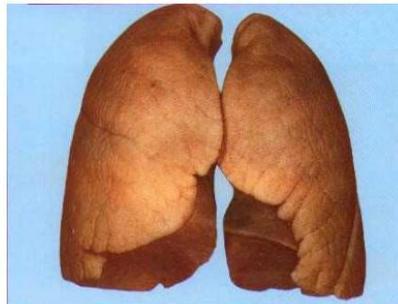


Жихарева Ангелина.

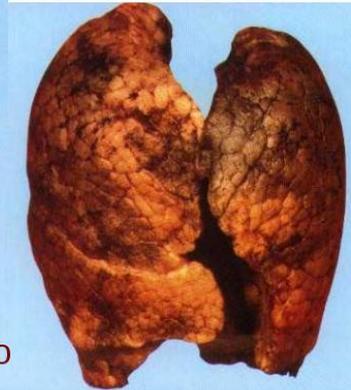
# О ВРЕДЕ КУРЕНИЯ.

Легкие некурящего



Сравни и сделай  
выводы.

Легкие  
курящего



О вреде курения сказано немало. Однако беспокойство ученых и врачей, вызванное распространением этой пагубной привычки растет, так как пока еще значительное число людей не считает курение вредным для здоровья.

Систематическое курение, медленно отравляя организм множеством табачных ядов, дает обширный и зловещий список тяжелых болезней: болезни легких, сердца, головного мозга и всего организма. Уже через несколько месяцев курения у человека ухудшается память, замедляется быстрота реакции, ухудшается внимание, зрение, слух, у детей наблюдается физическое и умственное отставание.

Исследованиями доказано, в чем вред курения. В дыме табака содержится более 30 ядовитых веществ: Никотин, Углекислый газ, Окись углерода, Синильная кислота, Амиак, Смолистые вещества, Органические кислоты и другие.

1-2 пачки сигарет содержат смертельную дозу никотина. Курильщика спасает, что эта доза вводится в организм не сразу, а дробно. Статистические данные говорят: по сравнению с некурящими длительнокурящие в 13 раз чаще заболевают Стенокардией, в 12 раз - Инфарктом миокарда, в 10 раз - Язвой желудка.

Курильщики составляют 96 - 100% всех больных Раком легких. Каждый седьмой долгое время курящий болеет Облитерирующим эндартериитом - тяжким недугом кровеносных сосудов.

Табачные изделия готовятся из высушенных листьев табака, которые содержат белки, углеводы, минеральные соли, клетчатку, ферменты, жирные кислоты и другие. Среди них важно отметить две группы веществ, опасных для человека, - никотин и изо-преноиды.

По количественному содержанию в листьях табака и по силе действия на различные органы и системы человека никотин занимает первое место. Он проникает в организм вместе с табачным дымом, в составе которого имеются, кроме никотина, вещества раздражающего действия, в том числе канцерогенные (Бензпирен и Дибензпирен, то есть способствующие возникновению злокачественных опухолей, много углекислого газа - 9.5% (в атмосферном воздухе - 0.046%) и окиси углерода - 5% (в атмосферном воздухе её нет).

Никотин относится к нервным ядам. В экспериментах на животных и наблюдениях над людьми установлено, что никотин в малых дозах возбуждает нервные клетки, способствует учащению дыхания и сердцебиения, нарушению ритма сердечных сокращений, тошноте и рвоте. В больших дозах тормозит, а затем парализует деятельность клеток ЦНС в том числе вегетативной. Расстройство нервной системы проявляется понижением трудоспособности, дрожанием рук,

Никотин воздействует и на железы внутренней секреции, в частности на надпочечники, которые при этом выделяют в кровь гормон - Адреналин, вызывающий спазм сосудов, повышение артериального давления и учащение сердечных сокращений. Пагубно влияя на половые железы, никотин способствует развитию у мужчин половой слабости - ИМПОТЕНЦИИ!!! Поэтому её лечение начинают с того, что больному предлагают прекратить курение.

Особенно вредно курение для детей и подростков. Еще не окрепшие нервная и кровеносная системы болезненно реагируют на табак.

Кроме никотина, отрицательное воздействие оказывают и другие составные части табачного дыма. При поступлении в организм окиси углерода развивается кислородное голодание, за счет того, что угарный газ легче соединяется с гемоглобином, чем кислород и доставляется с кровью ко всем тканям и органам человека.

В эксперименте установлено что у 70% мышей, которые вдыхали табачный дым, развились злокачественные опухоли легких. Рак у курящих людей возникает в 20 раз чаще, чем у некурящих. Чем дольше человек курит, тем больше у него шансов умереть от этого тяжёлого заболевания. Статистические исследования показали, что у курящих людей часто встречаются раковые опухоли и других органов - пищевода, желудка, гортани, почек. У курящих не редко возникает рак нижней губы в следствии канцерогенного действия экстракта, скапливающегося в мундштуке трубки.

