

СУУ ТҮТҮКТӨРҮ (КАЛЬЯН) – КЕРЕКТӨӨЧҮЛӨРДҮН ЖАҢЫЛЫШУУСУ

Тамеки чегүү дүйнөнүн ар тарабында тамеки керектөөнүн үстөмдүк кылган түрү болгону менен **СУУ ТҮТҮГҮН (СТ) колдонууга** дүйнө жүзүндө тамеки керектөөнүн басымдуу жана өсүп бараткан бөлүгү^{36,37}. **СТ ошондой эле башка аталышта белгилүү, мисалы шиша (кальян), наргиле, аргиле, хука, буль-булятор жана гоза.**

СТ дизайны жана сырткы көрүнүшү да ар кандай болушу мүмкүн, **бирок, негизинен, тамеки түтүнү суусу бар идиштен (ваза, бөтөлкө) өтүп, шланг аркылуу чегүүчүнүн оозуна жетет.**

СТ чегүү башка тамеки заттарына салыштырмалуу колдонуунун коопсуздугу жөнүндө туура эмес көз караш, анын социалдык жана маданий алгылыктуулугу жана дүйнө жүзүндө аны кеңири пайдалануусу азыркы учурда СТ кенен таркашына көмөктөшүп турат.

СТ пайдаланууда түтүндүн чоң көлөмү чыгат, ал тамеки чеккендерге да, чекпегендерге да таасир берип, ден соолугу үчүн коркунуч туудурат. Көп клиникалык изилдөөлөрдө далилденгендей, СТ пайдалануу ооруларды чакырышы мүмкүн.

Ушул мезгилге чейин ченемдик жоболордун көпчүлүгү тамекилерге багытталып, ал эми СТ пайдаланууга көңүл азыраак бөлүнүп келген³⁸. Тамеки жалбырагынан сырткары, кошунду, ароматизатор жана тамеки жалбырактарын ысытууга же күйгүзүүгө колдонулган жыгач көмүрү СТ үчүн заттардын маанилүү элементтери болуп саналат, бул жөнгө салуунун атайын чараларын талап кылат.

Негизги фактылар

Дүйнөнүн ар тарабында СТ үчүн керектелүүчү ар кыл топтордо болуп, сырткы көрүнүшү жана курамы боюнча кыйла айырмаланат, алардын көпчүлүгүндө тамекинин катарында башка тутумдарды камтыйт. СТ үчүн азыктарды эки негизги түрү бар.

1) Салттуусу өлкөлөрдө тумбак, тунбак же аджами катарында белгилүү. Бул нымдуу кургатылган тамеки жалбырактары, алар колдоноор алдында суу менен нымдалат, алардын курамында ароматизаторлор жок.

2) Маасаль же моассаль (араб тилинен - бал) – ароматизаторлорду жана таттуу кылчу заттарды камтыйт. Бул азык тамекини патока жана жемиш эссенциясынын жардамы менен ферменттөөнүн натыйжасында даярдалат, ошолордон улам азык колдонууга чейин нымдуу жана жумшак бойдон кала берет. Көптөгөн ар кандай ароматизаторлор колдонулат, анын ичинде жемиштер, чөптөр жана гүлдөр.

³⁶ WHO Study Group on Tobacco Product Regulation (TobReg) advisory note. Waterpipe tobacco smoking: health effects, research needs and recommended actions by regulators. Geneva: World Health Organization; 2005 (http://www.who.int/tobacco/global_interaction/tobreg/Waterpipe%20recommendation_Final.pdf?ua=1).

³⁷ Summary report on the WHO-EM/TFI/123/E expert workshop to prepare a new edition of the WHO advisory note on waterpipe tobacco smoking, Cairo, Egypt, 30–31 March 2014. World Health Organization Regional Office for the Eastern Mediterranean; 2014 (http://Applications.emro.who.int/docs/IC_Meet_Rep_2014_EN_15355.pdf).

³⁸ Законы борьбы против табака [веб-сайт]. Washington (DC): Campaign for tobacco-free kids; 2014 (<http://www.tobaccocontrolaws.org/>).

