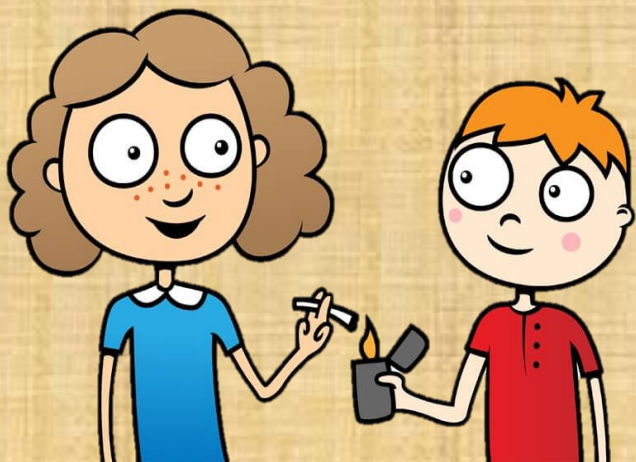


**ГБПОУ «Дзержинский педагогический колледж»**

# *Курение*



**Выполнила студентка  
группы ДО - 3«А»  
Воробьева Дарья**

**Дзержинск  
2017 год**

**Курение** - вдыхание дыма тлеющих высушенных или обработанных листьев табака, наиболее часто в виде курения сигарет, курительных трубок или кальяна.



## **Состав сигаретного дыма**

В состав табачного дыма входит 3000 различных химических соединений.

*Кроме этого, в него входят сотни ядов:* цианид, мышьяк, синильная кислота, угарный газ и др.

*В табачном дыме содержится 60 сильнейших канцерогенов:* бензопирен, хризен и другие, а также нитрозамины, оказывающие разрушающее действие на головной мозг.

*Помимо них, в составе табачного дыма присутствуют радиоактивные вещества:* полоний, свинец, висмут и др.

**Бутан**

Жидкость для зажигалок



**Никотин**

Инсектицид. Средство от насекомых



**Метан**



**Стеариновая кислота**

Воск для свечей

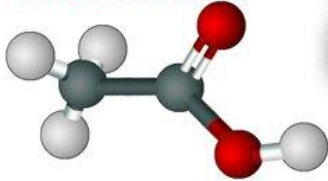


**Мышьяк**

Яды



**Уксусная кислота**



**Толуол**

Технический растворитель

**Гексамин**

Жидкость для розжига



**Кадмий**

Батареи

**Аммиак**

Туалетный очиститель



**Метанол**

Ракетное топливо



**Угарный газ**



**Краска**

Входит в состав бумаги



**Табак** - травянистое растение. В табачном дыме содержится более 200 опасных для организма человека веществ. Среди них особенно вредны никотин, табачный деготь, окись углерода (угарный газ) и др.

**Табачный деготь** является сильным веществом, вызывающим раковые заболевания. После выкуривания сигареты он хорошо виден на фильтре в виде коричневого налета. Именно табачный деготь оказывает сильное разрушающее влияние на небные миндалины, разрушая их клетки и вызывая развитие тонзиллита и более частые ангины.

**Никотин** - это маслянистая прозрачная жидкость с неприятным запахом и горьким вкусом.

Никотин является наркотиком — именно он вызывает пристрастие к табаку и является одним из самых опасных растительных ядов.

Никотин воздействует и на железы внутренней секреции, вызывая спазм сосудов, повышение артериального давления и учащение сердечных сокращений.

*Каждая сигарета — это гвоздь, вбитый в крышку своего гроба*

**Окись углерода** (угарный газ) при поступлении в организм вызывает кислородное голодание, так как нарушает способность красных кровяных клеток крови (эритроцитов) переносить кислород от легких ко всем органам и тканям, из-за чего у человека наступает удушье.

При курении регулярное поступление угарный газ в организм ведет к снижению возможностей дыхательной системы и к ограничению физической активности. По этой причине при курении мозговые клетки получают меньше кислорода, и умственная работоспособность снижается.

## Существуют три стадии курения:

*1 стадия:* нерегулярное курение

*2 стадия:* длительное курение

*3 стадия:* интенсивное курение

*Поскорей бросай курить, чтобы рост не прекратится!*



## Пассивное курение

Курение наносит вред не только здоровью курильщика, но также его семье и сотрудникам. Постоянно находящиеся рядом люди регулярно вдыхают дым. Его избыток в помещении может вызывать головокружения, тошноту и рвоту, кашель, раздражение слизистых глаз и горла, приступы аллергии. У некурящих табачный дым способствует развитию тех же заболеваний, что и у курильщиков.

Вред курения для организма пассивных курильщиков подтверждается медицинской статистикой: ежегодно в мире их умирает примерно 600 тысяч человек, 300 тысяч из которых — дети.

**Разрушающее влияние курения на организм любого человека заключается в его способности вызывать:**

различные виды рака, инфаркт миокарда, инсульт, тромбоэмболию легких, атеросклероз, слепоту, глухоту, импотенцию и фригидность, бесплодие, эмфизему легких, пневмонию, хронический бронхит, разрушение зубной эмали, болезни желудочно-кишечного тракта, врожденные уродства, отставание в развитии, раннюю смертность.

