

Влияние никотина на организм



**“Яд, который не действует сразу,
не становится менее опасным”**

Г.Э. Лессинг





Из всех вредных привычек наиболее распространено курение.

Аборигены Северной и Южной Америки были первыми, кто стал выращивать табак.

Табак появился в Европе:

1556 – завезен во Францию

1558 – в Португалию

1559 – в Испанию

1565 – в Англию

КУРЕНИЕ ТАБАКА

Активное курение – вредная привычка по вдыханию дыма горящих сигарет, сигар, папирос.

Пассивное курение – вдыхание некурящими людьми табачного дыма, содержащегося в воздухе.

При курении образуется два потока дыма:

⇒ основной (при активном курении), который попадает в легкие того, кто курит;

⇒ побочный (при пассивном курении), который попадает в окружающий воздух.

Пассивное курение так же вредно для здоровья, как и активное курение, – разница только в интенсивности воздействия.



У начинающего курильщика в течение двух - трёх лет заметно истощается запас жизненной энергии. А главное - табак, как алкоголь, разрушает генетический код.

Мотивы, стимулирующие табакокурение

с 5-6 до 10 лет:

- любопытство (25 %)
- желание подражать взрослым, дети подражают курящим товарищам или дворовым «авторитетам», а так же киногероям, не выпускающим сигареты изо рта в течение всего фильма



Мотивы, стимулирующие табакокурение

В 11 - 14 лет:

- *стремление не отстать от моды*
- *самоутвердиться*
- *похудеть*
- *«принуждение» со стороны одноклассников, чтобы избежать причисления к трусам, не способным принимать собственные решения*



Мотивы, стимулирующие табакокурение



В 15 - 18 лет

процесс курения превращается в форму защиты от личных неприятностей и переживаний

- **Мода (60%)**
- **хотят понравиться, «хотят привлечь к себе внимание»**
- **«лучше смотрятся»**
- **«выглядят самостоятельно»**
- **«обращают на себя больше внимания мужской части компании»**
- **своеобразный ритуал (Е.И.Руденко)**

Об отрицательном влиянии курения на здоровье в этом возрасте не задумываются

Почему курят подростки



Состав сигареты и табачного дыма



Болезни, вызываемые курением

Злокачественные опухоли

Гортань

Рот и глотка

Пищевод

Трахея, бронхи, лёгкие

Острая миелоидная лейкемия

Желудок

Поджелудочная железа

Почки, уретра

Толстая кишка

Мочевой пузырь

У курящих женщин - рак шейки матки

Хронические болезни

Инсульт

Слепота, катаракта

Периодонтит

Аневризма аорты

Ишемическая болезнь сердца

Воспаление лёгких

Атеросклероз периферических артерий

Хронический бронхит, астма

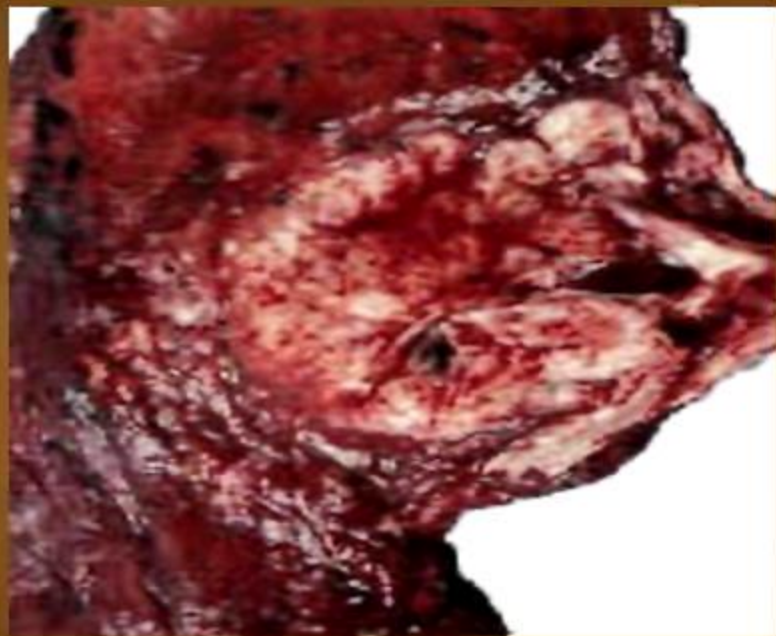
Перелом шейки бедра

У курящих женщин - гинекологические заболевания (включая бесплодие)

Установлено, что смертность людей, начавших курить до 20 лет, значительно выше, чем среди тех, кто впервые закурил после 25 лет



Легкие курильщиков с различным стажем



стаж 5 лет



стаж 10 лет

Легкие курильщиков с различным стажем



стаж 15 лет



стаж 25 лет

Рак легких «помолодел»

Один из ранних признаков этой болезни - сухой кашель, а также незначительные боли в легких



Курить-это круто!!!

