότητας, περιορισμού γονιμότητας και ποιότητας σπέρματος. Επίσης, περιορισμό της ανταπόκρισης σε θεραπείες γονιμότητας, πρόκληση εξωμήτριας κύησης και αποβολής, περιορισμός της ανάπτυξης του εμβρύου, πρόωρου τοκετού και περιορισμού διάρκειας και ποιότητας του θηλασμού. Περιληπτικά, σύμφωνα με την Δρα Μιχαλίδου, αναφέρεται στην αξιολόγηση του Βρετανικού Ιατρικού Συλλόγου, ότι:**  
**➤ Το κάπνισμα βλάπτει τη σεξουαλική ζωή και επηρεάζει τις αναπαραγωγικές δυνατότητες και των δύο φύλων.**  
**➤ Οι δυσμενείς επιπτώσεις παρουσιάζονται σε όλη τη διάρκεια της αναπαραγωγικής ζωής από την εφηβεία, τη νεαρή ενήλικη ζωή μέχρι τη μέση ηλικία.**  
**➤ Με το κάπνισμα διακυβεύονται οι δυνατότητες τεκνοποίησης.**  
**➤ Το κάπνισμα των γονιών, μπορεί να έχει άμεσες, μακροπρόθεσμες και σοβαρές επιπτώσεις στην υγεία του παιδιού.**  
**➤ Η έκθεση γενικά στο παθητικό κάπνισμα, είναι επικίνδυνη στην εγκυμοσύνη και βλάπτει τα βρέφη και τα παιδιά.**  
**➤ Επισημαίνεται, όμως, ότι η διακοπή του καπνίσματος ή της έκθεσης στο παθητικό κάπνισμα, μπορεί άμεσα ή σταδιακά να μειώσει ή και να εξαλείψει πολλούς από τους κινδύνους αυτούς.**

## 75% καπνίζουν μέσα στο σπίτι

**ΕΚΤΟΣ** νομοθεσίας, πράγμα βέβαιο που δεν θα μπορούσε να ήταν αλλιώς, είναι ο χώρος του σπιτιού, όπου τους καπνίζουν οι ίδιοι οι ιδιοκτήτες τους. Όπως διαπιστώθηκε, όμως, από δύο πιλοτικές μελέτες που έγιναν, η μία το 2005 και η δεύτερη το 2008, ένα σημαντικό ποσοστό των γονιών καπνιστών, εξακολουθεί να καπνίζει μέσα στο σπίτι, εκθέτοντας τα παιδιά τους στις βλαβερές επιδράσεις του παθητικού καπνίσματος. Μεταξύ της πρώτης και της δεύτερης μελέτης, υπήρξε μείωση των γονιών καπνιστών που κάπνιζαν στο σπίτι, παρόλα αυτά, υπάρχουν ακόμα περιθώρια για μεγαλύτερη βελτίωση.

Στόχος, βέβαια, της Εθνικής Επιτροπής για το Περιβάλλον και την Υγεία του Παιδιού, είναι η δημιουργία σπιτιών απαλλαγμένων καπνού, γεγονός που προϋποθέτει αλλαγή νοοτροπίας και πρακτικών - συνθηκών των γονιών καπνιστών και βαθύτερη κατανόηση - συνειδητοποίηση από τους γονείς. «Τα παιδιά», όπως ανέφερε η Δρ Μιχαλίδου, «είναι ευάλωτα και η ανάπτυξη και το μέλλον τους, εξαρτάται και επηρεάζεται από τη δική τους συμπεριφορά». Σύμφωνα με την ίδια, οι γονείς μπορούν να προστατίσουν τα παιδιά τους, με απλές και πρακτικές οδηγίες για πράγματα που μπορούν να εφαρμόσουν ακόμα και αν οι ίδιοι συνεχίζουν να καπνίζουν. Ένας δεύτερος στόχος της εκστρατείας, η οποία γίνεται σε συνεργασία με τις Ιατρικές Υπι-



