

**Pekka Mursula, 45, oli yrittänyt lopettaa 20 kertaa**  
**16/06/2005**

Suomi

"Kun aloitin 80-luvun lopulla ensimmäisessä työpaikassani, oli ihan tavallista, että työntekijät tupakoivat omissa työhuoneissaan. Palaverissa tupakoitiin ihan yleisesti ja välillä kokoushuone muistutti Helsingin Messukeskuksen tupakkakoppia, niin paksu oli tupakansavu. Tupakoimattomat siinä saivat kärsiä.

Nykyisin on hyvä asia, että tupakointi on kielletty yleisissä tiloissa, työpaikoilla, sairaaloissa jne. – ja ravintoloissakin tietyissä paikoissa. Kiellot helpottavat tupakoinnin lopettamista."

Pekka oli polttanut 15-vuotiaasta asti ja yrittänyt lopettaa ´ainakin 20 kertaa´ ja käyttänyt lopettamisen tukena kaikkia mahdollisia keinoja: kerrasta poikki –keinoa, uudenvuoden lupauksia, vedonlyöntejä, nikotiinikorvaushoitoa jne.

Lopettamisessa Pekan mielestä ensimmäiset 2–3 viikkoa ovat vaikeimmat. "Pahinta on ollut se, kun on ratkennut uudestaan tupakoimaan. On luullut olevansa fiksu ja voivansa polttaa vain pari tupakkaa silloin tällöin."

Lopeta ja Voita2005 -kilpailuun Pekan ilmoitti Marita-vaimo. Pekka kertoo, että on saanut runsaasti tukea ja kannustusta omalta perheeltään. "Perhe kesti hienosti lisääntyntä ärtyisyyttäni. Myönnän, että välillä olen ollut aika ärsyttävä." toteaa Pekka.

Kun Pekka kuuli olevansa Lopeta ja Voita 2005 -kilpailun voittajaehdokas, luuli vaimon järjestäneen jonkun radiokanavan pilapuhelun. Puhelun asiallisuus kuitenkin vakuutti, että voitto on totta. Pekka sai käyttöönsä kahdeksi kuukaudeksi Smart-auton.

