

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

Презентація на тему:
Шкідливий вплив тютюнопаління на організм
людини

Виконав: Вергелес
Вячеслав
група 11-ФВ

Що таке тютюнопаління та його історія

Тютюнопаління (або куріння) — набута шкідлива звичка вдихання диму тліючого висушеного листа тютюну. Найважливішим компонентом тютюнового диму є нікотин. Регулярне вживання нікотину викликає тютюнову залежність. Тривале і часте паління тютюну завдає значної шкоди здоров'ю курців, та оточуючих їх людей, що не палять і тварин.

12 жовтня 1492 року іспанська флотилія, яку очолював Христофор Колумб, припливла до невідомого острова, який вони вважали східним берегом Індії. Коли члени екіпажу висадилися на сушу, їх зустріли місцеві жителі — аборигени, які випускали з рота дим, після того як втягували його з рулонів скрученого тютюнового листа. Ці рулони іспанці називали «сигаро». Куріння було невід'ємною частиною релігійних церемоній аборигенів. Вони вдихали дим і випускали його через ніздрі до тих пір, поки з ними не починав спілкуватися «Великий Дух».

Коли експедиція повернулась додому, то серед багатьох дивовижних подарунків, привезених з Нового Світу, було і листа тютюну. Родріго де Херес — Перший європейський курець, матрос з команди Джеймса Кука, був заарештований за підозрою в одержимості дияволом, оскільки співвітчизники вирішили, що дим, що виходив із рота Родріго — явна ознака одержимості дияволом. Хереса посадили у в'язницю, де він пробув цілих сім років, поки його не випустили у зв'язку з тим, що куріння тютюну легалізували на всій території Іспанії.

Європа в різний час по-різному ставилася до тютюну і куріння. Спочатку цій рослині приписували дивовижні цілющі властивості. Наприклад, французький посол Жан Ніко (від його імені походить слово «нікотин») приписав нюхання тютюну французькій королеві, як засіб від головного болю. В Англії, під час епідемії чуми, тютюн змушували курити для профілактики.

У 1571 році іспанський лікар Ніколас Мондарес написав книгу про цілющі властивості тютюну, в якій описав 36 хвороб, від яких лікує тютюн. Через 17 років, житель Вірджинії Томас Харрієт почав пропагувати щоденне паління тютюну як шлях до загального оздоровлення організму. Проте він сам помер від раку.

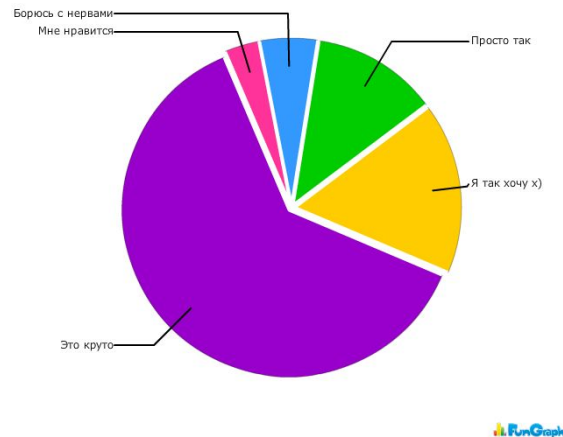
Проте йшов час, і люди стали помічати негативну дію тютюну, особливо те, що він викликає залежність. У різних країнах почалися заборони на куріння.

У 1680 році король Франції Людовик XIV видав наказ, згідно з яким торгівля тютюном дозволялася виключно аптекарям. В цьому ж році в Туреччині вийшов закон султана Мурада IV про смертну кару за куріння. Там за цей злочин саджали на кілок.

В Англії в XVI столітті курцям відрубували голови і виставляли їх на площі з люльками в роті. У Персії — виривали ніздрі.

У царській Росії до тютюнопаління ставилися також негативно. Особливо після того як у 1634 році, внаслідок паління, згоріла дерев'яна Москва.

