

# Курение-это...



# Что такое курение?

Курение – пиролизическая ингаляция (вдыхание дыма) препаратов, преимущественно растительного происхождения, тлеющих в потоке вдыхаемого воздуха, с целью насыщения организма содержащимися в них активными веществами путём их возгонки и последующего всасывания в лёгких и дыхательных путях. Как правило, применяется для употребления курительных смесей, обладающих наркотическими свойствами (табак, гашиш, марихуана, опиум, крэк и т. п.) благодаря быстрому поступлению насыщенной психоактивными веществами крови в головной мозг.

Курение табака является тем, что люди на протяжении веков делают по многим причинам. Это вдыхание дыма от горения табака. Первоначально, по крайней мере, так оно и было. Табачный лист измельчали и скручивали или набивали в трубу и зажигали. Затем пары или дым вдыхались. Почему это началось - кто знает - возможно, это было воспринято как лекарство от некоторых жалоб на дыхание. Но это началось, хотя большинство курящих людей хотят в конце концов бросить курить .

# Чем вредит курение?

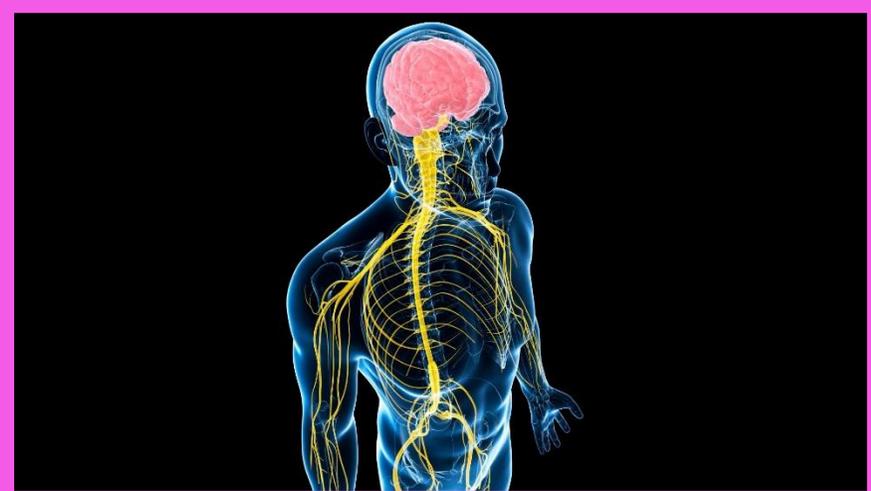
Пачка сигарет в день — это около 500 рентген облучения за год! Температура тлеющей сигареты 700-900 градусов! Легкие курильщика со стажем — черная, гниющая масса. После затяжки никотин попадает в головной мозг через 7 секунд. Никотин вызывает спазм сосудов, отсюда нарушение питания тканей кислородом. Спазм мелких сосудов делает кожу увядающей. Вред курения еще и в том, что появляется неприятный запах изо рта, желтеют зубы, воспаляется горло, краснеют глаза от постоянного раздражения дыма. Во всем мире никотин относится к разрешенному наркотику, от него так же как от героина и других тяжелых наркотиков развивается зависимость, но коварство его в том, что это происходит незаметно и относительно длительно. Наши курящие граждане ежегодно выкуривают 265 миллиардов сигарет в год, это около 1800 сигарет на душу населения и цифра эта продолжает каждый год расти.



