

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.....**

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 MĘŻCZYŹN.....	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.....**

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**.....173

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
--------------------	-----