Статистика тютюнопаління

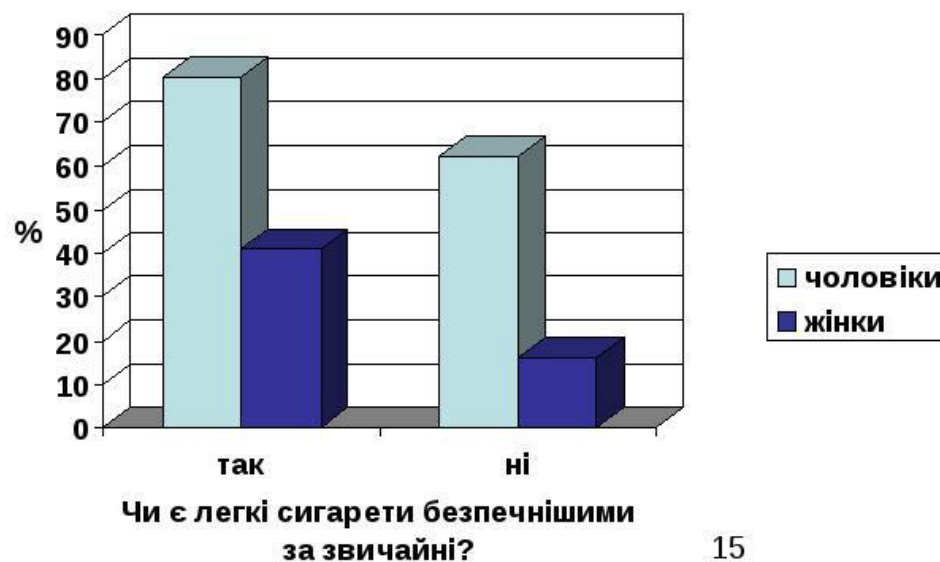


Відповідно до визначення ВООЗ курцем вважають людину, яка регулярно викурює принаймні одну сигарету в день упродовж не менше 12 місяців. У наш час в усьому світі нараховується 1,1 млрд курців - майже 1/3 всього дорослого (старше 15 років) населення. В середньому у світі курять 48 % чоловіків і 12 % жінок.

Тютюнопаління в усьому світі вважають основною причиною в структурі захворюваності та смертності. Тютюнопаління (активне чи пасивне) підвищує ризик виникнення онкологічних захворювань легень, гортані, ротової порожнини тощо. У дітей, матері яких палять підвищується ризик розвитку онкопаталогії та раптової смерті. За даними ВООЗ, щорічна смерть від тютюнопаління у світі становить 3 млн. чоловік, у Європі - майже 1,2 млн, США - 400 тис., державах СНД - майже 500 тис. Важливо зазначити песимістичність прогнозу: в 2020 р. 20% загальної смертності населення Європи буде спричинено тютюнопалінням, тобто 9% нинішнього населення цієї частини світу помре від онкологічних захворювань. Помітно поширюється тютюнопаління серед жінок, дівчат і дітей. Щороку в світі від тютюнопаління помирають 500 тис. жінок [1].

Нашу державу ВООЗ визнала «гарячою точкою». Щорічна смертність в Україні від тютюнопаління становить 107 - 123 тис. осіб. Сьогодні в Україні за офіційними даними курять 50% чоловіків і 25% жінок. Кількість 20-річних жінок, що палять за останні 8 - 10 років збільшилась в 4 рази. На жаль, 22% школярів палять, серед студентів - від 20 до 40% (хлопців) та майже 14% (дівчат) студентів першого курсу, від 60 до 90% - старших курсів. Дехто оцінює цю ситуацію як «тютюнову епідемію» .

Частка тих, хто почав курити протягом останніх 10 років, серед тих, хто ніколи не курив до цього, в залежності від статі та ставлення до легких сигарет

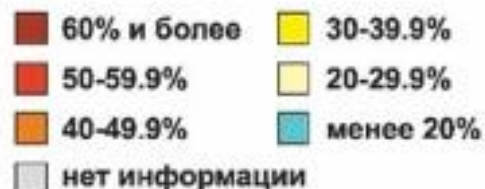
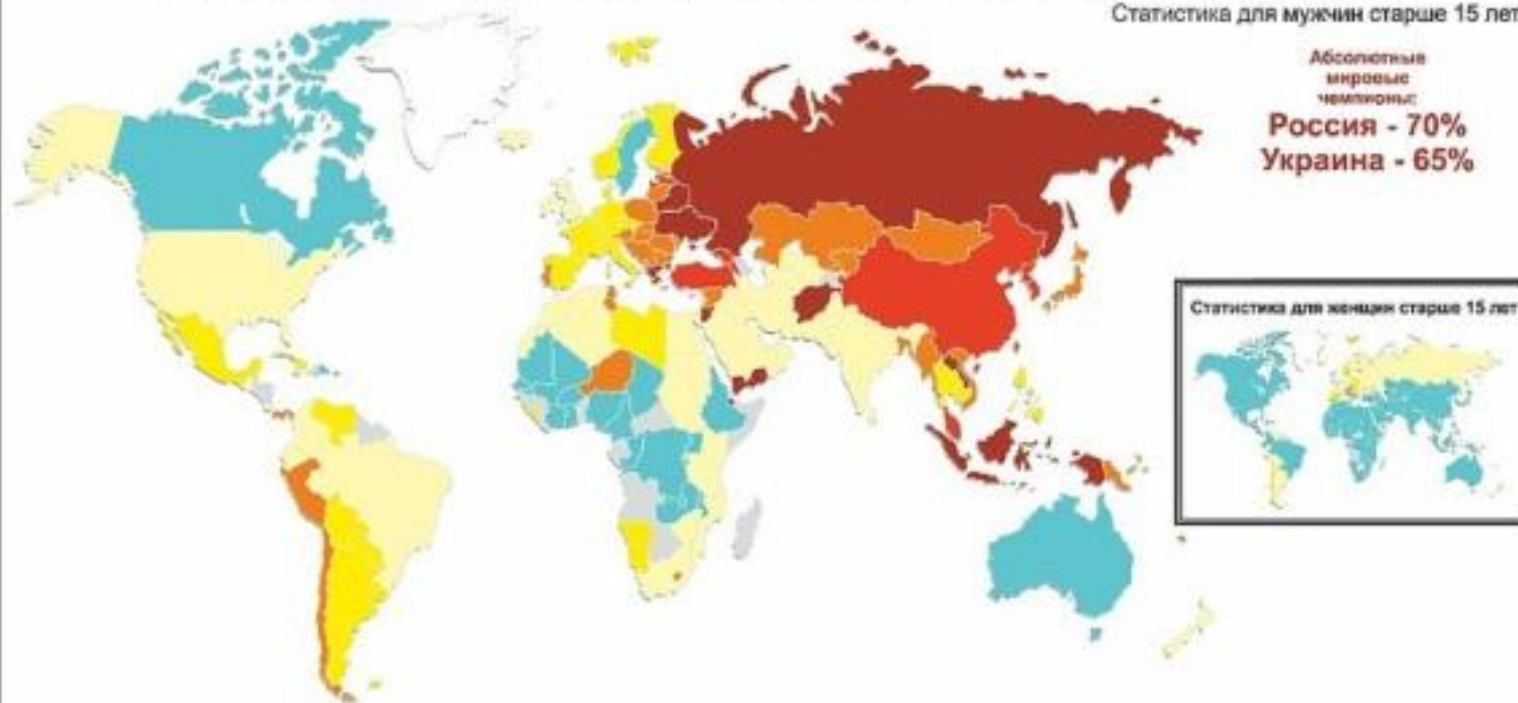