ροεσίες και το Γενικό Χημείο του Κράτους, είναι η ανάπτυξη αντικαπνιστικής νοοτροπίας από την παιδική ηλικία μέχρι την ενήλικη ζωή. Σκοπός είναι να κατανοήσουν τα παιδιά για ποιό λόγο δεν πρέπει να αρχίσουν το κάπνισμα, να μάθουν να διεκδικούν το δικαίωμά τους σε καθαρό αέρα και να μάθουν πώς να αυτοπροστατεύονται. Να σημειώσουμε, ότι τη βάση της αντικαπνιστικής εκστρατείας αποτέλεσαν οι πιλοτικές μελέτες του 2005 και του 2008. Η μελέτη του 2005 είχε στόχο να διερευνήσει τις γνώσεις των γονιών αναφορικά με τις επιπτώσεις του παθητικού καπνίσματος στην υγεία των παιδιών τους, τη στάση και τις πρακτικές που ακολουθούν σε σχέση με το ενεργό και παθητικό κάπνισμα, καθώς και τη δεκτικότητα τους σε περισσότερη πληρο-

φόρηση. Δεύτερος στόχος ήταν ο σχεδιασμός και η υλοποίηση αντικαπνιστικής εκστρατείας. Στη μελέτη έλαβαν μέρος 524 νοικοκυριά και από τα ερωτηματολόγια που συμπλήρωσαν οι γονείς διαπιστώθηκε ότι:  
 ➤ Σε ποσοστό 42% των σπιτιών τουλάχιστον ο ένας γονιός ήταν καπνιστής, ενώ σε 6% κάπνιζαν και οι δύο γονείς.  
 ➤ 75% των καπνιστών κάπνιζαν μέσα στο σπίτι.  
 ➤ 28% των καπνιστών κάπνιζαν μέσα στα αυτοκίνητα στην παρουσία των παιδιών.  
 ➤ Περίπου 30% είχαν τη λανθασμένη εντύπωση ότι καπνίζοντας σε άλλο δωμάτιο, κοντά σε παράθυρο ή σε δωμάτιο με εξαερισμό, προστατεύουν επαρκώς το παιδί.

### ΑΡΙΘΜΟΙ ΠΟΥ ΣΟΚΑΡΟΥΝ

#### 80% ψηλότερη θνησιμότητα σε παιδιά εγκύων που κάπνιζαν

**ΑΥΤΗ** την περίοδο (2009 - 2011) τρέχει ένα διευρυμένο πρόγραμμα με χρηματοδότηση του ΙΠΕ και συγκεκριμένους στόχους: (α) την αξιολόγηση των γνώσεων, τοποθετήσεων και πρακτικών των παιδιών, καθώς και τις γνώσεις τους, (β) μετρήσεις της κοπίνης στα ούρα των παιδιών πριν και μετά την εφαρμογή της νομοθεσίας για πλήρη απαγόρευση του καπνίσματος στους δημόσιους χώρους. Κάποια ενδεικτικά στοιχεία που προκύπτουν από την έρευνα, είναι ότι ένα σημαντικό ποσοστό παιδιών εκτίθεται στο κάπνισμα. «Πολλοί γονείς εξακολουθούν να θεωρούν ότι δεν υπάρχει πρόβλημα με το να καπνίσουν σπίτι τους ή έχουν λανθασμένες εντυπώσεις αναφορικά με το τι προκαλεί ο καπνός και πως μπορούν να διατηρήσουν το χώρο τους απαλλαγμένο από τον καπνό. Εκείνο που για μένα είναι συνταρακτικό είναι το μεγάλο ποσοστό γυναικών, μητέρων ή γιαγίδων, οι οποίες δήλωναν ότι κάπνιζαν μπροστά στο παιδί τους».

