

Το σπίτι που «καπνίζει» βλάπτει την υγεία

ΜΙΑ ΜΕΛΕΤΗ ΑΜΕΡΙΚΑΝΩΝ επιστημόνων ρίχνει φως σε μία ακόμη συνέπεια του τσιγάρου.



Επιστήμονες από τα πανεπιστήμια της Καλιφόρνιας και του Τέξας, σύμφωνα με μελέτη που δημοσιεύτηκε στο περιοδικό Mutagenesis, διαπίστωσαν ότι, όταν κάποιος εισπνέει, καταπίνει ή έρχεται σε επαφή με τις ουσίες του τσιγάρου που έχουν κατακαθίσει σε διάφορα αντικείμενα, ακόμη και μετά από καιρό, διατρέχει τον ίδιο σχεδόν κίνδυνο που θα διέτρεχε εάν κάπνιζε. Για το πόσο επιβλαβές είναι το αποκαλούμενο «κάπνισμα από τρίτο χέρι» και το τι πρέπει να προσέχουμε μιλήσαμε με τη χειρουργό-ωτορινολαρυγγολόγο κεφαλής και τραχήλου Ανατολή Παταρίδου.

Τι είναι το «κάπνισμα από τρίτο χέρι» και πού το συναντάμε;

«Κάπνισμα από τρίτο χέρι» θεωρούνται τα υπολείμματα νικοτινής και άλλων χημικών ουσιών που μένουν πάνω στις επιφάνειες, αντιδρούν με τους συνήθεις ρύπους των εσωτερικών χώρων και δημιουργούν ένα τοξικό μείγμα το οποίο περιέχει καρκινογόνες ουσίες. Αυτές εγκαθίστανται στα χαλιά, στα έπιπλα - ακόμη και στο πορώδες υλικό της γυψοσανίδας. Βρίσκονται επίσης στα μαλλιά, στο δέρμα, στα ρούχα και τα νύχια των καπνιστών.

Το «κάπνισμα από τρίτο χέρι» είναι εξίσου επιβλαβές με το ενεργητικό ή το παθητικό κάπνισμα;

Είναι πλέον γνωστό πως το κάπνισμα (ενεργητικό και παθητικό) προκαλεί καρκίνο, καρδιακές παθήσεις και πρόωρο θάνατο. Επίσης οι νιτροζαμίνες του καπνού είναι ανάμεσα στα πιο ισχυρά καρκινογόνα επειδή μένουν στις επιφάνειες. Έτσι, το «κάπνισμα από τρίτο χέρι» είναι εξίσου επιβλαβές, επειδή οι ουσίες που αφήνει ο καπνός του τσιγάρου στο περιβάλλον είναι τοξικές για το γενετικό μας υλικό, προκαλώντας τόσο τη διάσπαση των αλυσίδων των μορίων του DNA όσο και την οξειδωσή τους. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε γενετικές μεταλλάξεις και σε διάφορες ασθένειες, μεταξύ των οποίων και ο καρκίνος.

Ποιοι είναι πιο ευάλωτοι;

Το «κάπνισμα από τρίτο χέρι» μπορεί να βλάψει την υγεία, ιδίως μικρών παιδιών που μπουσουλάνε, αγγίζουν και βάζουν στο στόμα τους διάφορα αντικείμενα. Οι επιστήμονες δεν ανησυχούν μόνο για τον κίνδυνο του καρκίνου,

αλλά και για άλλες παθήσεις, όπως το άσθμα και οι αλλεργικές αντιδράσεις.

Πώς μπορούν να προστατεύσουν τους οικείους τους οι καπνιστές;

Οι συνήθεις μέθοδοι καθαρισμού (ηλεκτρική σκούπα, αερισμός κ.ά.) διώχνουν μεν την τσιγαρίλα, αλλά δεν είναι ιδιαίτερα αποτελεσματικές στο να απομακρύνουν τη ρύπανση από τη νικοτινίνη και τα άλλα υπολείμματα του καπνού. Η

καλύτερη λύση είναι να αντικαταστήσει κανείς τις ταπετσαρίες στους καναπέδες, να αλλάξει το χαλί, να ξαναβάψει τους τοίχους. Καλό είναι οι γονείς να μην νοικιάζουν δωμάτια σε ξενοδοχεία ή αυτοκίνητα που έχουν χρησιμοποιηθεί από καπνιστές. Ομως, πιο ριζικά μέτρα είναι το να μην καπνίζει κανείς μέσα στο σπίτι και το αυτοκίνητο και η απαγόρευση καπνίσματος στους δημόσιους χώρους. *



ΤΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΡΙΑ ΔΟΥΚΑ, με πλήρη επίγνωση για τις ιδιαιτερότητες της εποχής, προχώρησαν σε ουσιαστικές μειώσεις διδασκτρων, χωρίς να διαπραγματεύονται την ποιότητα της παρεχόμενης εκπαίδευσης. Αντίθετα, συνεχίζουν να σχεδιάζουν και να υλοποιούν ενέργειες που αυξάνουν και βελτιώνουν τις υπηρεσίες του σχολείου.

ΤΟ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ ΑΞΙΟΛΟΓΕΙΤΑΙ, κατ' αρχάς, με απόλυτα μετρήσιμα κριτήρια, όπως η εισαγωγή στο Πανεπιστήμιο. Επιπλέον αξιολογείται με πιο ουσιαστικά κριτήρια, που έχουν να κάνουν με τις Δεξιότητες και Αξίες που αποκτούν οι μαθητές και τα οποία τους διαφοροποιούν και ενισχύουν στο στίβο της ζωής. Ο στόχος είναι να είναι ολοφάνερο στους γονείς ότι η επένδυσή τους και ο κόπος των παιδιών τους «πιάνουν τόπο».



Το Σχολείο του Μέλλοντος,
Σήμερα!