Siqaretlə yoldaşlıq

Estafet kişilərdən qadınlara keçir

"Siqaret çəkməyə iki il bundan öncə başlamışam. Əvvəllər ildə-ayda bir dəfə, özümü narahat hiss edəndə bir dənəsini çəkirdim. Ancaq artıq iki ildir ki, siqaret mənim həmdəmimdir. Təsəvvür edin ki, insan yaxın bir dostu ilə hər gün əlaqə saxlayır və onunla problemlərini bölüşür. Mənim də yaxın dostum siqaretdir. Siqaretdən istifadə edəndə gündəlik problemlərimi az da olsa unuduram".

Müsahibim Sara Ələkbərova (soyad şərtidir) deyir ki, ailəsi hələ də onun siqaret çəkməsini qəbul edə bilmir. Yaxınları siqaret çəkdiyi üçün onu qınayır, tənqid edirlər. Hətta atası siqaret çəkdiyini bilən-dən sonra onunla ünsiyyəti kəsib: "Siqaret çəkməyimə baxmayaraq, bütün yaxınlarıma, dostlarıma çəkməməyi tövsiyə edirəm. O cümlədən də, qadınlara.

Qadınlar siqaretdən asılılığa daha tez vərdiş edirlər. Mən özüm siqaret çəkirəm deyə bu məsələylə bağlı kimlərəsə xüsusi irad bildirməyim yerinə düşmür. Sual yaranır ki, bəs özün niyə çəkirsən? O baxımdan ancaq tövsiyə verə bilərəm. Çəkməyəni görəndə isə, alqışlayıram ki, heç vaxt çəkməsin. Siqaret çəkən qadına ikrahla yanaşılmasına, tənələrə məruz qalmasına da yaxşı baxmıram, çünki siqaret çəkməsi qadına belə yanaşmağa əsas vermir. Bir də ki, kiminsə yanında siqaret çəkilməməsi hörmət əlaməti deyil. Ola bilsin ki, hansısa qadın siqaret çəkməyini cəmiyyətdən gizlədir. Amma onun siqaretdən daha böyük problemləri var ki, cəmiyyət üçün daha təhlükəlidir".

Dünyada ilk siqaret çəkən qadın İngiltərənin Warwickshire şəhərində yaşayan dul Leydi Caroline Mordaunt olub. Leydi Mordaunt yalnız özü üçün, xüsusi olaraq, məşhur tütünçü Nicholas Contoupolis tərəfindən hazırlanan siqaretləri çəkirmiş. 1858-ci ildə Contoupolisin ən yaxşı müştərilərindən biri elə Leydi Mordaunt olub. Cəmiyyət içində siqaret çəkən ilk qadın isə Clenmont-Tonnerre olub. 1896-cı ildə "Savoy" otelinin yemək salonunda siqaretini

yandıranda qonaqlar dəhşətə gəliblər.

Bu gün Avropa ölkələrində, hətta yaxın qonşumuz Türkiyədə də qadınlar arasında siqaret çəkmək adi haldır. Bu ölkələrdə kişilər kimi qadınlar da rahatca siqaret çəkə bilirlər. Heç kim qadınlara siqaret çəkdiyi üçün qəribə nəzərlərlə baxmır.

Bir sözlə, qadınların siqaret çəkməsinə oralarda əməllicə öyrəşiblər. Hazırda bu tendensiya Azərbaycanda da xeyli yayılıb və ölkə qadınlarının təxminən 8 faizi siqaret çəkir. Əsasən kişilərin aludə olduğu siqaretə vərdiş edən zərif cins nümayəndələrinin sayı artmaqdadır. Amma bir məqamı vurğulamaq lazımdır ki, bizdə hələ də siqaret çəkən qadınlara birmənalı yanaşılmır. Hətta bir neçə il bundan əvvəl qadının siqaret çəkməsi hər kəs tərəfindən dəhşətli hadisə kimi qarşılanırdı. Elə indi də Azərbaycanın milli-mənəvi dünyasında qadının siqaret çəkməsi əxlaq dəyərlərinə zidd olan amil kimi qarşılanır.

