

Влияние курения на растущий организм.

Как бросить курить.

# Состав табачного дыма

Табак содержит 91 органическое вещество, при термическом разложении которых образуется до 1200 твердых и газообразных соединений, в том числе и **ЯДОВИТЫХ:**

**НИКОТИН,**

**бензидин,**

**бензпирен,**

**азот, водород, аргон,**

**угарный газ, метан и**

**цианистый водород**

**ацетальдегид, ацетон, аммиак,  
бензол, бутиламин, диметиламин,  
ДДТ, этиламин, формальдегид,  
сероводород, гидрохинон,  
метиловый спирт, метиламин,  
соединения никеля и пиридин**

# Статистические данные

**каждые 10 секунд еще один человек в мире умирает в результате потребления табака**

**табак ежегодно убивает около трех миллионов человек во всем мире**

**начиная с 1950 года, табак убил 62 миллиона человек, то есть больше, чем погибло во второй мировой войне**

**Если человек начал курить в 15 лет, то продолжительность его жизни уменьшается более чем на 8 лет**

**Начавшие курить до 15 лет в 5 раз чаще умирают от рака, чем те, кто начал курить после 25 лет**

# **Творческая групповая работа:**

**1-я группа – нарисовать листовку-антирекламу курения;**

**2-я группа – написать письмо ровеснику, который собирается начать курить;**

**3-я группа – написать обращение от имени детей к курящим родителям;**

**4-я группа – рассчитать финансовые затраты, связанные с курением.**



## Угарный газ

- содержится 3- 6% в дыме сигареты, что больше в 8 раз его допустимую концентрацию в воздухе промышленных объектов;
- имеет способность соединяться с гемоглобином в 200 раз выше, чем у кислорода, поэтому мозг и мышцы (в том числе и сердечная) не могут работать в полную силу без достаточного поступления кислорода;
- повреждает *стенки артерий* и увеличивает риск сужения *коронарных сосудов*, что может привести к *сердечным приступам*.

## Синильная кислота (цианистый водород)

- легко проникает в кровь (снижает способность клеток воспринимать кислород);
- может привести к понижению *умственной и физической работоспособности*;
- к более серьезным проблемам, таким как *инфаркт миокарда*.

## Формальдегид

- ядовитое вещество, вызывающее боль в *груди, кашель, бронхит, конъюнктивит, сильные отеки кожи...*
- как и акролеин, провоцирует развитие *астмы*.



## Метанол

- ядовитое вещество, вызывающее тяжелое *отравление, слепоту, смерть*.

## Сероводород

- токсическое вещество, вызывающее острую *кислородную недостаточность*, приводящую к поражению *нервной системы*.

## Радиоактивные вещества

- изотопы полония – первопричина *рака легких*;
- свинец и висмут вызывают расстройство *сна и аппетита*, повышают *раздражительность*; способствуют нарушению работы *желудка и кишечника*; плохой *успеваемости*; отставанию в *физическом развитии*.

## Формальдегид

- ядовитое вещество, вызывающее боль в *груди, кашель, бронхит, конъюнктивит, сильные отеки кожи...*
- как и акролеин, провоцирует развитие *астмы*.



## Метанол

- ядовитое вещество, вызывающее тяжелое *отравление, слепоту, смерть*.

## Сероводород

- токсическое вещество, вызывающее острую *кислородную недостаточность*, приводящую к поражению *нервной системы*.

## Радиоактивные вещества

- изотопы полония – первопричина *рака легких*;
- свинец и висмут вызывают расстройство *сна и аппетита*, повышают *раздражительность*; способствуют нарушению работы *желудка и кишечника*; плохой *успеваемости*; отставанию в *физическом развитии*.

# Влияние курения на организм человека

## ВРЕД КУРЕНИЯ

ухудшение кровоснабжения мозга — головные боли, снижение памяти, утомляемость

А/Д выше нормы на 20—50 мм рт. ст.