КАРТА ТАБАЧНОЙ ЭПИДЕМИИ

Статистика для мужчин старше 15 лет.

Абсолютные
и относительные
чемпионы:

Россия - 70%
Украина - 65%



Статистика употребления табака мужчинами старше 15 лет.
(Статистика для женщин - отдельно, для подростков 13-15 лет - отдельно).
В нашей реальности дети начинают курить лет в 8.
А к 15 годам многие курить бросают.
Поэтому статистика, предлагаемая ВОЗ, заведомо занижена!

По материалам: *Tobacco Atlas, 2009.*

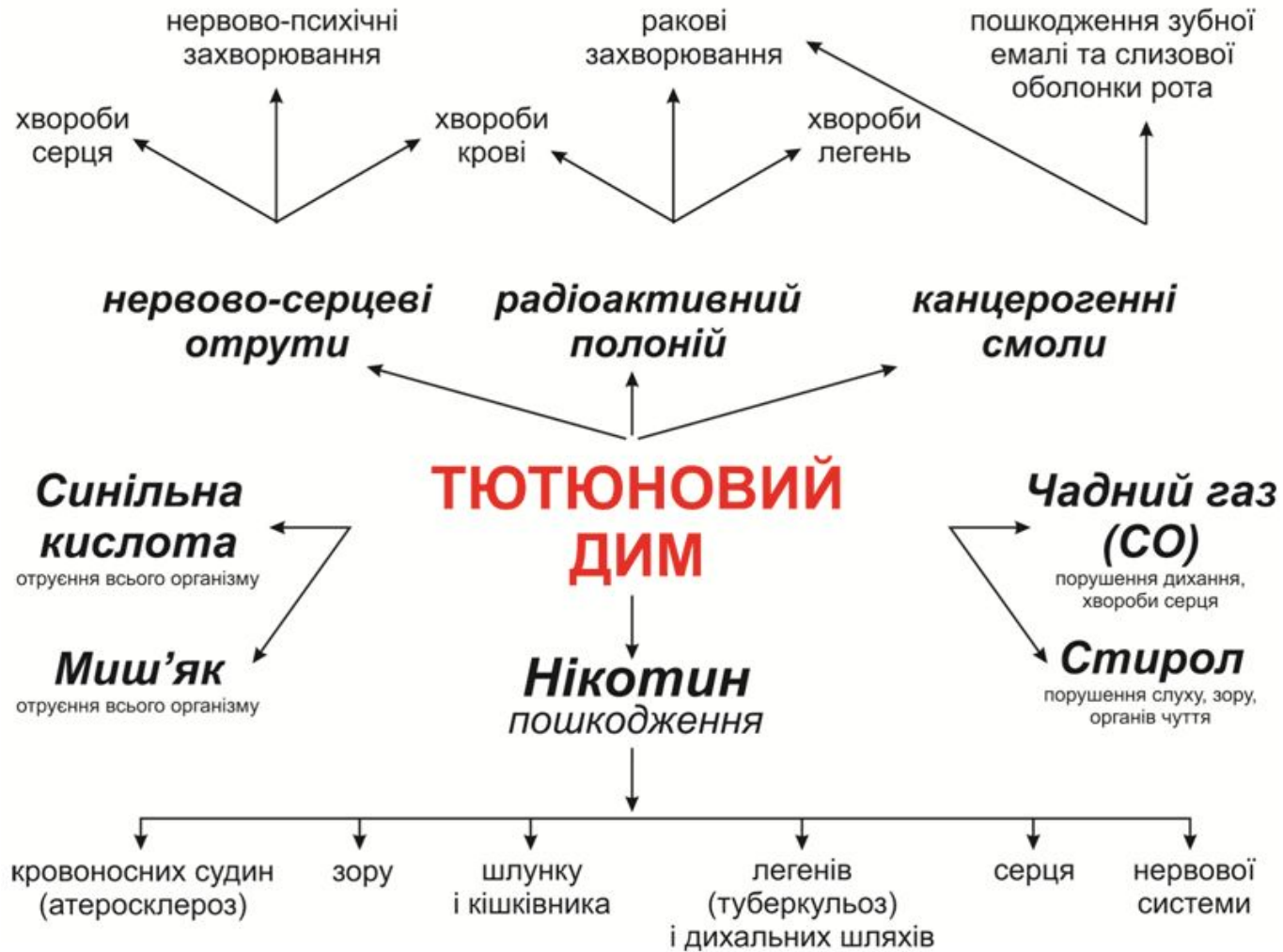
WHO report on the global tobacco epidemic, 2009.