Ароматизаторлорго жана төмөндөтүлгөн ачуулугунан улам моассаль бүгүнкү күндө дүйнө жүзүндө СТ үчүн кеңири колдонулчу тамеки азыгы болуп саналат. Заттардын бардык түрүндө тамеки азыгын ысытуу же күйгүзүү үчүн жыгач көмүрү колдонулат, ал түтүктүн баш жагына жайгаштырылат. Бул СТ колдонууда ден соолук үчүн кошумча коркунучтарды жаратат жана жөнгө салуу жагынан уникалдуу маселе болушу мүмкүн.

Базарда кездешкен көп заттар СТ тамеки индустриясы тарабынан жасалат. СТ арналган тамекинин буюмдарынын негизги өндүрүүчүлөрү Жакынкы чыгыш жана Түндүк Африка өлкөлөрүндө жайгашкан.

СТ үчүн тамеки заттарын таңактоо жана белгилөө ДССУ ТККАК 11-беренесине ылайык жүргүзүлүшү керек. Израиль, Ливан, Россия Федерациясы жана Түркия СТ үчүн тамеки таңагында эскертүүлөр боюнча так талаптарды койгон.

Түркияда СТ бөтөлкөсүндө же идишинде (кальян, шиша) эскертүүчү белгилер эки тарабында тең 65% кем эмес аянтында милдеттүү түрдө жайгашылуусу зарыл

СТ үчүн азыктарда камтылган никотин көз карандылыкты чакыруунун себеби болуп саналат. Өлчөөлөргө ылайык, жыгач көмүрдөн тез күйүүчү дисктерди күйгүзүү менен маасаль тамекисинин 10 г чегүүнүн бир сеансында, жуткан түтүндө 2,94 мг никотин, 802 мг «чайыр» жана 145 мг CO³⁹ бөлүнүп чыгарылат.

СТ түтүнүнүн анализи бир катар канцерогендерүү жана уулуу заттарды аныктаган, мисалы тамеки үчүн спецификалуу **нитрозаминдер, полициклдик жыттуу көмүр суутектер (бензопирен, антрацен), альдегиддер (формальдегид, ацетальдегид, акролеин) жана оор металлдар (мышьяк, хром жана коргошун).**

Жыгач көмүрдү колдонууга байланыштуу СТ колдонууда **истүү газдын жогорку деңгээли** орун алган. Ошондой эле ал канцерогендик полициклдик жыттуу көмүр суутектерди чыгарууга көмөктөшөт⁴⁰. СТ колдонууда түтүндүн чоң көлөмү пайда болуп, абанын тазалыгын аба сапатынын эл аралык стандарттарынан кыйла ашкан майда бөлүкчөлөрдүн жогорку концентрациясын камтыйт⁴¹.

Суу түтүктөн тамеки заттарын тартуунун ден соолукка болгон таасири

СТ колдонуу ден соолукка – **респиратордук системага, жүрөк-кан системасына, ооз көңдөйүнө жана тиштерге** өтө чоң коркунучтарды шарттайт⁴². Түтүндүн өткүр таасири ооз көңдөйүнүн былжырлуу кабыгын жана көздүн былжыр челин дүүлүктүрүүгө алып келет.

³⁹ Shihadeh A, Saleh R. Polycyclic aromatic hydrocarbons, carbon monoxide, "tar", and nicotine in the mainstream smoke aerosol of the narghile water pipe. Food and Chemical Toxicology. 2005;43(5):655–61

⁴⁰ Monzer B, Septjian E, Saliba N, Shihadeh A. Charcoal emissions as a source of CO and carcinogenic PAH in mainstream narghile waterpipe smoke. Food and Chemical Toxicology. 2008;46(9):2991–5. doi:10.1016/j.fct.2008.05.031.

⁴¹ Daher N, Saleh R, Jaroudi E, Shehaili H, Badr T, Sepetdjian E et al. Comparison of carcinogen, carbon monoxide, and ultrafine particle emissions from narghile waterpipe and cigarette smoking: Sidestream smoke measurements and assessment of second-hand smoke emission factors. Atmospheric Environment. 2010;44(1):8–14. doi:10.1016/j.atmosenv.2009.10.004.