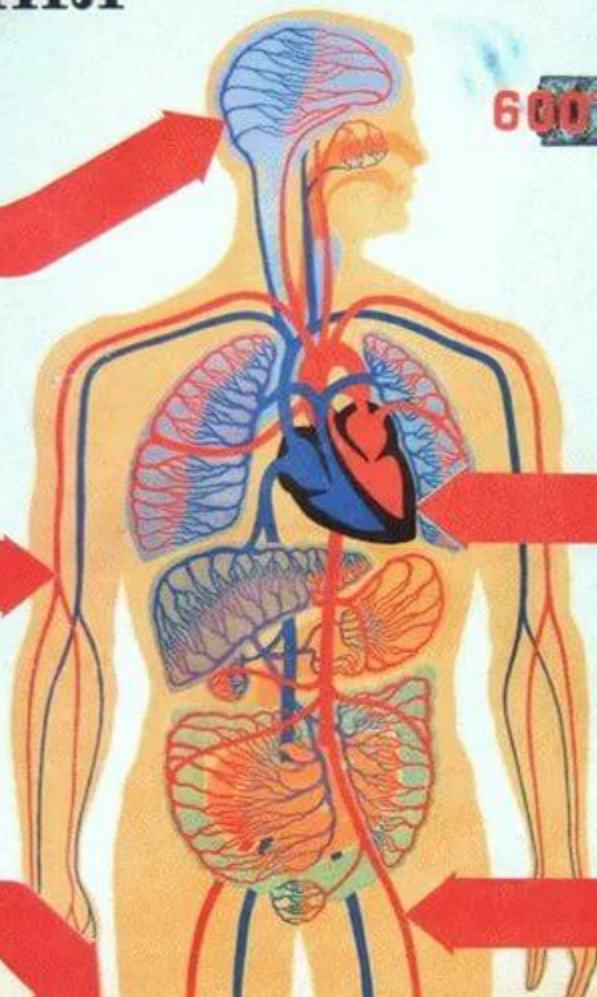
понижение способности гемоглобина присоединять кислород



никотин	аммиак
угарный газ	мышьяк
синильная кислота	радиоактивные вещества

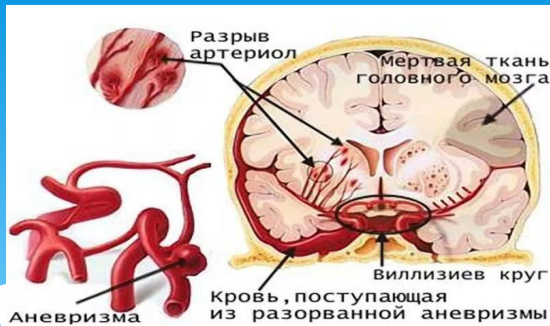
спазм сосудов, инфаркт миокарда

сужение просвета сосудов, гангрена нижних конечностей





# Влияние курения на нервную систему



- никотин попадает в мозг через 7 секунд после первой затяжки;
- вначале никотин расширяет сосуды, затем резко сужают их;
- отравляет клетки мозга (ухудшается память, зрение, умственная работоспособность, появляется бессонница, головные боли);
- курящие люди становятся нервными, рассеянными, раздражительными, грубыми;
- развиваются нервные заболевания – **невралгии, невриты, полиневриты, радикулиты, плекситы** (заболевания нервных узлов – сплетений);
- привыкнув к сигарете, человек без неё уже расслабиться.





# Влияние курения на органы чувств

- ухудшает **слух** (происходит втягивание барабанной перепонки внутрь и её утолщение);
- разрушает **слуховой нерв**;
- действие вредных веществ табака на **зрительный нерв**;
- способствует **помутнению хрусталика** глаза;
- ослабляет **цветоощущение**;
- глаза курящего человека красные, слезятся, края век припухшие;
- способствует отмиранию окончания **вкусовых нервов** и **полости рта**;
- нарушает **обоняние**.



# Влияние курения на опорно-двигательную систему



- ухудшение кровоснабжения из-за спазма кровеносных сосудов;
- приводит к снижению работоспособности мышц (может привести к самопроизвольной гангрене конечностей);
- развитию заболевания **эндартериита** (перемежающая хромота), часто требующая ампутации ног;
- никотин действует как яд курара, парализующий мышечную систему человека (страдает каждый 7 курильщик).