Щоб краще зрозуміти чому тютюнопаління негативно впливає на організм людини, потрібно розглянути будову сигарети, тобто компоненти, які вона містить

Будов звичайної сигарети



Вплив шкідливих речовин на різні органи людини

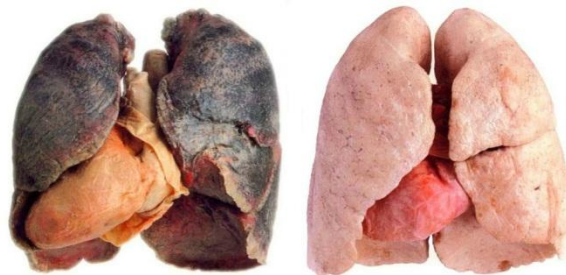


Тютюнопаління істотно підвищує ризик розвитку раку ротової порожнини, глотки, гортані, стравоходу, підшлункової залози, нирок, сечового міхура. Зменшення на 20% кількості осіб, які палять, скоротило б на 32,9% захворюваність на рак легенів і на 28,6 - ішемічну хворобу серця. В курців у 5 - 8 разів частіше розвиваються хронічні обструктивні захворювання легень.

У документах ВООЗ (1994 р.) зазначається, що паління жінок у період вагітності спричиняє не лише підвищення частоти внутріутробної смерті плоду, але й зростання ризику викиднів та зниження маси тіла новонароджених. У нашій країні, як і багатьох інших, кількість курців поповнюється, в основному, за рахунок підлітків, молоді. На жаль, 22% школярів палять, за даними вітчизняних досліджень, у віці 12 -13 років палять майже 7% школярів, серед 16-літніх - вже 40%, а в старших класах починають палити і дівчата. Жінки залучаються до паління набагато пізніше, ніж чоловіки. Однак викликає тривогу той чинник, що в даний час помітно знижується вік, коли дівчата-підлітки вперше пробують палити, а згодом набувають тютюнової залежності. Багато хто з них вважає, що сигарета додає їм сучасності і незалежного вигляду. Вони, мабуть не думають про те, що ризикують своїм здоров'ям і здоров'ям майбутніх дітей. Втрата свіжості шкіри й чистоти голосу, неприємний запах з рота, ранні зморшки - така розплата за паління. «Сліди від паління» з'являються на обличчі дуже швидко. Дівчина або жінка, яка палить, швидко марніє: передчасне старіння організму відбувається в результаті тютюнової інтоксикації. Під впливом тютюнової отрути набухають голосові зв'язки і слизова оболонка гортані, голос стає грубим, хриплим.

Відносно тютюнопаління дані опитування свідчать, що палить кожен третій підліток у 12 - 14-ти літньому віці і кожен другий 15-тилітнього віку. Суттєвих розбіжностей при цьому між дівчатами та хлопцями не спостерігається. Активно курити (майже кожен п'ятий) підлітки починають з 14 років. До 10 років починає палити кожен десятий підліток, при чому юнаки в цьому віці курять втричі частіше, ніж дівчата. Надалі особливих розбіжностей за кількістю підлітків, які палять, залежно від статі не спостерігається. При аналізі причин паління встановлено, що головною з них знову є зацікавленість. Від 42% до 63% підлітків у віці 12 - 20 років відзначили, що саме зацікавленість спонукала їх до паління. Друзі теж досить часто (від 15% до 37% випадків) сприяли знайомству підлітків з сигаретою. Для підлітків 12 - 14 років домінуючими чинниками, що підштовхували їх до вживання тютюнових виробів, стали алкоголь та дорослі (але не батьки) - відповідно 3% і 4%. Проте для кожного десятого, і найчастіше (10 - 14%), підлітки 14 - 17 років сигарета виявилася тим засобом, що допомагав розслабитись або відчутти себе дорослим. Причому, ці чинники були більш вагомими для юнаків, ніж дівчат.

