

# Справочная информация

В природных условиях никотин представляет собой жидкое вещество, содержащееся в растениях под названием табак. Он содержится в сигаретах, сигарах, трубочных и жевательных сортах табака. Когда человек закуривает сигарету, никотин вдыхается вместе с дымом. Дым проникает через клетки дыхательных путей, с потоком крови достигает головного мозга.

При курении, никотин способствует повышению частоты сердечных сокращений, в результате чего, сердце вынуждено работать интенсивнее и ему требуется больше кислорода. Одновременно, угарный газ, образующийся в легких из дыма, уменьшает количество кислорода, поступающего в кровь и к сердцу. Таким образом, в то время, когда организму требуется большое количество кислорода, он его недополучает. Кроме того, курение временно повышает кровяное давление, сужая сосуды и учащая сердечный ритм.

Безвредных сигарет не существует. Сигареты с пониженным содержанием никотина и никотиновых смол также вредны и увеличивают опасность разных заболеваний.

В сигаретах содержится липкое вещество, называемое смолой. Она похожа на гудрон. Никотиновая смола налипает на легких, приводит к появлению пятен на зубах и пальцах. Даже если в сигарете имеется фильтр, он не может задержать всю смолу, часть которой попадает в организм курящего. Часто люди, курящие сигареты с фильтром, затягиваются сильнее, таким образом наполняются легкие таким же количеством дыма и смолы.

В состав табачного дыма входят около 4000 химических веществ, многие из которых ядовиты. Более 40 из них являются причиной раковых, сердечно-сосудистых заболеваний.

# БАГАЖ КУРИЛЬЩИКА

- Кашель, бронхит, эмфизит (заболевания легких);
- болезни сердца, инфаркты;
- болезни желудка и 12-перстной кишки;
- бессонница;
- желтые, больные зубы;
- серая, морщинистая кожа;
- рак легких и иные раковые заболевания.

85% всех умерших от рака легких были курящими людьми.

25% всех умерших от инфаркта миокарда были курящими людьми.

Инфаркт в 40 лет ждет прежде всего курящего человека.

ЖКТ

Печень

Половые железы

Легкие

**Органы,**  
**которые губит табак**

Сердце

Нервная система

Желудок

Федеральный закон от 10 июля 2001 года № 87 – ФЗ

**«Об ограничении курения табака»**

*Принят Государственной Думой 21 июня 2001 года.*

*Одобен Советом Федерации 29 июня 2001 года.*

Настоящий Федеральный закон определяет правовые основы ограничения курения табака в целях снижения заболеваемости населения.

**Статья 1.** Основные понятия.

Для целей настоящего федерального закона используются следующие понятия:

**Табачные изделия** – изделия для курения, жеванья или нюханья, упакованные в потребительскую тару, в том числе сигареты с фильтром, сигареты без фильтра, папиросы, сигары, сигариллы, табак трубочный, табак курильный, махорка-крупка курительная.

**Курение табака** – вдыхание дыма тлеющих табачных изделий.

**Никотин** – вещество, содержащееся в табаке.

**Смола** – один из продуктов сгорания табака, возникающий в процессе курения и способствующий возникновению заболеваний.

**Окружающий табачный дым** – табачный дым, содержащийся в атмосферном воздухе закрытых помещений, в которых осуществляется курение табака.

**Статья 3.** Регулирование деятельности по производству табачных изделий, оптовой торговле табачными изделиями и розничной продаже табачных изделий.

*Пункт 2 этой статьи в части запрета производства и импорта табачных изделий вступил в силу с 1 января 2003 года, а в части запрета оптовой торговли и розничной продажи табачных изделий – с 1 января 2004 года.*

2. Запрещается производство и импорт, оптовая и розничная продажа сигарет, не соответствующих гигиеническим нормам содержания в дыме никотина и смолы, утвержденным уполномоченным федеральным органом исполнительной власти в области здравоохранения. При этом показатели содержания вредных веществ не могут превышать:

для сигареты с фильтром – содержание в дыме сигареты смолы 14 миллиграмм на сигарету и никотина – 1,2 миллиграмма на сигарету;

для сигареты без фильтра – содержание в дыме сигареты смолы 16 миллиграмм на сигарету и никотина – 1,3 миллиграмма на сигарету.

*Пункт 3 статьи настоящего федерального закона вступил в силу с 1 января 2003 года.*

3. Каждая упаковка (пачка) табачных изделий должна содержать предупредительные надписи о вреде курения, дополнительную надпись о вреде курения табака и информационную надпись о содержании смолы и никотина в дыме сигареты.

4. Запрещается розничная продажа сигарет содержанием менее 20 штук сигарет в каждой упаковке (пачке), поштучная розничная продажа сигарет и папирос, а также продажа табачных изделий с использованием автоматов.

5. Запрещается розничная продажа табачных изделий в организациях здравоохранения, образовательных организациях и организациях культуры, а также в физкультурно-спортивных организациях.

**Статья 4.** Запрещение розничной продажи табачных изделий лицам, не достигшим возраста 18 лет.

1. На территории Российской Федерации не допускается розничная продажа табачных изделий лицам, достигшим 18 лет.

Нарушение положения пункта 1 настоящей статьи влечет за собой привлечение к административной ответственности в соответствии с законодательством.

**Статья 5.** Реклама табака и табачных изделий.

Реклама табака и табачных изделий осуществляется в соответствии с законодательством Российской Федерации о рекламе.

**Статья 6.** Запрещение курения табака на рабочих местах, в городском, пригородном транспорте и на воздушном транспорте, в закрытых спортивных сооружениях, в образовательных учреждениях, организациях культуры, в помещениях, занимаемых органами государственной власти.

**Статья 7.** Пропаганда знаний о вреде курения табака.

Пункт 2 статьи 7 настоящего Федерального закона общеобразовательные программы и профессиональные программы должны содержать разделы, касающиеся изучения воздействия на организм человека курение табака. Не допускаются демонстрация курения табака во вновь создаваемых телевизионных фильмах, в кинофильмах и спектаклях, если такое действие не является неотъемлемой частью художественного замысла, и демонстрация курения табака общественными и политическими деятелями в средствах массовой информации.



- По данным Всемирной организации здравоохранения, сейчас на планете курит примерно половина мужчин и четвертая часть женщин. От последствий никотинового отравления ежегодно преждевременно расстается с жизнью не менее 2,5 млн. человек.

-По количеству потребляемых на душу населения сигарет в год первое место в мире в последние годы занимает Кипр (3117), второе Греция (2797), в США (2678 сигарет). Меньше всего курят в скандинавских странах.

-20% всех смертей от рака обусловлены курением табака.

-Выкуривание хотя бы 1-2 сигарет в день удваивает риск заболеваний сердца.

- 50% смертей от заболеваний сердца среди женщин – результат курения.



**Запомни:**

**человек не слаб, рожден  
свободным,  
он - не раб!**

**Сегодня вечером, как ляжем спать,  
ты должен так себе сказать:**

**«Я выбрал сам себе дорогу к свету  
и, презирая сигарету.**

**Не стану ни за что курить!**

**Я – человек! Я должен жить!»**