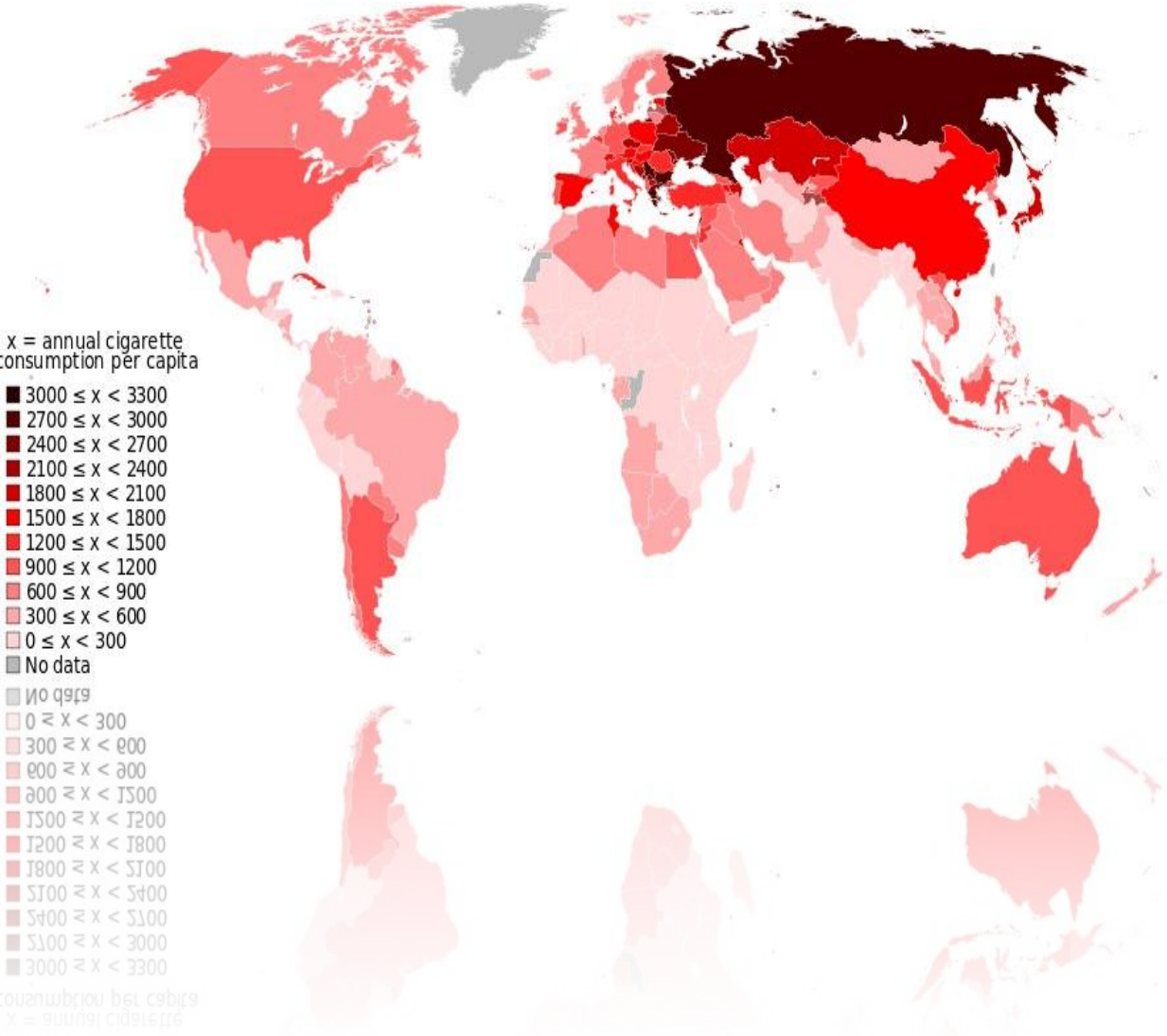
Табак



Не просто опасность, а смертельный вред табака подтверждает уже один только факт того, что смертность от причин, связанных с табакокурением, находится на втором месте после сердечно сосудистых заболеваний. Учитывая нынешнее состояние экологии, курение и табачный дым усугубляют влияние всех вредных факторов окружающей среды.

Общий вред табакокурения.

Для курильщика на первое место выходит вред от собственного курения табака. Содержащий в сигаретах курительный табак содержит никотин — мощный алкалоид растительного происхождения. К нему чувствительны даже те представители фауны, которые устойчивы к другим ядам: блохи, различные виды тли, клопы.

Безуслов

но.

А повторяющийся стресс только на первый взгляд незаметен, на самом деле он разрушающе действует на нервную систему.

