О вреде курения на организм человека

Никотин входит в рейтинг самых опасных ядов имеющих растительное происхождение

Известно, что доза 0,1 г никотина смертельна для человека. Она содержится в 20 сигаретах. Ученые подсчитали, что при курении в среднем 20 сигарет в день курильщик в течение 30 лет выкурит более 200 000 сигарет, в которых заключено 160 кг табака.

Дым табака содержит более 4000 химических элементов, ядов, вызывающих онкологические заболевания, радиоактивные вещества, способные накапливаться в организме и приводить к изменениям в генетической структуре.

Медики доказали, что средняя продолжительность жизни курящего человека на 9 лет меньше, чем у некурящего.

Курение способствует развитию такого заболевания как атеросклероз.

Атеросклероз сосудов сердца ведет к развитию ишемической болезни сердца.

Статистика говорит о прямой связи между курением и язвой желудка и двенадцатиперстной кишки. Смертность от этих заболеваний в 3-4 раза выше у курящих, чем у некурящих.

У курящих людей туберкулез встречается вдвое чаще, чем у не курящих. Курение одна из первых причин заболевания раком легкого.

За один год через легкие курильщика проходит около 800 г табачного дегтя. Поэтому легкие курильщика становятся более темными, чем легкие не курившего человека.

Термин «пассивное курение»: при курении в организм курящего попадает около 20% ядовитого газа содержащегося в одной сигарете, а всё остальное поступает в окружающую среду. Получается, что не курящий человек тоже страдает.

Если вы считаете, что вред, который наносит вам курение, не повредит, вы глубоко ошибаетесь.

Почему стоит отказаться от курения

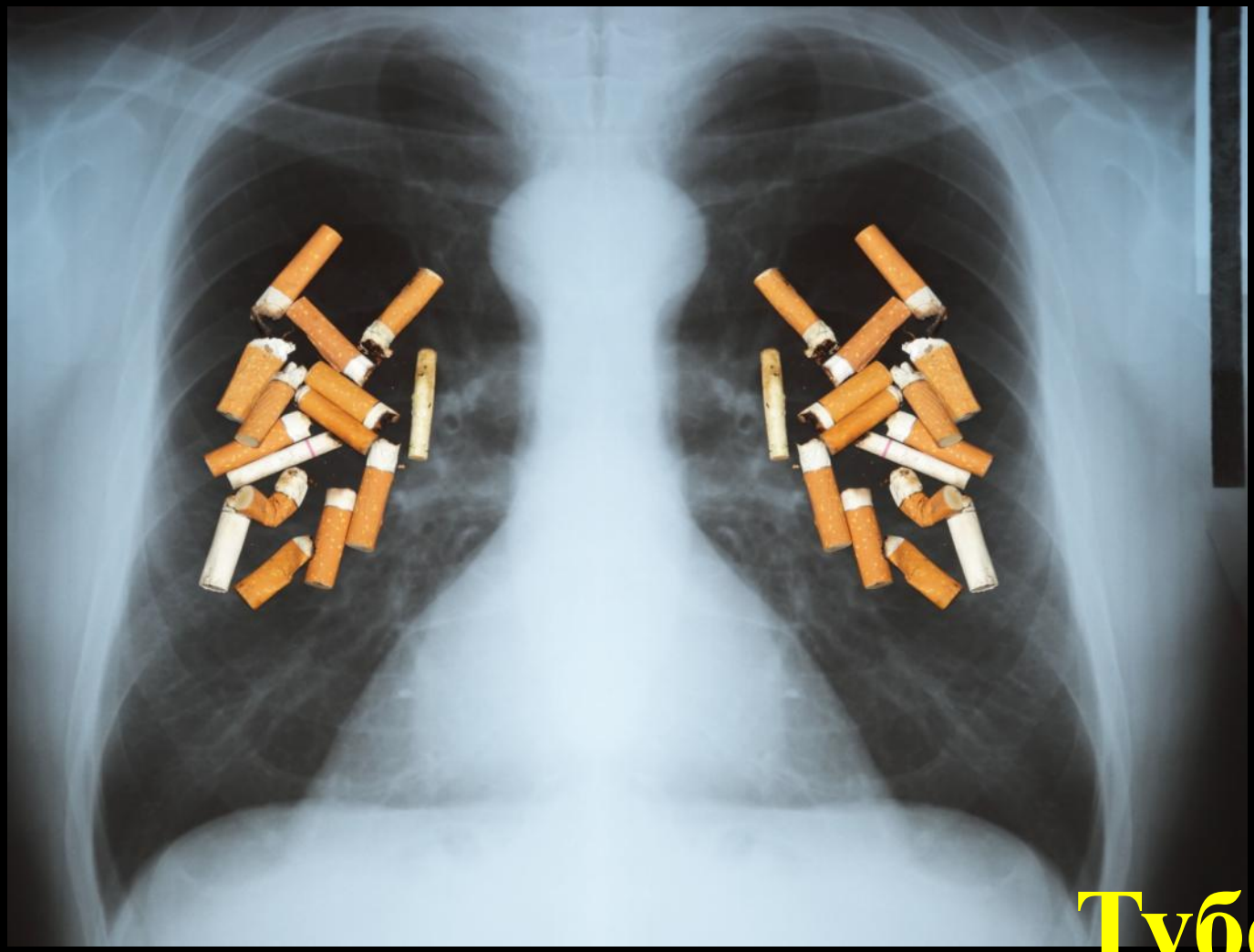
Курение является фактором риска развития большинства заболеваний человека:

Инфаркт и инсульт

Почему стоит отказаться от курения

Язвенные поражения

Почему стоит отказаться от курения



Туберкулез

Почему стоит отказаться от курения

Рак губы и языка

Почему стоит отказаться от курения

«Ампутация» одной или обеих нижних конечностей из-за сухой или газовой гангрены.

- Курение во время беременности повышает риск мертворождения.
- Особенно опасно курение во второй половине беременности.
- Курение матери приводит к увеличению числа врожденных дефектов развития ребенка и ухудшает его физическое и психическое состояние.

КУРИТЬ

НЕ МОДНО

ЗАНИМАЙТЕСЬ СПОРТОМ!

КУРЕНИЕ ВРЕДИТ ЗДОРОВЬЮ!

КУРЕНИЕ
УБИВАЕТ!

Источники материала:
http://www.napirse.ru/post.php?p=36
http://protivkureniya.ru/vred-kureniya/kurenie-glavnaya-prichina-nizkoj-rozhdaemosti/
http://amids.ru/15-prichin-zanyatsya-sportom.html
http://333v.ru/image/236d5fe28eae667fd2688cf410150bf8