# Нервная система курильщика

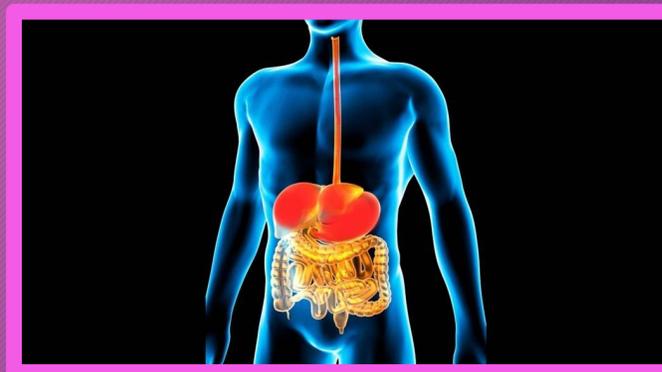
Как только человек закуривает сигарету, табачный дым, содержащий никотин, сначала попадает в легкие, а затем, в течение 7 секунд, — в головной мозг. Здесь наркотик воздействует на ацетилхолиновые рецепторы и встраивается в процессы, отвечающие за удовольствие. Кроме того, никотин вызывает некоторое возбуждение, а когда его поступление прекращается, возникает угнетение.

Таким образом наркотик обманывает наш разум, а в это время нервная система постепенно привыкает к нему. Без сигарет ей становится плохо, и вот уже создан синдром отвыкания, который заставляет свою жертву закуривать снова и снова. При этом никотин оказывает мощное отравляющее влияние на все функции нервной системы, но в большей степени страдают именно клетки мозга, поскольку они отличаются особой чувствительностью.



# Пищеварительная система курильщика

Сигаретный дым оказывает пагубное воздействие не только на дыхательную систему, как полагают многие курильщики. Попадая в организм, горячий дым и химические соединения, входящие в его состав, приводят к постоянному раздражению слизистой оболочки, что провоцирует воспалительные процессы в желудочно-кишечном тракте.



# Как курение влияет на легкие?

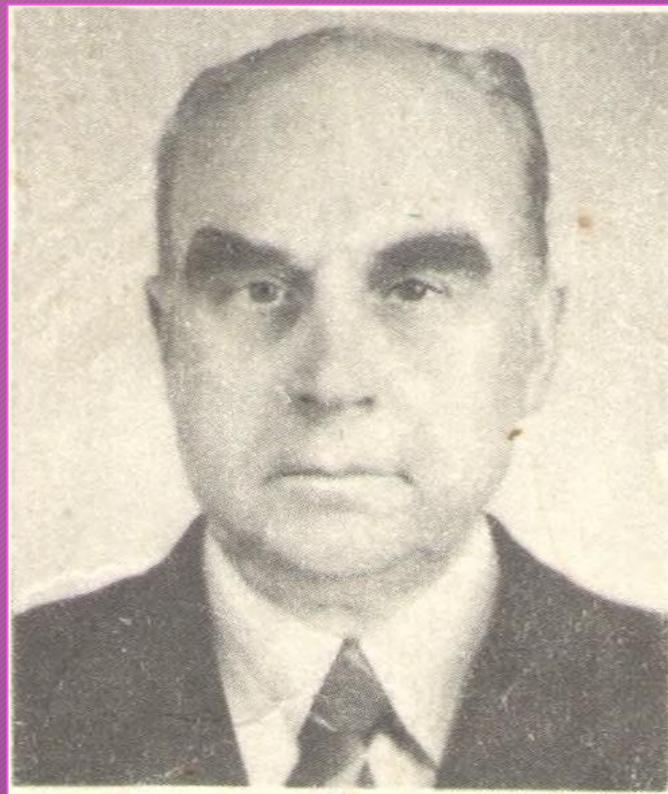
Смоляные вещества действуют разрушительно на уровне клетки, что приводит к нарушению функции всех тканей или органов. Они отвечают за повышение проницаемости слизистой оболочки и повышение секреции ее слизи. Происходит также разрушение реснитчатого эпителия отвечающего за удаление загрязняющих веществ из дыхательных путей. Появляется хронический воспалительный процесс. Пути, проводящие воздух начинают плохо работать, а легочные пузырьки, хуже рассасываться. Появляется постоянный кашель и одышка, что приводит к дыхательной недостаточности и изменениям в сердечно-сосудистой системе.



# Человек до и после курения.



Табак — это очень дешёвый и мягкий наркотик, тяжёлые последствия употребления которого проявляются не сразу — это и создает иллюзию безвредности.



Доктор медицинских наук В.  
Бахур