Вплив куріння на легені

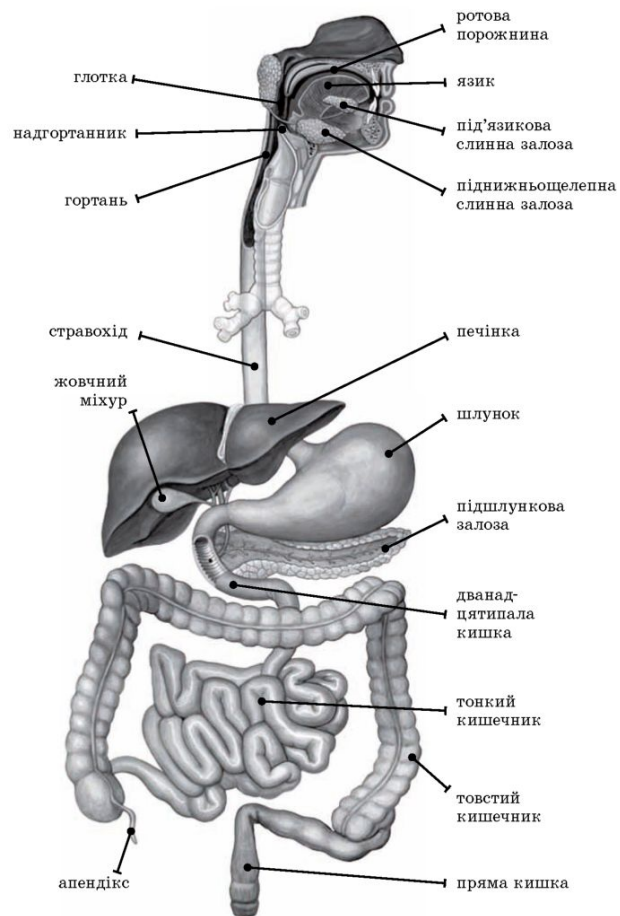


Як відомо легені - це один з найважливіших органів людського тіла, від стану легень залежить надходження кисню в організм. Не буде кисню - організм (чоловік) просто помре. Тому й називають його одним з найважливіших органів. При курінні слизова оболонка легких покривається смолою від тютюнового диму, легені просто засмічуються, що звичайно заважає надходженню в них кисню при диханні. У курця почне проявлятися втома, головні болі, низька мозкова активність, пропаде витривалість. А ще крім цих ускладнень неминуче настане рак легенів або туберкульоз.

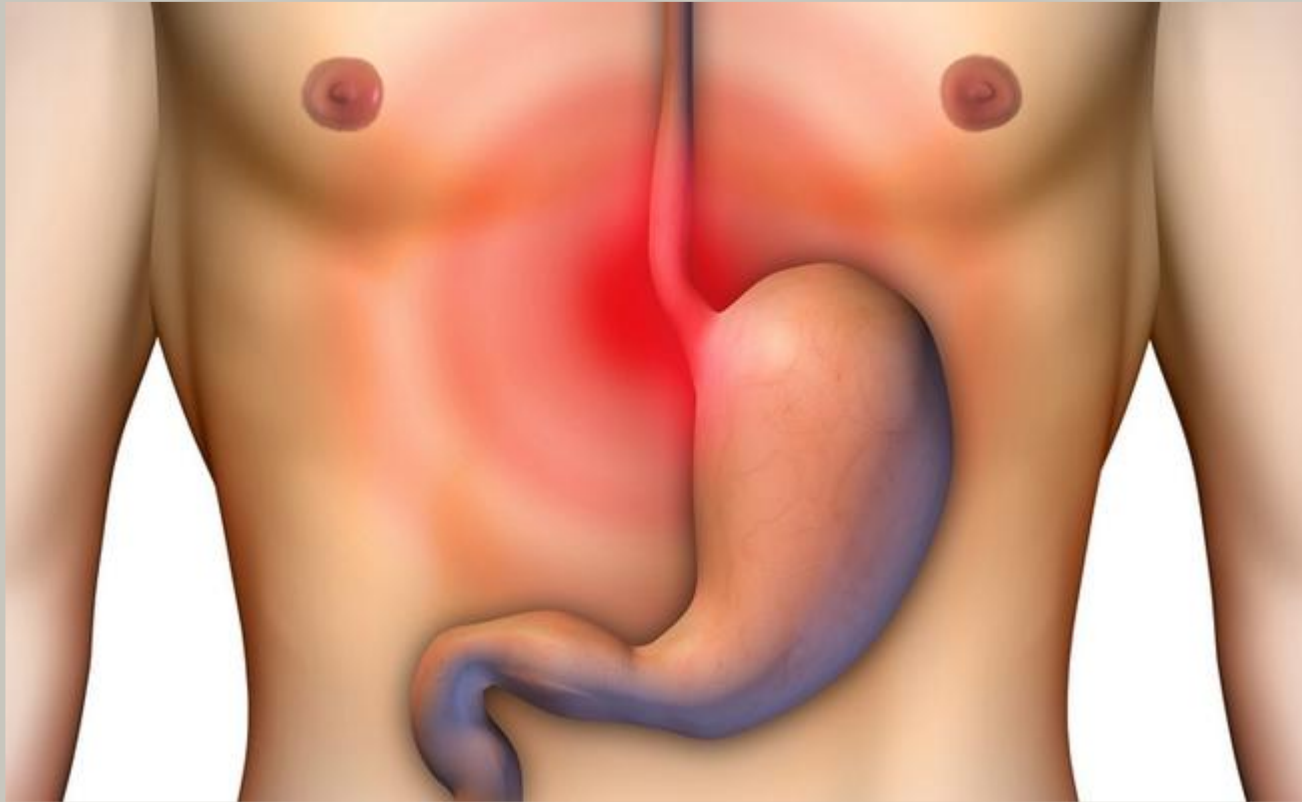
Як же виникає у курців рак легенів? Тютюновий дим тривалий час потрапляючи в на слизову оболонку бронхів дратує її, викликаючи в них хронічний запальний процес, якщо на цей хронічний процес знову накладається дратівливий ефект тютюнового диму, то це неминуче призводить до ракового перетворення клітин слизової оболонки бронхів. Як порахували медичні статистики, для появи у курця раку легені має пройти близько двадцяти років з початку куріння. Основними, згубними факторами, є нітрозаміни і бензпирен, радон які містяться у великій кількості в тютюновій смолі. Необхідно пам'ятати ранні ознаки раку легені - кашель, харкотиння, кровохаркання, біль у грудях, підвищена температура тіла. Статистика показує, що в даний час від раку легені гине в набагато більше людей, ніж від інших ракових захворювань.