Мн

ор

ий

д

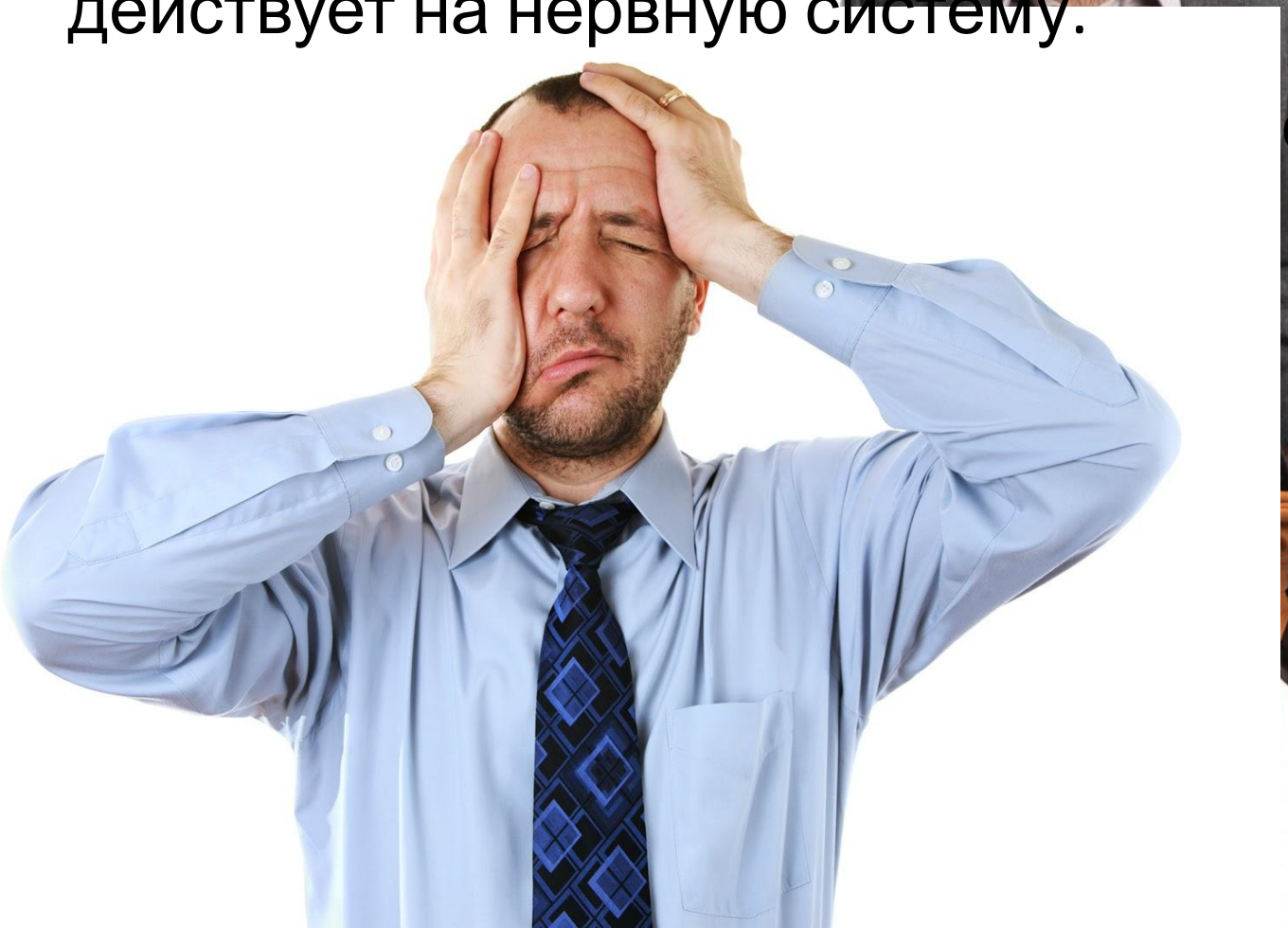
бер

Ку

ст

Н

с



Куре

похуд

Для девушек, впро
эффективность куре
избыточной массы
решающим аргумен
очень трудно в наш в
доказать людям, ч
внешность не стои
идут курильщики,
после расста

ЧТО ПРОИЗОЙДЕТ С ВАШИМ ОРГАНИЗМОМ, ЕСЛИ ВЫ БРОСИТЕ КУРИТЬ ПРЯМО СЕЙЧАС

20 минут
Ваше артериальное давление придет в норму

8 часов
Уровень окиси углерода (ядовитый угарный газ) в крови снизится наполовину, уровень кислорода нормализуется

48 часов
Риск сердечного приступа начинает медленно идти на убыль. Никотин выведен из организма. Обоняние и вкусовые рецепторы обретут нормальную чувствительность

72 часа
Бронхиолы в ваших легких расслабятся, вы почувствуете прилив энергии и повышение общего тонуса

2 недели
Кровообращение усилится и будет все улучшаться в течение следующих 10 недель

3-9 месяцев
Кашель, хрипы и другие проблемы с дыханием исчезнут, объем легких увеличится на 10%