*Курить — сам себя погубить*

*Любимый табак? Жди впереди рак!*



**Легкие курящего  
человека**

**Легкие здорового  
человека**

## **Вред от курения для здоровья женщин**

Никотиновая зависимость развивается быстрее у женщин, и бросить курить им значительно труднее, чем мужчинам. У многих женщин курение вызывает бесплодие, так как половые клетки, получая «порцию яда», не способны к оплодотворению. Часто беременность заканчивается выкидышем, преждевременными родами, смертью младенца. У курящих женщин дети рождаются с меньшим весом, чем у некурящих, с физическими дефектами конечностей, с глухотой, умственно отсталые.

У курящих женщин ухудшается состояние волос - они становятся ломкими, тусклыми, а так же ногтей - они слоятся, ломаются, желтеют. Сигаретный дым вызывает проблемы и с кожей, кожа лица и тела становится сухой и дряблой, быстрее стареет.

Некурящие женщины дольше остаются молодыми, а у курящих раньше появляются морщины, становится нездоровым цвет лица, грубеет кожа пальцев рук, а зубы и белки глаз имеют желтоватый оттенок.

*Глубже курящей женщины выглядит только лошадь с сигаретой*



## **Вред от курения для здоровья мужчин**

Помимо прочих болезней у курящих мужчин ослабляется эрекция и развивается импотенция, ухудшается качество и количество сперматозоидов, что в последствие приводит к бесплодию.



## **Влияние табачного дыма на организм**

В организме человека нет ни одного органа или системы, на которые бы не оказывал вредного влияния табачный дым и его составные части.

**Центральная нервная система** курильщика находится в состоянии постоянного напряжения из-за возбуждающего влияния никотина. Но при этом к ней притекает меньше крови и содержание кислорода понижено. Мозговые клетки страдают от недостатка кислорода, поэтому у курящего снижается умственная работоспособность, ослабляется память, страдают волевые качества. Кроме того, он ощущает повышенную раздражительность, нарушается сон и часто отмечаются головные боли.



Попадая в дыхательные пути, табачный дым пагубно действует на всю **дыхательную систему**. Содержащиеся в табачном дыме вредные вещества вызывают раздражение слизистых оболочек полости рта, носа, гортани, трахеи и бронхов. В результате развивается хроническое воспаление дыхательных путей, чаще возникают простудные и простудно-инфекционные заболевания. Продолжительное курение приводит к раздражению голосовых связок и сужению голосовой щели, из-за чего изменяется тембр и окраска произносимых звуков, голос утрачивает чистоту и звучность, становится хриплым.

Длительное хроническое воспаление дыхательных путей и легких приводит к понижению их сопротивляемости и развитию острых и хронических заболеваний, например воспаления легких, бронхиальной астмы.

У систематически курящего человека развиваются многие заболевания **системы кровообращения**: повышенное артериальное давление, нарушения мозгового кровообращения и деятельности сердца вплоть до инфаркта миокарда и др.

Частота сердечных сокращений во время курения возрастает на 10 — 18 ударов в минуту и восстанавливается лишь через 15 — 20 минут. Выкуривая каждые полчаса новую сигарету, курильщик держит систему кровообращения в состоянии постоянного напряжения, за сутки его сердце делает до 10-15 тысяч лишних сокращений.

Изо рта курильщика неприятно пахнет, язык обложен серым налетом, что является одним из показателей неправильной деятельности **желудочно-кишечного тракта**.

Во время курения сосуды желудка сужаются, количество желудочного сока повышено, его состав изменен, аппетит снижается, а пищеварение тормозится. В результате все эти причины часто приводят к развитию язвенной болезни желудка.

Происходят и **другие изменения в состоянии органов ротовой полости**: разрушение эмали зубов, развитие кариеса и появление желтого налета на зубах, разрыхление и кровоточивость десен.



# Борьба с курением в России: законы против курения

В России **21 июня 2001** года Государственной думой принят Федеральный закон об ограничении курения табака. Этот закон направлен на борьбу с курением «в целях снижения вредного воздействия табачного дыма запрещает курение табака на рабочих местах, в городском и пригородном транспорте, на воздушном транспорте при продолжительности полета менее 3 часов, в закрытых спортивных сооружениях, организациях здравоохранения, образовательных организациях, организациях культуры, помещениях, занимаемых органами государственной власти, за исключением курения табака в специально отведенных местах для курения».

**21 мая 2003** года Всемирная организация здравоохранения приняла Рамочную конвенцию ВОЗ по борьбе против табака. Конвенция определяет стратегию госрегулирования табачной отрасли. Для борьбы с курением в России после принятия в **1995** году Федерального закона «О рекламе» введены серьезные ограничения на рекламу табачных изделий как в средствах массовой информации, так и на наружную рекламу.

В **2004** году принят закон, запрещающий продавать табачные изделия «на территории образовательных учреждений», а также в радиусе 100 метров от них.

**9 декабря 2005** года Госдума РФ приняла в первом чтении закон о борьбе с курением, который предусматривает наказание за табакокурение вне специально отведенных для этого мест.

Ещё одним законом о курении в России, принятым **11 апреля 2008** года Госдумой РФ, является закон «О присоединении РФ к Рамочной конвенции ВОЗ по борьбе против табака». Согласно новому закону, Россия введет жесткие ограничения всех видов рекламы табака, вплоть до ее полного запрета в течение 5 лет. Будет усилена борьба с курением среди несовершеннолетних, а предупреждающая о вреде курения надпись на сигаретных пачках «должна будет занимать не менее 30 процентов площади большей стороны пачки».

*Курение или здоровье - выбирайте сами!*

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ**