Dinşünas Cəmşid Nəsirov deyir ki, islam dinində həm kişilərə, həm də xanımlara aid olan əxlaqi kodekslər var. Onun sözlərinə görə, həm xanımlığın, həm də kişiliyin meyarını aşağı salan bir neçə amil var ki, xanımların siqaret çəkməyi də bu amillərdən biridir: "Ümumiyyətlə, islam siqaret çəkməyə yaxşı baxmır. Siqaret islamda bəyənilmir.

Hətta bəzi təriqətlərdə siqaretin çəkilməsi haram kimi qeyd olunur. Onların fikrincə, Allah sevgisi yerləşən qəlbə başqa nəyinsə meylini daxil etmək olmaz". Xanımların istər ictimai, istərsə də fərdi halda siqaret çəkməsini islamın bəyənmədiyini qeyd edən C.Nəsirov bildirib ki, bu gün Avropada xanımlar müəyyən bir yaşdan sonra siqaret çəkməyə vərdişkar olurlar: "Avropa xanımlarının siqaret çəkməsinin kökündə, qitənin, bəlkə də xristianlığın özünün və milli ənənələrin əsasında olan məsələlər durur. Bu gün biz bir məqamı yaddan çıxarmamalıyıq ki, texnologiyalar əsri olmasına baxmayaraq, islam ölkəsində siqaret çəkmək əsla məqbul sayılmır".

Qadın Böhran Mərkəzinin rəhbəri Mətanət Əzizqızının sözlərinə görə, bu gün Azərbaycanda qadınlar arasında siqaret çəkmək vərdişi yayılır. Son vaxtlar kişilər siqaret çəkməmək üçün apardıqları mübarizəni gücləndiriblər. Siqaretlə mübarizə aparmaq üçün müxtəlif kitablar oxuyurlar, fərqli vasitələrdən istifadə edirlər. Kişilərin yerini isə qadınlar alıb. Belə ki, hazırda siqaret çəkməyə qadınlar kişilərdən daha çox meylli görünürlər.

M.Əzizqızı hesab edir ki, əgər insanlar bir neçə il əvvəl daha sakit həyat yaşayırdılarsa, indi onlar informasiya bolluğuna düşüblər və çox aktiv bir həyat keçirirlər. Belə olanda isə insanlar fikirləşirlər ki, stresdən çıxmaq üçün içki və siqaretdən istifadə etmək lazımdır: "Bu fikir daha çox qadınlar arasında yayılır. Çünki qadınlar stresə daha çox məruz qalır. Onlar fikirləşirlər ki, siqaret çəkməklə əsəb gərginliyini özlərindən uzaqlaşdıracaqlar. Bu gün qadınların siqaret çəkməsində artım müşahidə olunmasının bir səbəbi də odur ki, qadınlar bu yolla arıqlayacaqlarını düşünürlər".

"Siqaretlə mübarizə milli proqramı"nın koordinatoru Azad Hacıyevin sözlərinə görə, siqaret çəkən qadınların əksəriyyəti bu vərdişə arıqlamaq məqsədi ilə aludə olur: "Bu qənaətə apardığımız araşdırmalardan sonra gəlmişik. Qadınların çoxu elə düşünür ki, siqaret çəkməklə artıq çəkidən azad ola bilər. Ancaq bu sahədə uzun illər çalışan bir ekspert kimi deyə bilərəm ki, siqareti tərgidə bilməmək qadınların psixoloji durumu ilə bağlıdır.

Bunun, qadınların dediyi kimi, çəki ilə heç bir əlaqəsi yoxdur. Apardığımız araşdırmalar zamanı qadınların əksəriyyəti bildirdi ki, siqareti atsalar, boş vaxtları çoxalacaq və yemək yeməyə başlayacaqlar. Bu fikri özlərinə aşılayanlarda siqaretə meyllilik artır və onlar vərdişkara çevrilirlər".