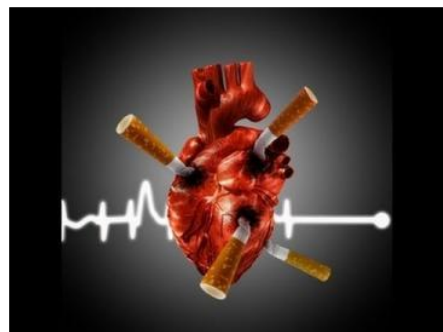


# Влияние курения на кровеносную и сердечно-сосудистую системы



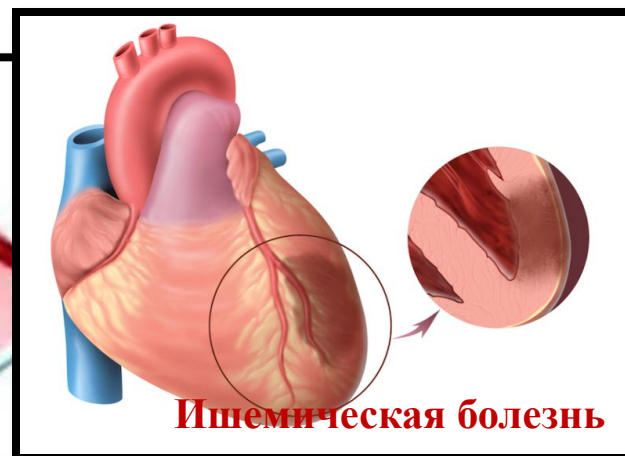
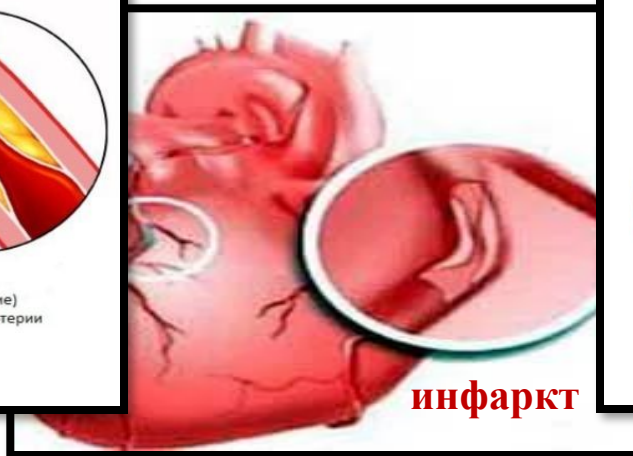
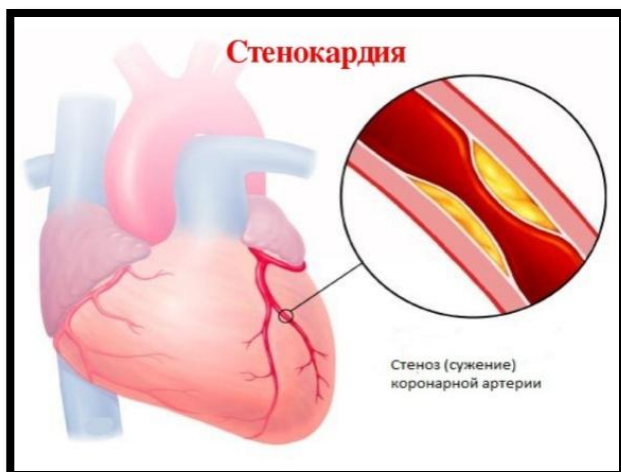
- снижается количество эритроцитов и гемоглобина;
- повышает кровяное давление: кровеносные сосуды сужаются, но при этом сердце сокращается на 20 -25 тысяч больше нормы в сутки, и как результат сердце курящего расширяется и повреждается;
- способствует возникновению **атеросклероза, гипертонической болезни, кровоизлияния в мозг**;
- способствует увеличению **холестерина** в крови, приводящее к образованию **тромбов**.





