

A close-up photograph of a man with dark skin and curly hair. He is holding a lit cigarette in his right hand, which is raised to his forehead. His mouth is wide open in a grimace, showing his teeth, and his eyes are squeezed shut. The lighting is dramatic, with strong shadows on his face. The background is a plain, light-colored wall.

«...человек сам себе
часто злей ший враг..»

Цицерон

Влияние курения на
организм человека

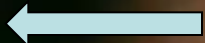
С о д е р ж а н и е :

- I. История вопроса;
- II. Компоненты входящие в состав сигареты и их влияние на организм человека;
- III. Исследования ученых;
- IV. Заключение

Немного из истории. . .

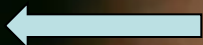
Впервые курение было обнаружено в 1492 году на одном американском острове, открытом Христофором Колумбом и получившем название Сан-Сальвадора. Жители острова курили листья растения табака, свернутые в трубочки и подсушенные на солнце. Местные жители называли их "сигаро". В 1493 году траву стали культивировать: порошок, полученный из сушеных листьев, стал называться табаком. В Европе впервые табак из семян вырастил Жан Нико (от имени которого и произошло слово "никотин"). В 1596 году табак стал использоваться при лечении головной боли, путем вдыхания запаха табака. Люди поверили в лечебные свойства табака и он стал быстро приобретать популярность. Так, к концу 16 века курение распространилось практически по всей Европе. В России табак был завезен английскими купцами в 1585 году через Архангельск.

После опустошительного пожара Москвы в 1634 году, причиной которого оказалось курение, оно было запрещено под страхом смертной казни. Однако, к сожалению, даже такие устрашающие меры не имели успеха. Официально торговля табаком и курение были разрешены Петром I в 1697 году.



Вещества, выделяемые при выкуривании 20 сигарет, и органы, на которые они воздействуют

Вещества из табака сигарет	Органы и системы органов
Синильная кислота HCN (0,0012 г)	Ротовая полость, легкие, кровь, дыхательная, нервная, пищеварительная системы
Сероводород H ₂ S (0,0012 г)	Пищеварительная система
Пиридиновые основания (0,22 г)	Ротовая полость, легкие
Никотин (0,18 г)	Нервная, дыхательная, пищеварительная, половая, сердечно-сосудистая системы, ноги, надпочечники
Аммиак NH ₃ (0,843 л)	Легкие, пищеварительная система
Угарный газ CO (0,738 л)	Кровь, дыхательная система
Деготь (1,0 г, в том числе бензпирен, бензантрацен, радиоактивные изотопы калия, полония, свинца, мышьяк, висмут)	Зубы, кожа, все системы органов

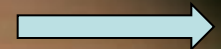
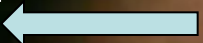


Исследования ученых.

Руководитель исследования Джоанна Фаулер подчеркнула, что воздействие курения на здоровье человека огромно, однако, мало что известно о его фармакологических эффектах. Курение является причиной смерти примерно 440 тыс человек в США ежегодно, оно убивает больше жителей страны, чем СПИД, наркотики, алкоголизм, ДТП, самоубийства и убийства вместе взятые, отмечается в пресс-релизе лаборатории.

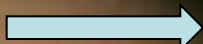
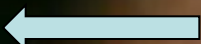
Положительные эффекты:

- Мода на курение создаёт подростку доступ в круг своих сверстников, сигарета определяется как лучший друг, но при этом теряется индивидуальность (я – как все).
- Бросив курить, многие начинают поправляться, и снова начав курить худеют. Таким образом, курение является способом поддержать фигуру. Но прибавка веса временна. Как только организм адаптируется к отсутствию никотина, вес возвратится к первоначальному.
- И, наконец, отмечено, что у курящих беременных немного реже развивается токсикоз.

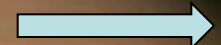
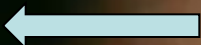


Отрицательные эффекты курения:

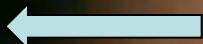
- Во-первых, финансовый . Курение – это дорогое удовольствие.
- Самое обычное последствие у курящих беременных – уменьшение массы тела новорождённых (в среднем на 180 гр.).
- Курение также способствует повышению частоты спонтанных выкидышей , мертворождений , досрочных родов, раннего разрыва плодных оболочек и синдрома внезапной смерти новорождённых.
- Курящие женщины чаще бывают бесплодными, беременность у них наступает реже, чем у некурящих. Кроме того, у первых раньше наступает менопауза.
- В плаценте курящих женщин содержится большее количество аномальной ДНК, чем в плаценте некурящих.
- При одновременном приёме таблетированных контрацептивных средств и курении риск развития инфаркта миокарда и кровоизлияния в мозг увеличивается в 10 раз.



- У курящих женщин чаще рождаются дети с анэнцефалией (врождённое отсутствие мозга), врождёнными пороками сердца, расщелиной неба.
- Имеются данные о небольшой, но поддающейся количественной оценке задержке физического и умственного развития, а также формирования поведенческих навыков у детей курящих матерей.
- Высокая смертность курящих.
- Каждая выкуренная сигарета сокращает жизнь у злостного курильщика на 5 минут.
- Смертность от рака лёгких зависит от возраста, в котором человек начал курить и от числа выкуриваемых сигарет в день.
- Риск развития рака полости рта или гортани у курильщиков в 5 – 10 раз выше, чем у некурящих. У курильщиков также чаще встречается рак поджелудочной железы, почек, мочевого пузыря.
- В возрасте до 65 лет курильщики умирают от инфаркта миокарда в 2 раза чаще, чем некурящие, а злостные курильщики в 3,5 раза чаще.



- Курение также повышает холестерин в крови, увеличивается риск развития атеросклероза.
- Около 95% лиц, страдающие болями в ногах, возникающими при ходьбе, являются курильщиками. У многих из них развивается гангрена и появляется необходимость в ампутации.
- Существует также зависимость между частотой инсульта и курением.
- Хронический бронхит для курильщиков также специфичен, как и рак лёгких.
- И, наконец, от курения страдают некурящие, но находящиеся вблизи последних. Установлено, что курение родителей отрицательно влияет на здоровье детей . Дети курящих родителей чаще страдают респираторными, инфекционными и другими заболеваниями легких, чем дети некурящих родителей . Это особенно важно в первый год жизни ребёнка, т. к. в этом возрасте у детей курящих родителей в 2 раза выше заболеваемость пневмонией и бронхитом.



З а к л ю ч е н и е :

Цели жизни каждого из нас: создать семью, посадить дерево и самое главное - ребенок. Год за годом увеличивается число курильщиков в России, что негативно сказывается на подрастающем поколении. Курение из безобидного «попробовать» перерастает в серьезную зависимость от никотина, обычно за сигаретами следует алкоголь, и все мы прекрасно знаем последующие безобидные «попробовать». Разработки методов разрешения этой проблемы ведутся интенсивно, но сам процесс, как мы видим идет очень-очень медленно. Дети - наше будущее, давайте **БРОСИМ КУРИТЬ**, хотя бы ради НИХ.