⁴² Akl E, Gaddam S, Gunukula S, Honeine R, Jaoude PA, Irani J. The effects of waterpipe tobacco smoking: A systemic review. International Journal of Epidemiology. 2010;39:834–57. doi:10.1093/ije/dyq002.

Көмүртек кычкылынын чоң көлөмдө чыгышы айрымдардын эстен тануусуна алып келет, бул канында карбоксигемоглобиндин пайда болуусу жана организмге, анын ичинде мээге да, кычкылтектин жетишпегендиги менен байланыштуу көлөмүн.

СТ көп чеккендерде өпкөнүн обструктивдүү өнөкөт оорусуна, астмага жана пародонтозго чалдыгуусу өтө жогору.

СТ аркылуу тамеки чегүү рактын төмөнкү түрлөрүнүн пайда болуусу менен байланыштуу: **ооз көңдөйүнүн рагы, аман калуу шартынын көрсөткүчү (АКШ) 4кө барабар, кызыл өңгөч рагы, АКШ – 2,65 жана өпкө рагы, АКШ – 2,12.**

Кош бойлуу учурунда СТ чеккен энелерде чекпеген энелерге караганда дене салмагы төмөн балдар көбүрөөк төрөлөт⁴³.

Тамеки керектөөнү глобалдуу изилдөөнүн маалыматтары боюнча (тандалмалуу: Кыргызстанда 62 мектептеринен 4981 мектеп окуучулары, 86% жооп берген, 2014-ж.):

- 13-15-жаштагы 7% ашуун мектеп окуучулары (9% балдар жана 6% чейин кыздар) кальян чегип көрүшкөн.
- Суу түтүгү аркылуу тамеки чегип көрүшкөндөрдүн деңгээли 13 жаштагылардын арасында 5%дан 15 жаштагы өспүрүмдөр арасында 11%га чейин пропорциялуу түрдө өсүшү айкындалган.
- **Бишкек ш. 13-15 жаштагы мектеп окуучулары арасында Суу түтүктөрү аркылуу (кальян) тамеки чегип көрүшкөндөрдүн саны жогору - 21% (27% балдар жана 15% чейин кыздар), жана өспүрүмдөрдүн курагы 13, 14 жана 15 жаш болуп жогорулаган сайын тиешелүү түрдө 15%, 18% жана 27,3% болуп өсүп барат.**
- 10% балдар жана 5% чейин кыздар суу түтүктөрү (кальян) аркылуу учурдагы тамеки чегүүчүлөр болуп саналат.

Суу түтүктөрү (кальян) аркылуу тамеки чегүү менен күрөшүүнүн жана алдын алуунун натыйжалуу чараларын күчөтүү боюнча ДССУ сунуштары

Эмне зарыл:

1. Ден соолук үчүн СТ пайдалануунун кесепеттери жөнүндө коомчулукту маалымдоону **күчөтүү** жана алардын коопсуздугу же зыяндуу таасири азыраак деген пикирди жокко чыгаруу.

2. Керектөөчүлөрдү 100% маалымдоо үчүн кальянды пайдаланууда тамекинин зыяндыгы жөнүндө эскертүүнү **ишке киргизүү**.

3. Коомдук жерлерде, анын ичинде коомдук тамактануу жерлеринде СТ (кальян) аркылуу тамеки чегүүгө **тыюу салуу**.

4. Кальян аркылуу тамекиге акциздик салыктын өлчөмүн **жогорулатуу**, өзгөчө ар кандай тамеки заттары ортосундагы салыктарды эриш-аркак келтирүү.

5. Кальян аркылуу тамеки чегүү жана СТ аксессуарларын жана тамеки заттарын сатууга түрткү берүү максатында СТ (кальян) идиштерин демонстрациялоо жана жайып коюуга (көрсөтмөлөөгө) **тыюу салуу**.

⁴³ Nuwayhid IA, Yamout B, Azar G, Al Kouatly Kambris M. Narghile (hubble-bubble) smoking, low birth weight, and other pregnancy outcomes. American Journal of Epidemiology. 1998;148(4):375–83.