1 год
Риск сердечного приступа снизится наполовину

5 лет
Риск инсульта станет таким же, как у некурящего человека

10 лет
Риск рака легких снизится до уровня риска у некурящего человека

15 лет
Риск инфаркта вернется к уровню риска у некурящего человека

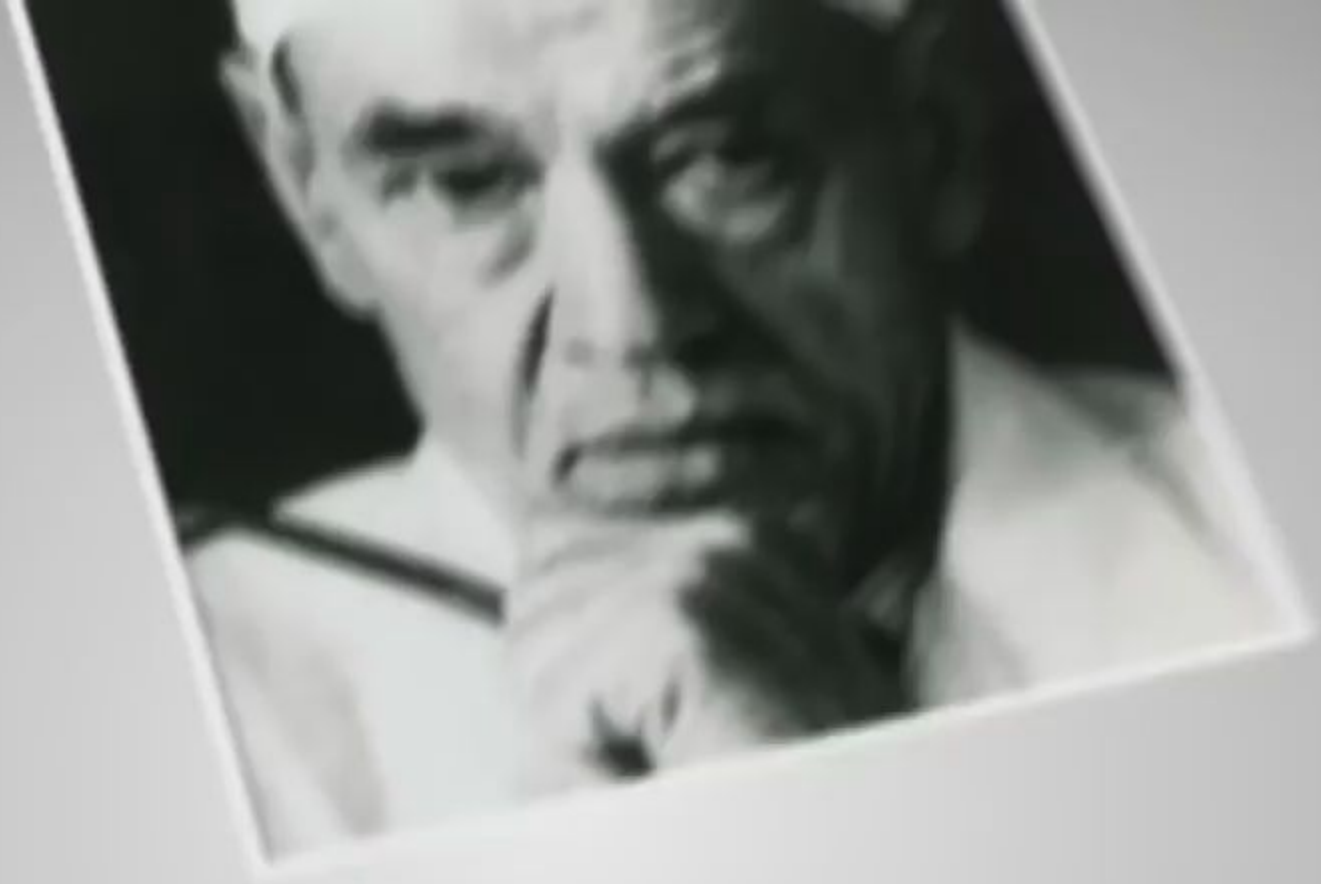
КАКИЕ ХИМИЧЕСКИЕ ВЕЩЕСТВА ПОПАДАЮТ В ВАШ ОРГАНИЗМ, КОГДА ВЫ КУРИТЕ

Всего около 4000 химических соединений попадает в легкие человека при курении сигареты

Монооксид углерода – угарный газ
ДихлорДифенилТрихлорэтан (ДДТ) – инсектицид
Нафталин – яд, средство против моли
Синильная кислота – яд, использовалась в газовых камерах
Цианиды – соли синильной кислоты, сильные яды
Винилхлорид* – яд, используется для синтеза поливинилхлорида

Бутан – компонент смеси для зажигалок
Метанол – топливо для гоночных автомобилей
Стеариновая кислота – свечной воск

Формальдегид* – консервант для анатомических препаратов
Мочевина – используется для синтеза полиуретанов, удобрение
Ацетон – органический растворитель
Аммиак – компонент краски для волос
Толуол – синтетический растворитель

Мышьяк – крысиный яд
Кадмий* – применяется в технике, сильный кумулятивный яд
Полоний 210* – радиоактивный элемент

* Канцерогены