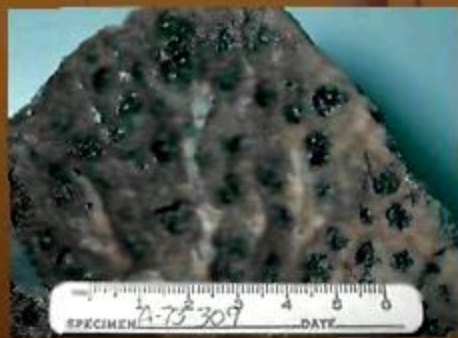
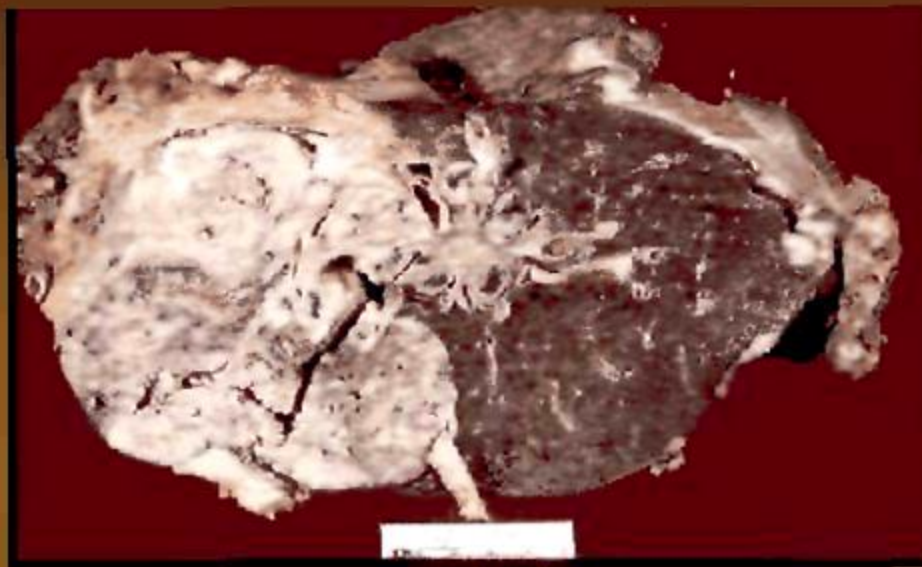


Да конечно :)

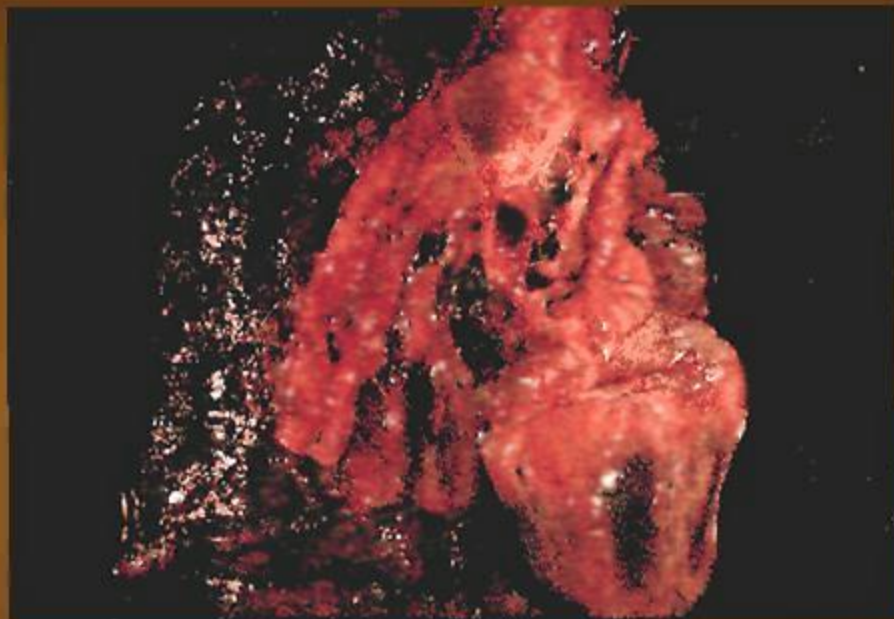
Основные симптомы:

- быстрая утомляемость;
- нарастающая слабость;
- снижение работоспособности

Эмфизема легких



Изменения в полости рта заядлых курильщиков



РАК ПОЛОСТИ РТА У ЗАЯДЛОГО КУРИЛЬЩИКА

28 летний мужчина, который выкуривал
не менее пачки в день
в течении 10 лет

Последствия длительного интенсивного курения



A fatal mouth cancer in a 28-year-old who dipped a can a day for 10 years.



*Одним из самых
обычных и ведущих к
самым большим
бедствиям соблазнов
есть соблазн словами:
«Все так делают!».*

Л.Н.Толстой



Жадное курение, без которого уже не обойтись, - это неосознанное замещение каких-то несостоявшихся поступков, свершений, на которые, вполне вероятно, не хватает ни усердия, ни душевных сил

КОГДА ВЫ БРОСИТЕ КУРИТЬ...

...через 20 минут

ПОСЛЕ ПОСЛЕДНЕЙ СИГАРЕТЫ АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ НОРМАЛИЗУЕТСЯ,
ВОССТАНОВИТСЯ РАБОТА СЕРДЦА

...через 8 часов

НОРМАЛИЗУЕТСЯ СОДЕРЖАНИЕ КИСЛОРОДА В КРОВИ

...через 2 суток

УСИЛИТСЯ СПОСОБНОСТЬ ОЩУЩАТЬ ВКУС И ЗАПАХ

...через неделю

УЛУЧШИТСЯ ЦВЕТ ЛИЦА, ИСЧЕЗНЕТ НЕПРИЯТНЫЙ
ЗАПАХ ОТ КОЖИ, ВОЛОС, ПРИ ВЫДОХЕ

...через месяц

СТАНЕТ ЛЕГЧЕ ДЫШАТЬ, ПОКИНЕТ ГОЛОВНАЯ БОЛЬ,
ПЕРЕСТАНЕТ БЕСПОКОИТЬ КАШЕЛЬ

...через полгода

УЛУЧШАТСЯ СПОРТИВНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ - НАЧНЕТЕ БЫСТРЕЕ
БЕГАТЬ, ПЛАВАТЬ, ПОЧУВСТВУЕТЕ ЖЕЛАНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК

... через 1 год

РИСК РАЗВИТИЯ КОРОНАРНОЙ БОЛЕЗНИ СЕРДЦА СНИЗИТСЯ НАПОЛОВИНУ
ПО СРАВНЕНИЮ С КУРИЛЬЩИКАМИ

...через 5 лет

РЕЗКО УМЕНЬШИТСЯ ВЕРОЯТНОСТЬ УМЕРЕТЬ ОТ РАКА ЛЕГКИХ
ПО СРАВНЕНИЮ С ТЕМИ, КТО ВЫКУРИВАЕТ ПАЧКУ В ДЕНЬ!



Основное предназначение женщины - материнство



Опасные последствия курения:

- нарушение гормонального аппарата девушки;
- снижение инстинктов материнства; гибель эмбрионов на ранних стадиях беременности;
- недоразвитие плаценты, кровотечения при вынашивании ребёнка;
- увеличение частоты самопроизвольных аборт и выкидышей;
- преждевременные роды;