Η αλήθεια, όμως, των αριθμών δεν μπορεί να αμφισβητηθεί και τα στοιχεία που παρατίθενται πιο κάτω, πραγματικά σοκάρουν:

- Τα παιδιά με μητέρες καπνιστές έχουν 70% περισσότερα αναπνευστικά προβλήματα από τα παιδιά που οι μητέρες τους δεν κάπνιζαν.
- Τα περιστατικά πνευμονίας και η ανάγκη περίθαλψης τον πρώτο χρόνο της ζωής τους είναι κατά 38% πιο συχνά, όταν οι μητέρες κάπνιζαν.
- Η βρεφική θνησιμότητα είναι κατά 80% ψηλότερη σε παιδιά με μητέρες που κάπνιζαν στη διάρκεια της εγκυμοσύνης. Υπολογίζεται ότι 20% όλων των βρεφικών θανάτων, θα μπορούσαν να αποφευχθούν αν όλες οι έγκυες γυναίκες σταματούσαν το κάπνισμα.
- Τα βρέφη μητέρων που κάπνιζαν διατρέχουν τετραπλάσιο κίνδυνο (5 φορές) από το σύνδρομο του αιφνίδιου θανάτου σε σύγκριση με τα παιδιά μη καπνιστριών.

#### ΑΡΙΘΜΟΣ ΚΑΤΑΓΕΛΙΩΝ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΠΕΡΙΟΔΟ 1-1-2011 ΜΕΧΡΙ 30-4-2011

ΕΙΔΟΣ ΥΠΟΣΤΑΤΙΚΟΥ	Λευκωσία	Λεμεσός	Λάρνακα	Πάφος	Αμμόχωστος	Μόρφου	ΣΥΝΟΛΟ
Άλλο	28	297	0	2	0	0	327
Δημόσιο Κτίριο	0	0	0	0	0	0	0
Δισκοθήκη - Club	158	31	0	20	28	0	247
Εστιατόριο - Ταβέρνα	58	36	15	9	4	1	123
Ιατρείο - Κλινική - Νοσοκομείο	2	0	0	0	0	0	2
Καμπαρέ	6	0	0	0	0	0	6
Καφενείο - Λέσχη - Σύλλογος	26	79	13	28	10	1	157
Καφετέρια	32	26	23	21	8	3	113
Μουσικοχορευτικό Κέντρο	13	26	65	6	6	0	116
Μπαρ - Μπαρ	322	55	112	59	77	0	525
Ξενοδοχείο	0	0	0	0	0	0	0
Περίπτερο	2	0	0	2	0	0	4
Πρακτορείο Στοιχημάτων	103	179	32	48	38	1	401
Σχολείο - Κολέγιο - Πανεπιστήμιο	0	0	0	0	0	0	0
<b>ΣΥΝΟΛΟ</b>	<b>760</b>	<b>729</b>	<b>260</b>	<b>195</b>	<b>171</b>	<b>6</b>	<b>2121</b>

#### 2.121 καταγγελίες για παραβίαση του νόμου

**Η ΜΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ** της νομοθεσίας για την πλήρη απαγόρευση του καπνίσματος, φαίνεται ότι δεν είναι σκόπη λόγος, αλλά αποκαλύπτεται μέσα από τις καταγγελίες της Αστυνομίας κατά τους έλεγχους που διενεργεί στα διάφορα υποστατικά. Από τις αρχές του χρόνου μέχρι το τέλος Απριλίου (1 Ιανουαρίου - 30 Απριλίου 2011), έγιναν συνολικά 2.121 καταγγελίες για παραβίαση της νομοθεσίας από τις οποίες οι 760 αφορούν στη Λευκωσία, 729 τη Λεμεσό, 260 τη Λάρνακα, 195 την Πάφο, 171 την Αμμόχωστο και 6 τη Μόρφου. Ο μεγαλύτερος αριθμός παραβάσεων αφορά στις μπαρ - μπαρ, 625, ακολουθούν η πρακτορεία στοιχημάτων 401, οι δισκοθήκες - club, 247, τα καφενεία - λέσχες - σύλλογοι 157. Σε ένα άλλο επίπεδο, οι Υγειονομικές Υπηρεσίες του υπουργείου Υγείας πραγματοποίησαν κατά τη διάρκεια του 2010 13.221 ελέγχους σε επιχειρήσεις τροφίμων και διαπίστωσαν σε 175 περιπτώσεις μη συμμόρφωση της νομοθεσίας. Ενάντιον των επιχειρήσεων αυτών στάλθηκαν γραπτές προειδοποιήσεις ή λήφθηκαν δικαστικά μέτρα.