Туберкульоз теж не дрімає, і докладає всіх зусиль, що б потрапити в організм курця. Як показали розрахунки вчених з Каліфорнійського університету ризик заразитися туберкульозом, з усіма витікаючими ускладненнями, у курців набагато вище ніж у звичайних не курящих людей. Вчені створили математичну модель яка показала, що найближчим часом на туберкульоз заразяться 18000000 людей, а помруть від нього близько 40 мільйонів людей і більшу їх частину становитимуть саме курці.

Як куріння відбивається на травній системі?

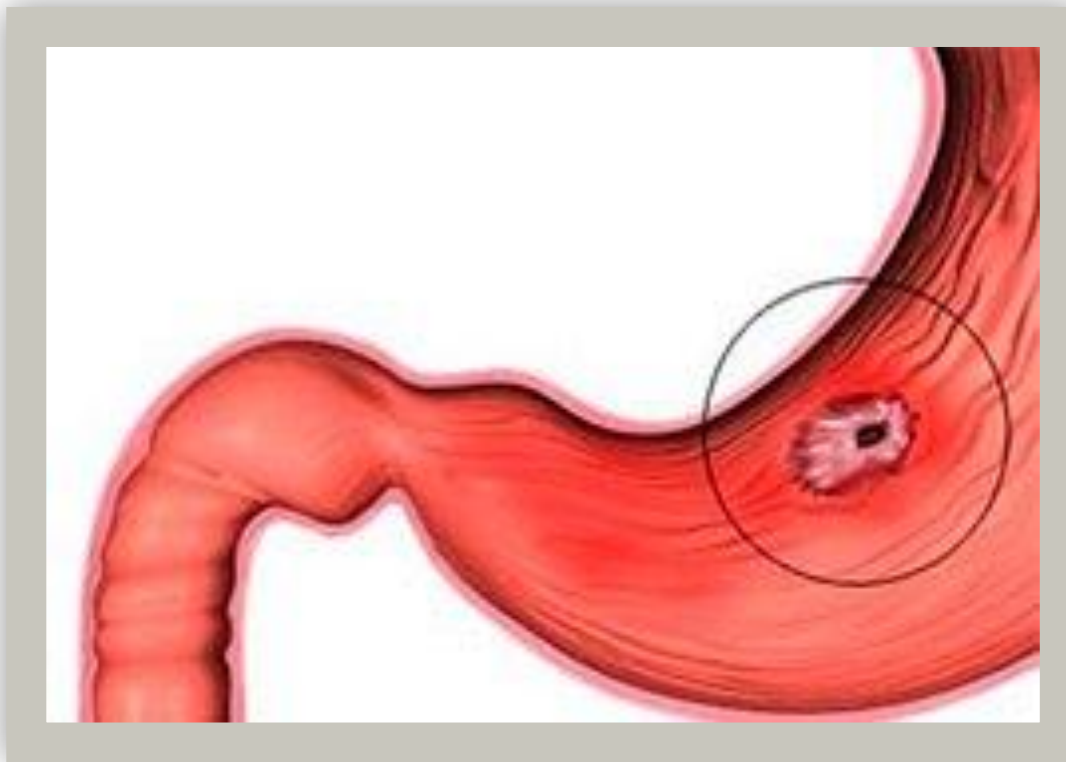


Куріння може шкодити всім частинам травної системи, вносячи свій внесок у такі загальні недуги, як печія і травні виразки. Куріння збільшує ризик виникнення жовчних каменів, які формуються, коли рідина в жовчному міхурі згущується і твердне. Куріння також ушкоджує печінку.



Печія

Печія - абсолютно звичайне явище для будь-якої людини. Печія - ознака гастроентериту. Вона відбувається, коли природні шлункові соки перетікають назад у стравохід - трубку, яка з'єднує рот зі шлунком. Кислі соки виробляються шлунком для перетравлення їжі. Шлунок природним шляхом захищений від кислих соків, але стравохід не має такого захисту. Зазвичай, клапан у кінці стравоходу не дає кислоті проникнути в шлунок із стравоходу. Куріння послаблює цей клапан, що дозволяє шлунковій кислоті потрапляти в стравохід. Коли шлункова кислота стикається з стравоходом, пошкоджуються внутрішні нормалізують процеси.

