

SPIS TREŚCI

WSTĘP	7
-------------	---

ROZDZIAŁ I

PALENIE TYTONIU W RÓŻNYCH

KULTURACH	11
1. Ślady palenia tytoniu w historii	11
2. Palenie tytoniu w Ameryce Południowej i w Europie	12
3. Palenie tytoniu w krajach azjatyckich	19
4. W Afryce też palą i żują tytoń	22

ROZDZIAŁ II

TYTOŃ I JEGO DZIAŁANIE NA ORGANIZM

LUDZKI	26
1. Tytoń i wyroby tytoniowe	28
2. Szkodliwe substancje dymu papierosowego	32
3. Zagrożony paleniem układ rozrodczy kobiet i mężczyzn	37
4. Palenie tytoniu a inne uzależnienia od środków psychotropowych	40

ROZDZIAŁ III

PSYCHICZNE, FIZYCZNE I SPOŁECZNE

UZALEŻNIENIA OD TYTONIU	44
1. Psychiczne uzależnienie od tytoniu	46
2. Fizyczne uzależnienie – zespół abstynencyjny	47
3. Społeczne uzależnienie od palenia	48
4. Koncepcje uzależnienia od tytoniu	50
5. Typy i typologie palaczy	59

ROZDZIAŁ IV**MOTYWY I SZKODLIWE SKUTKI PALENIA**

TYTONIU	67
1. Motywy palenia i przyczyny uzależnienia od tytoniu	68
2. Szkodliwe skutki palenia tytoniu	72
3. Psychologiczne aspekty palenia u dzieci i młodzieży	79
4. Edukacyjno-wychowawcze i zawodowe problemy palenia	82
5. Niektóre korelaty osobowości palaczy	92

ROZDZIAŁ V**SZKODLIWOŚĆ BIERNEGO PALENIA** 101

1. Zagrożone dymem tytoniowym dzieci i młodzież ...	102
2. Palenie w miejscach publicznych	107
3. Niepalący skazani na środki trujące	110

ROZDZIAŁ VI**SZKODLIWE SKUTKI PALENIA U KOBIET**

I MĘŻCZYZN	115
1. Szkodliwe skutki palenia u kobiet	115
2. Szkodliwe skutki palenia u mężczyzn	119
3. Zagrożenia biernego palenia dla potomstwa	121
4. Leczenie z uzależnienia tytoniowego	123

ROZDZIAŁ VII**MORALNO-ETYCZNA OCENA PALENIA** 132

1. Palenie – wolność czy zniewolenie	133
2. Palacz wobec palenia	135
3. Etyczno-moralne aspekty palenia	139
4. Biblijne i kościelne podstawy zakazu palenia	142
5. Odpowiedzialność za produkcję i handel wyrobami tytoniowymi	145

ROZDZIAŁ VIII**ŚWIATOWY I POLSKI PRZEMYSŁ**

TYTONIOWY	147
1. Światowa produkcja i przemysł tytoniowy	148
2. Polski Monopol Tytoniowy (PMT)	149
3. Międzynarodowy biznes tytoniowy	153
4. Światowa polityka przemysłu tytoniowego	157

ROZDZIAŁ IX**MITY I OSZUSTWA ZWIĄZANE Z PALENIEM**

TYTONIU	160
1. Błędne opinie i mity o właściwościach tytoniu	160
2. Oszustwa producentów i handlarzy tytoniu	164
3. Nachalne reklamy biznesu tytoniowego	166

ROZDZIAŁ X**PROFILAKTYKA PRZECIWTYTONIOWA**

1. Palenie – strategie ograniczania i zapobiegania	173
2. Programy i metody profilaktyczno-terapeutyczne	176
3. Edukacja i pomoc uzależnionym palaczom	179
4. Gdzie szukać pomocy?	195

ZAKOŃCZENIE	198
-------------------	-----

BIBLIOGRAFIA	200
--------------------	-----

ANEKS	211
-------------	-----