Очень часто курение ведет к развитию хронического бронхита, сопровождающегося постоянным кашлем и неприятным запахом изо рта. В результате хронического воспаления бронхи расширяются, образуются бронхоэктазы с тяжёлыми последствиями - пневмосклерозом, эмфиземой легких, с так называемым легочным сердцем, ведущему к недостаточности кровообращения. Это и определяет внешний вид заядлого курильщика: хриплый голос, одутловатое лицо, одышка.

Велика роль курения и в возникновении туберкулёза. Так, 95 из 100 человек, страдающих им, к моменту начала заболевания курили.

Часто курящие испытывают боли в сердце. Это связано со спазмом коронарных сосудов, питающих мышцу сердца с развитием стенокардии (коронарная недостаточность сердца). Ин-

фаркт миокарда у курящих встречается в 3 раза чаще, чем у некурящих.

Курение может быть и главной причиной стойкого спазма сосудов нижних конечностей, способствующего развитию облитерирующего эндартериита, поражающего преимущественно мужчин. Это заболевание ведет к нарушению питания, гангрене и в итоге к ампутации нижней конечности.

От веществ, содержащихся в табачном дыму, страдает так же пищеварительный тракт, в первую очередь зубы и слизистая оболочка рта. Никотин увеличивает выделение желудочного сока, что вызывает ноющие боли под ложечкой, тошноту и рвоту. Эти признаки могут быть проявлением и гастрита, язвенной болезни

желудка, которые у курящих возникают гораздо чаще, чем у некурящих.

Так, например, среди мужчин, заболевание язвенной болезнью желудка, 96 - 97% курили.

Курение может вызвать никотиновую амблиопию. У больного страдающего этим недугом, наступает частичная или полная слепота. Это очень грозное заболевание, при катаром даже энергичное лечение не всегда бывает успешным.

Курящие подвергают опасности не только себя, но и окружающих людей. В медицине появился даже термин "Пассивное курение". В организме некурящих людей после пребывания в накуренном и не проветренном помещении определяется значительная концентрация никотина.

Герой инфарктов, раков и инсультов

# Табак



**Последствия курения для организма . Мочевой пузырь : рак мочевого пузыря**  
**Рак мочевого пузыря встречается в основном у курильщиков старше 40 лет.**  
**У мужчин риск в 4 раза выше, чем у женщин. Самый частый ранний симптом**  
**появление крови в моче без боли или дискомфорта**



## Последствия курения для организма

**Плод : факторы риска** В исследованиях доказано, что у женщин, которые во время беременности регулярно выкуривают одну пачку сигарет в день или больше, рождаются дети с весом меньше, чем у некурящих матерей. Окись углерода, вдыхаемая в составе табачного дыма, попадает в кровь плода и снижает поглощение кислорода, приводя к выраженному кислородному голоданию. Другие последствия курения включают уменьшение кровотока, что мешает переносу жизненно необходимых питательных веществ от матери к плоду. Новорожденные со сниженным весом слабее в целом и больше подвержены болезням, чем дети со средним весом. У курящих женщин выше вероятность того, что беременность может закончиться преждевременными родами, выкидышем или мертворождением. Также исследования не исключают, что у детей, рожденных от матерей, которые курили во время и после беременности, чаще встречается синдром внезапной детской смерти.



## **Последствия курения для организма**

**Мозг : инсульт** Инсульт возникает тогда, когда кровеносный сосуд, доставляющий в головной мозг кислород, закупоривается тромбом или другими частицами. Тромбоз церебральных сосудов самая частая причина инсульта. Тромбоз означает формирование тромба из крови и нарушение кровоснабжения головного мозга. Другой тип инсульта возникает, когда пораженная болезнью артерия головного мозга разрывается. Это явление называют кровоизлиянием в головной мозг

## **Последствия курения для организма**

**Сердце : болезни сердца Курение основная причина поражения коронарных артерий, что может приводить к инфаркту миокарда. У курильщиков повышен риск атеросклероза ( закупорки артерий ) и других изменений, поражающих сердечно - сосудистую систему. Курение само по себе повышает риск заболеваний коронарных артерий, а в сочетании с другими факторами эти заболевания становятся еще более вероятными. Никотин и окись углерода, содержащиеся в табачном дыме, нарушают поступление кислорода в кровь и по разным механизмам вызывают поражение сердца и сосудов**

**Последствия курения для организма**

**ХОЗЛ : хронический бронхит** ХОЗЛ это хронические заболевания легких, для которых характерно прогрессирующее сужение и деструкция бронхиального дерева и легочных альвеол. Хронический бронхит проявляется кашлем с мокротой, возникающим зимой в течение 2 лет подряд. У одних больных кашель с мокротой единственный симптом, у других бывает жалобы на затрудненное дыхание или одышку. Если вы кашляете или выделяете мокроту, обратитесь к врачу, чтобы он проверил легкие. Эмфизема означает патологию альвеол, когда ткань вокруг альвеол изменяется, они становятся расширенными и на рентгеновском снимке выглядят как отверстия в легких ( что напоминает швейцарский сыр ). Главным симптомом одышка. Бывает кашель, но менее выраженный, чем при хроническом бронхите. Грудная клетка становится бочкообразной.

