

Papieros zamiast śniadania

– Palę od młodości. To już będzie ponad 50 lat – mówi Stanisław Muziewicz. Mężczyzna jest jedyną osobą w rodzinie, która sięga po papierosa. Zdecydował się na walkę z nałogiem pod okiem specjalistów.



Stanisław Muziewicz z psychologią Joanną Miłkowską.

Pan Stanisław miał spore wsparcie. Do „Gemini” w Chojnicach przyjechał z żoną, synem i wnuczką. Mówi, że za czasów komuny dużo nie palił. Dopiero jak zaczął mieć własną uprawę tytoniu, to uzależnienie wciągnęło go bez reszty. – *Wtedy to paliłem 50 papierosów dziennie* – twierdzi. Dodaje, że już próbował walczyć z nałogiem, m.in. ograniczać ilość papierosów, ale na razie bezskutecznie. Twierdzi, że przez całe życie nie korzystał z pomocy lekarskiej. – *Nigdy nie chorowałem* – dodaje. Jednak z czasem zaczął mieć kaszel, odkrztuszać flegmę. – *Matłonka przeczytała w lokalnej gazecie, że są tu badania, więc przyjechalśmy* – dodaje.

Pół wieku z nałogiem

Palacze mówią, że w nałóg wpada się banalnie. – *Zacząłem palić w wieku 17 lat. Namówił mnie*

do tego kolega – wspomina pan Kazimierz z Chojnic. Uzależnienie tak go wciągnęło, że z papierosami nie rozstaje się od ponad 30 lat. – *Skromnie mówiąc, zdarza mi się palić 20 papierosów dziennie* – mówi. Zdecydował się wziąć udział w programie, ponieważ zaczął mieć kłopoty ze zdrowiem. – *Mam mieć wszczepione bajpasy* – dodaje. Przeszedł do „Gemini” z nadzieją, że uda mu się z pomocą specjalistów rzucić nałóg. – *Dzieci nieraz mówiły mi, że bym rzucił papierosa, ale to nie pomagało* – twierdzi chojniczanin.

Z pomocy fachowców zdecydowała się też skorzystać para Krystyna i Czesław. Pani Krystyna palić się nauczyła w pracy i z tym nałogiem żyje już 10 lat. Jej partner ten niechlubny staż ma o wiele dłuższy. Pali już pół wieku. Próbował rzucić dwa razy.

Kłopoty w rodzinie

Niestety stresowe sytuacje powodowały, że ponownie sięgał po papierosa. Obecnie oboje są na etapie ograniczania palenia. – *W ciągu tygodnia zapaliłem tylko cztery papierosa* – mówi pani Krystyna. Natomiast pan Czesław pali teraz niecałą paczkę dziennie, a zdarzało się że wypalał ponad 30 papierosów. – *Uważam, że w ciągu pół roku uda mi się rzucić palenie całkowicie* – mówi pan Czesław. Rozmówcy dodają, że chcą się pozbyć nałogu głównie dla zdrowia. Pieniądże są ważne, ale nie mają aż takiego znaczenia. Palacz woli kupić papierosa niż coś na śniadanie. – *Kiedyś wychodziłem do pracy i zapomniałem papierosów. Cofnąłem się po nie. Gdybym zapomniał kanapek, na pewno nie uwróciłbym po nie do domu* – dodaje pan Kazimierz.



Również w ZS w Chojnicach młodzież mogła skorzystać ze spirometrii. Wydolność swoich płuc mogli sobie zbadać palacze, ale także osoby, które nie sięgają po papierosa, a są np. biernymi palaczami. Na zdjęciu podczas badania Weronika Myszke.



Spirometrię przeprowadzała pielęgniarka Sylwia Kaminska. Na zdjęciu także uczennica Pamela Daniels.

W grupie różnie

Kampania związana z rzuceniem palenia została nagłośniona w listopadzie, ale każdy uzależniony od nikotyny przez cały rok może się zgłaszać do „Gemini”. Pacjenci są prowadzeni w Centrum Medycznym w „Gemini”. Nie ponoszą żadnych kosztów. Mają robioną spirometrię, spotykają się z psychologiem, die-

tetykiem, lekarzem. Mogą wziąć udział w terapii grupowej. Na tym jednak się nie kończy. – *Zgodnie z zaleceniami NFZ, taki pacjent opieką jest otoczony przez cały rok* – mówi Katarzyna Karpus z „Gemini”.

tekst i fot.
Danuta Niedzielska

W ZS w Chojnicach ogłoszono także konkurs na hasło antynikotynowe. Zwyciężył Andrzej Modrzejewski za hasło „Gdy palisz faję codziennie rano, to zamiast mózgu będziesz miał siano”. Natomiast najlepiej z testem o nikotynizmie poradziły sobie Martyna Myk i Ania Smagała.