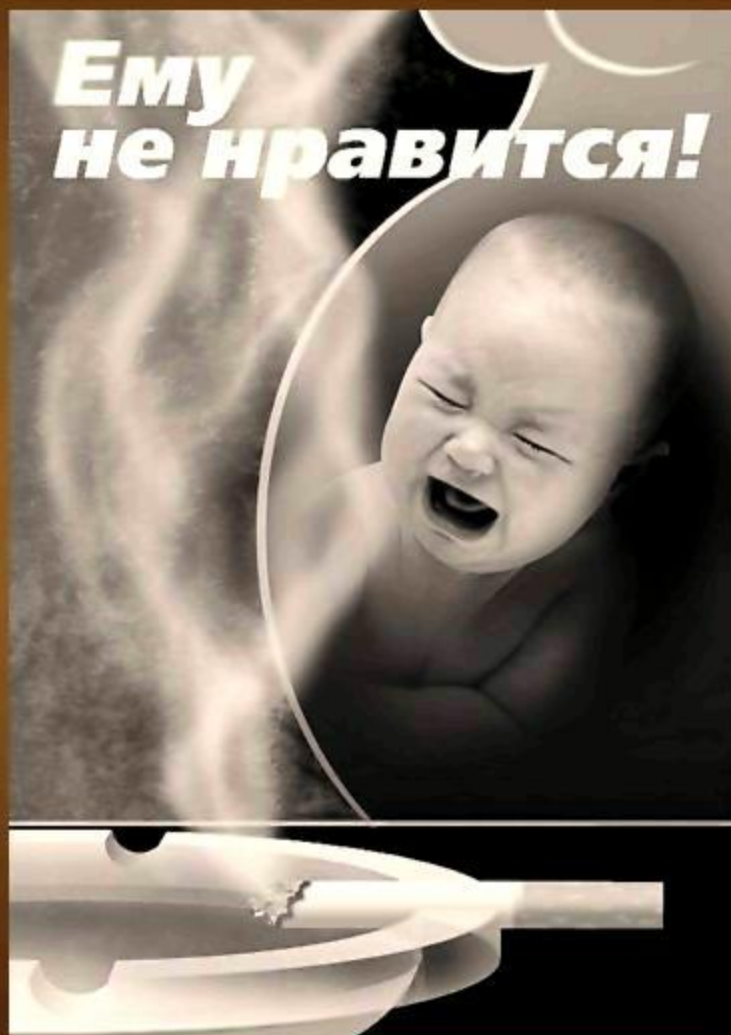
www.mihp.com.ua

Опасные последствия курения:

- кровотечения при родах;
- увеличение числа мёртворождённых;
- высокий процент ранней детской смертности;
- синдром внезапной смерти новорождённых и детей;
- дети матерей-курильщиц - инвалиды, их сопротивляемость болезням понижена, и они подвержены различным заболеваниям;



Опасные последствия курения:



- отставание детей в физическом и умственном развитии;
- увеличение у детей числа врождённых уродств, отклонений и дефектов развития;
- у женщины, начавшей курить в 16 лет и ранее, к 46 годам формируется опасность онкологического заболевания, а в 50 весьма вероятен смертельный исход;

Курение отражается на внешности



- желтоватый, а иногда и землистый цвет лица;

- преждевременные морщины;

- кожа приобретает неприятный запах табачного дыма, теряет эластичность, упругость, свежесть;

- зубы темнеют и теряют блеск, развивается кариес зубов, гингивит, стоматит. Этим объясняется неприятный запах изо рта, который отличает курильщиков. В ротовой полости на слизистой щёк иногда появляются белесоватые пятна - предшественники злокачественных новообразований, т.е. рака;

- грубый, хриплый голос, «прокуренные» жёлтые пятна на пальцах;

- всегда пахнущие дымом волосы

Угроза «пассивного курения»



ОН УЖЕ ИМЕЕТ МОЗГ, ПОЗВОНОЧНИК И.
НИКОТИН В СВОЕМ ОРГАНИЗМЕ!

Дети курящих родителей - крохотные пассивные курильщики - могут стать табачными наркоманами в грудном возрасте, если после рождения растут в атмосфере табачного дыма

Внешние проявления «пассивного курения»:

- **у 70%, находившихся в обществе курящих, бывает раздражена слизистая носа и глаз;**
- **30% жалуются на головную боль;**
- **25% - на кашель.**

Врачам известно, что не только аллергией, першением в горле, головной болью и снижением работоспособности, но и сердечной недостаточностью и поражением мозговых сосудов некурящие расплачиваются за чужую страсть к табаку.

Угроза «пассивного курения»

При пассивном курении витамин С разрушается, особенно у подростков, что приводит к снижению сопротивляемости организма инфекции. Кроме того, курение уменьшает выработку в организме интерферона, также играющего большую роль в защитных реакциях организма.

Угроза «пассивного курения»

Болезни пассивного курильщика

У взрослых



Инсульт
Риниты, рак носовых пазух
Рак лёгких
Ишемическая болезнь сердца
Рак груди
Атеросклероз сосудов
Хронический бронхит,
бронхиальная астма,
повреждения лёгких
У беременных - выкидыши
или преждевременные роды,
рождение
недоношенных детей

У детей

Опухоли мозга
Болезни среднего уха
Лимфома
Заболевания органов дыхания,
бронхиальная астма
Лейкемия
Синдром внезапной детской смерти
(у детей до 1 года)