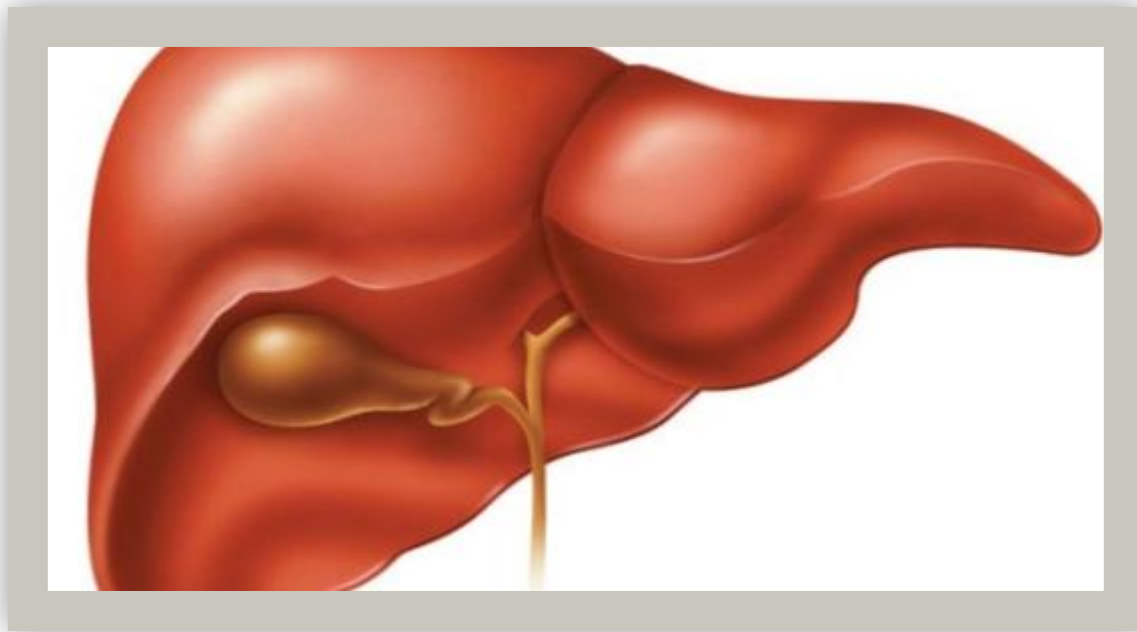


Виразка шлунка

Виразка шлунка - це пошкодження шлунка або дванадцятипалої кишки, яка є початком тонкої кишки. Виразка шлунка - досить звичайне захворювання, яке відбувається з багатьма людьми. Одна з причин виразки шлунка - бактеріальна інфекція, але найчастіше виразка утворюється з-за довгого використання таких збуджуючих препаратів, як аспірин і ібупрофен. У деяких випадках, злоякісні пухлини в шлунку або підшлунковій залозі можуть викликати виразку. Виразка шлунка не викликається напруженням або певної їжею, але ці фактори можуть лише погіршити ситуацію.

Дослідження показало, що люди, які **курять сигарети** найімовірніше будуть страждати від виразки. Якщо люди з виразкою продовжують **палити**, то виразка не заживе; або може гоїтися більш тривалий час, ніж зазвичай. Шанс на швидке одужання від виразки настає тоді, коли людина припиняє курити. **Куріння** також збільшує ризик появи інфекції від бактерії на ім'я пілоруса і збільшує ризик появи виразки від алкоголю та різних заборонених препаратів.

Шлункова кислота робить свій внесок в освіту виразок.