A.Hacıyev siqaretin artıq çəki ilə mübarizədə effektliliyinə təkcə bizdə yox, xarici dövlətlərdə də inananların çox olduğunu deyir: "Məsələn, Amerikada hər 5 qadından 1-i kökəlməyin qarşısını almaq üçün siqaret çəkir. Bunu həmin ölkədə aparılan araşdırmalar da təsdiqləyib. Onu da deyim ki, siqaret çəkən qadınlar artıq çəkidən ona görə azad ola bilirlər ki, nikotin iştahanı azaldır. Bunu ətrafa nəzər salmaqla da müəyyənləşdirə bilərik. Belə ki, siqaret çəkən insanlar çəkməyənlərdən daha arıq olur. Ancaq bütün bunlar nikotinin orqanizmə vurduğu zərərləri kompensasiya edə bilməz.

Qadın anlamalıdır ki, siqaret zaman-zaman öz mənfi təsirini göstərməyə başlayacaq". Mütəxəssis Azərbaycanda qadınların siqaret çəkmələrini gizlətməyə meylli olduqlarını vurğulayır: "Apardığımız gizli anket sorğulardan sonra məlum oldu ki, qadınların əksəriyyəti siqaret çəkdiyini yaxın ətrafından gizlədir. Onlar gizli şəkildə və ya öz rəfiqələri arasında siqaret çəkirlər. Məsələn, bu yaxınlarda rayonlarımızın birində kişi öz arvadının siqaret çəkdiyini bildikdən sonra onu qətlə yetirmişdi. Ancaq mentalitetimizə və adətlərimizə zidd olmasına baxmayaraq, qadınlarda siqaretə həvəs güclənir.

Təəssüflə qeyd etmək istəyirəm ki, bu gün yeniyetmə qızlar arasında da siqaretçəkmə faktları az deyil".

Amerika alimlərinin apardıqları araşdırmalar göstərir ki, siqaret qadınların ömrünü orta hesabla 14-15 il azaldır. 1950-ci ildən etibarən ağciyər xərçəngindən dünyasını dəyişən qadınların sayı 60 faiz artıb.

Həkim-terapevt Fərhad Abbaszadənin dediyinə görə, siqaretin tərkibində olan nikotin qadınların immun sistemini zəiflətməkdən əlavə, həzm, tənəffüs və cinsiyyət sistemlərinə də neqativ təsir göstərir: "Qadın orqanizmi siqaretin mənfi təsirlərinə kişidən daha həssasdır. Belə ki, siqaret çəkilən otaqda olan bir qadın tüstülü və zəhərli havada tənəffüs etməklə özünə böyük zərər verir. Əgər belə evdə körpə uşaqlar da olarsa, onlar tənəffüs yolları xəstəliklərinə daha tez tutulurlar.

Siqaret çəkilən evdə qadın hamilədirsə, bu, hələ dünyaya gəlməmiş uşağın da zəhərli təsirə məruz qalmasına səbəb olur. Belə analarda ölü uşağın doğulması və bir çox digər ciddi fəsadlar yarana bilər".

Mama-ginekoloq Raya Qasımova deyir ki, hər dəfə siqaret çəkərkən onun tərkibindəki maddələr üzündən insanın damarları daralır, qanın oksigen daşımaq qabiliyyəti azalır. Başqa sözlə, siqaret bütün orqanlara gedən oksigen miqdarının azalmasına səbəb olur. Yumurtalıq da bundan öz nəsibini alır. Gündə 1 qutu siqaret çəkən qadınlarda yumurtalığın fəaliyyəti yavaş-yavaş zəifləyir və qadın tədricən ana olmaq şansını itirir. Siqaret çəkən qadınlarda sonsuzluq ehtimalı, çəkməyənlərə nisbətən, daha güclüdür.

