

Вред курения



Табак

- ▶ Состав дыма – натуральные яды: никотин
окись углерода тяжелые металлы и их соли
радиоактивные элементы и их изотопы
- ▶ Полоний-210
- ▶ Дегтеобразные смолы:
кадмий свинец хром стронций

- ▶ Никотин – нейротропный яд, вызывает поражение ЦНС

табакокурение

- ▶ Табачный дым- аэрозоли, состоящие из жидких и твердых частиц, находящихся во взвешенном состоянии.
- ▶ Содержит никотин, угарный газ, аммиак, синильную кислоту, цианистый водород, ацетон и в-ва, вызывающие образование злокачественных опухолей.

30 компонентов

Россия

- ▶ Курят 70 млн
- ▶ Ежегодно умирает от курения 400 тысяч
- ▶ 10% средств в здравоохранении идут на борьбу с болезнями, связанными с табакокурением

Зависимости:

- ▶ Психическая (наркотическая)
- ▶ Физическая



В одной сигарете:

- ▶ Никотин – 1800 мкг
- ▶ Фенола-86 мкг
- ▶ Нафтиламмиака – 0,023 мкг

- ▶ Острое отравление **НИКОТИНОМ** - головокружение, кашель, тошнота, горечь во рту, бледность, слабость, недомогание.
- ▶ Угарный газ: растворяется в крови в 300 раз быстрее, чем кислород
 - кислородное голодание →
 - проблемы с сердцем →

Блокировка гемоглобина

III стадии привыкания

- I - несистематическое курение
(не >5 сигарет в день)
- II - привычное курение
(до 15 сигарет в день)
- III – пристрастное курение
(до 30 сигарет в день)



Легочная система:

- ▶ Легочная ткань
- ▶ Воздухоносные пути

бронхит курильщика

Раздражение слизистой оболочки гортани,
трахеи, бронхов, альвеол.

Страдает клеточная защита легочной системы

Желудок

Воспаление слизистой оболочки желудка



Сердечно-сосудистая система

- ▶ Частота сердечных сокращений выше
- ▶ Время отдыха сердца в 2-2,5 меньше
- ▶ Заболевания: стенокардия, инфаркт миокарда, сужение сосудов (холестерин)

Образование склеротических бляшек



Кожа:

- ▶ Теряет эластичность, свежесть
- ▶ Морщины

Голос:

- ▶ Низкий, хриплый
- ▶ Специфический запах



Семья около больного раком легких отца











Пассивное курение:

- ▶ Головная боль
- ▶ Недомогание
- ▶ Снижение работоспособности
- ▶ Быстрое утомление
- ▶ Обострение заболеваний верхних дыхательных путей

У курящих матерей

- ▶ Смертность и заболеваемость детей
- ▶ Отставание детей в умственном и физическом развитии



Тест

1. Табачный дым – определение
2. Состав табачного дыма
3. Количество компонентов табачного дыма
4. Количество погибающих ежегодно курильщиков
5. Заболевания, вызываемые курением