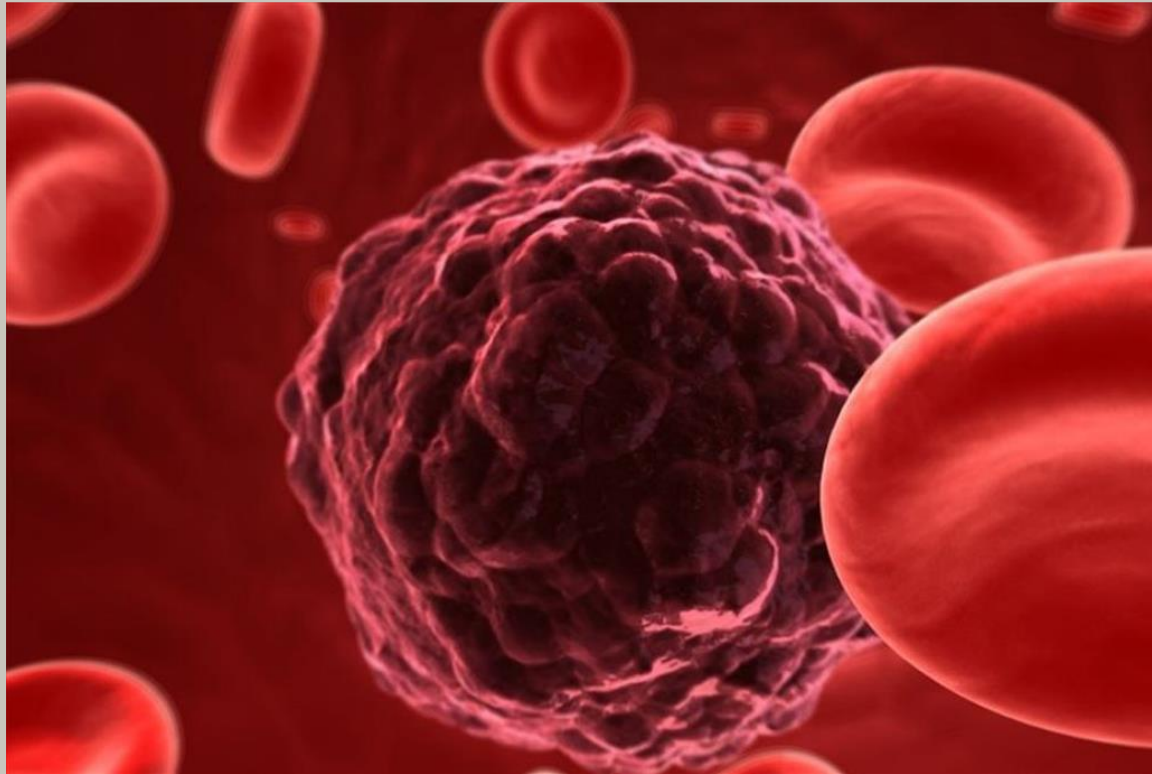
Хвороба печінки

Печінка - важливий орган, який має багато завдань . Печінка відповідальна за переробку ліків, алкоголю та інших токсинів, а також за вилучення їх з організму. Дослідження показує, що **куріння шкодить** здібностям печінки обробляти такі речовини . Дослідження також пропонує, що куріння може посилити хвороба печінки, викликану алкоголізмом.



Хвороба Крона

Хвороби Крона викликає сильне здуття кишечника. Хвороба Крона, яка заподіює біль і викликає діарею, найчастіше зачіпає тонку кишку, але також може трапитися де-небудь у травному тракті. Дослідження показує, що **курці** знаходяться в зоні ризику розвитку хвороби Крона, ніж некурящі люди. Серед людей з хворобою Крона, **палять** люди піддаються хірургії частіше, і їм необхідна постійна терапія. Жінкам більш ймовірно знадобиться вторинна хірургія і лікування, ніж чоловікам. Чому **куріння збільшує ризик хвороби** Крона невідомо, але деякі дослідники вважають, що **куріння** може знизити здатність кишечника чинити опір, зменшити кровотік в кишечнику, або викликати зміни імунної системи, які призводять до запалення.



Куріння та онкозахворювання

З 5000 хімічних сполук, які містяться в тютюновому диму, приблизно 60 викликають рак.

Всі знають, що рентгенівські знімки можна робити двічі на рік, оскільки цей процес супроводжується значним опроміненням організму. На рік це не перевищує 1,5 рентгена. А тепер увага: 365 пачок сигарет опромінюють організм силою в 500 рентген. Не дивно, що 10% курців гинуть від злякисних пухлин.

В 85 випадках зі ста можна простежити залежність раку легенів від куріння. Причому ця залежність прямо пропорційна кількості викурених в день сигарет і вмісту в них смол. Хвороба погано діагностується на ранніх стадіях, тому залишає небагато шансів до благополучного результату. Більшість хворих помирають протягом перших п'яти років, і лише кожен десятий переживає цей рубіж. Рак легенів у всьому світі прийнято вважати "найбільш урожайним" по смертності серед онкозахворювань. І тільки кожен десятий померлий не курив. Щорічно від цього захворювання на ґрунті куріння гине понад мільйон людей.



Серцево-судинна система

Під час різного роду перекурів разом з тютюновим димом організм людини споживає окис вуглецю, який блокує гемоглобін в крові. Через це доставка кисню до серцевих м'язам різко порушується, що призводить до серйозних захворювань серця і судин.

Уявити, як куріння впливає на серце, допоможе наступний досвід. Візьміть склянку з напоєм і нормальну соломинку, попитайте. Ви досить швидко і без проблем втамуєте спрагу. А тепер підшукайте соломинку вдвічі вже і спробуйте випити склянку рідини. Ви втомитеся швидше, ніж вип'єте напій. Точно так само доводиться серцю: судини стискаються і змушують його працювати з більшим навантаженням.

Крім того, куріння призводить до збільшення в крові рівня холестерину. Як наслідок, в артеріях відкладаються жири, виникає закупорка та інфаркт міокарда. Шанси заробити інфаркт у курців вище в 4-5 разів, ніж у людей некурящих.



Куріння і вагітність

Далеко не всі жінки замислюються про те, як впливає куріння на вагітність. А це цілий ряд негативних впливів.

Куріння збільшує ризик виникнення ускладнень, передчасних пологів і викиднів. Воно сприяє виникненню кисневого голодування (гіпоксії) плода. Гіпоксія, в свою чергу, не дозволяє немовляті нормально розвиватися і результат - палять під час вагітності жінки народжують недоношених дітей або з непропорційно розвиненими частинами тіла (маленька голова, грудна клітка або довжина тіла).

Крім того, куріння матері рівнозначно паління плоду. А це вже більш важкі наслідки, які проявляються у міру розвитку дитини і часто носять психологічний характер.

Який б не був сенс життя людини, немає нічого такого, що не змогло б зруйнувати куріння. Рано чи пізно його шкідливий ефект доведеться відчувати кожному курцеві. Але найгірше, що страждають близькі люди, які ніколи не тримали сигарету в руках. Захистіть себе і їх - киньте сигарету.