Qadınların siqaret çəkməsinə kişilərin də münasibətini öyrənmək üçün onlar arasında kiçik bir sorğu keçirdik. Rəyini öyrəndiyimiz respondentlərin, demək olar ki, hamısı qadınların siqaret çəkməsini normal qəbul etmədiklərini bildirdilər. Onlar qeyd etdilər ki, azərbaycanlı qadının siqaret çəkməsi milli mentalitetə zidd haldır.

Məsələyə münasibətini öyrəndiyimiz Şamxal Rəsulovun fikirləri: "Siqaret çəkən azərbaycanlı qadınlardan abrı, əxlaqı yerində olanı hələ mənim rastıma çıxmayıb. Bu cür qadınları elə yerlərdə görürük ki, məsələ o dəqiqə aydınlaşır.

Xarici ölkələrdə qadının siqaret çəkməsini normal qarşılaya bilərlər. Onların öz adətləri var. Bizdə isə tarixən görmədiyimiz, etmədiyimiz bir şey olduğuna görə bunu normal qarşılamaq olmur. Həm sağlamlıq, həm də mentalitet baxımından düz deyil. Qadın zərif bir məxluqdur və ona siqaret yaraşmır. Çünki siqaret insanı kobudlaşdırır, səsini, xarakterini sərtləşdirir. Düzdür, qoca qadınlar görmüşəm ki, siqaret çəkirlər, elə mənim nənəm də çəkirdi. Onların siqaret çəkməsinin başqa səbəbləri vardı, çoxu dərdini dağıdırdı, müharibələrdə itirdiyi əzizlərinin xiffətindən siqaretə aludə olmuşdu. İndikilərin əksəriyyəti isə özünü göstərmək üçün, ya da ki, yüngül həyat tərzinə görə siqaret çəkirlər".

Digər respondent Elxan Nəbiyevə görə, axır vaxtlar yaman dəb düşüb qadınların siqaret çəkməsi: "Əvvəllər bunu gizlin etsələr də, indi açıq-aşkar şəkildə, bütün millətin gözü qarşısında siqaret çəkirlər. Heç kimdən də utanmır, çəkinmirlər. Mən, sadəcə olaraq, belələrinə, yəni siqaret çəkən qadınlara hörmət etmirəm. Hərdən baxırsan, normal görünən hansısa qadın qəfil başlayır siqaret çəkməyə. Elə bununla da onun bütün gözəlliyi, incəliyi yox olur mənim nəzərimdə. Qadının siqaret çəkməsi məndə ona nifrət hissi oyadır".

Asəm Babayev isə qeyd edib ki, Azərbaycanda qadının siqaret çəkməsi cəmiyyət tərəfindən normal qəbul edilmir və edilməyəcək də. Çünki bura Azərbaycandır, hər hansı Avropa ölkəsi yox: "Bizim qadınların abır-həyası, davranışı, özünü aparması bütün dünya qadınlarına misal çəkilir. Ancaq siqaret çəkən, hərəkətini, davranışını bilməyən bir-iki qadın bütün Azərbaycan xanımlarının təmiz adına ləkə gətirə bilər".

Siqaretə qadınların özlərinin də münasibəti birmənalı deyil. Müasir həyat tərzinə üstünlük vermələrinə baxmayaraq, belə qadınlar arasında siqareti çəkmək vərdişinə həddindən artıq pis baxan xanımlar çoxdur. Onlardan birinin sözlərinə görə, qadının kişi ilə bərabər siqaret çəkməsi onun xanımlığına kölgə salır.

Onun əksinə olaraq, söhbətimizə qoşulan başqa bir xanım siqaret çəkməyə normal baxdığını və özü də hərdənbir siqaret çəkdiyini etiraf etdi. Onun dediyinə görə, bu yolla, doğrudan da, davamlı yaşadığı əsəb gərginliyindən xilas ola bilib.

● S. QARAYEVA