# Влияние курения на сердечно –сосудистую систему

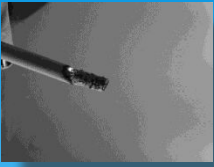
- **стенокардия** у курильщиков чаще в 13 раз;
- **инфаркт миокарда** чаще в 12 раз (особенно у лиц до 40 лет);
- **острый инфаркт миокарда** ( у курильщиков до 35 лет, у 80% курящих со школьной скамьи);
- внезапная смерть от ишемической болезни у курильщиков в 5 раз чаще, чем у некурящих.



# Влияние курения на дыхательную систему

- **хронические заболевания** дыхательных органов: бронхит, астма, гибель эпителия, усиленное выделение слизи, воспаление голосовых связок;
- **Туберкулез легких** (из 100 случаев заболевания туберкулезом 95% - курильщики);
- **рак легких** (почти 97% больных раком – курильщики);
- **Рак гортани** (в 6 – 10 раз больше, 98 смертей).
- увеличивает вероятность других видов **злокачественных опухолей**;
- способствует развитию инфекционных заболеваний органов дыхания.





# Влияние курения на пищеварительную систему

- язык покрывается грязно –серым налетом;
- зубы желтеют, зубная эмаль трескается, развивается **кариес**;
- появляется неприятный запах изо рта, тошнота, изжога;
- ухудшается аппетит, обоняние, вкус извращается;
- никотин, действуя через кровь, попадает в желудок со слюной и вызывает повышение кислотности желудочного сока почти в 2 – 2,5 раза;
- возникают спазмы желудка, кишечника, кишечная непроходимость (**парез**) кишечника ведет к смерти;
- развивается хронический **гастрит, колит, язвенная болезнь** желудка и 12- перстной кишки (в 10 раз чаще);
- приводит к **циррозу печени**;
- развивается **рак полости рта, пищевода, поджелудочной железы**.

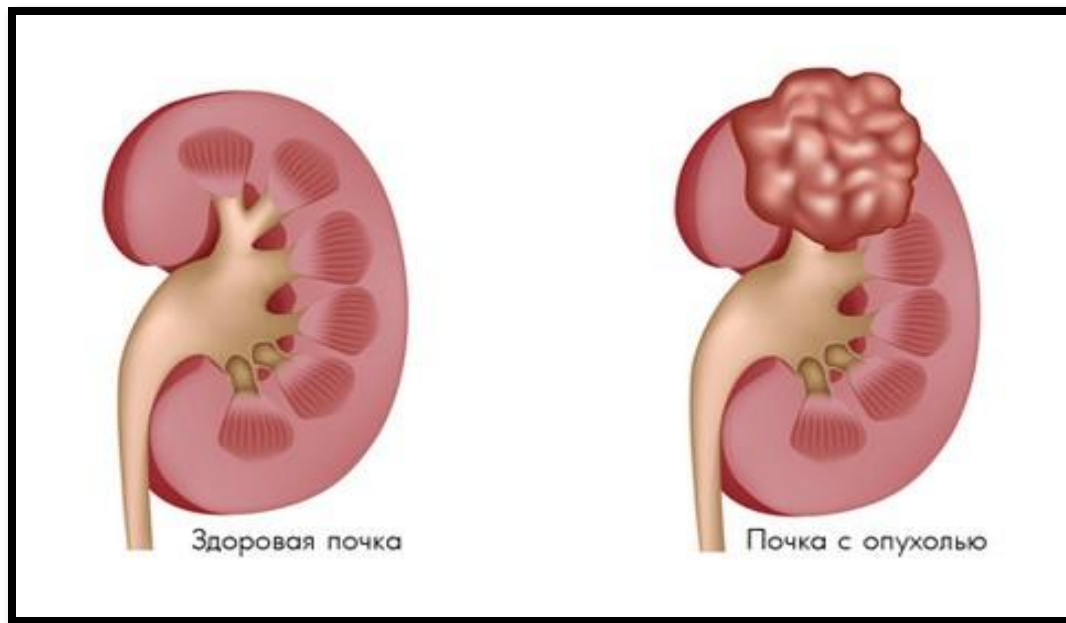
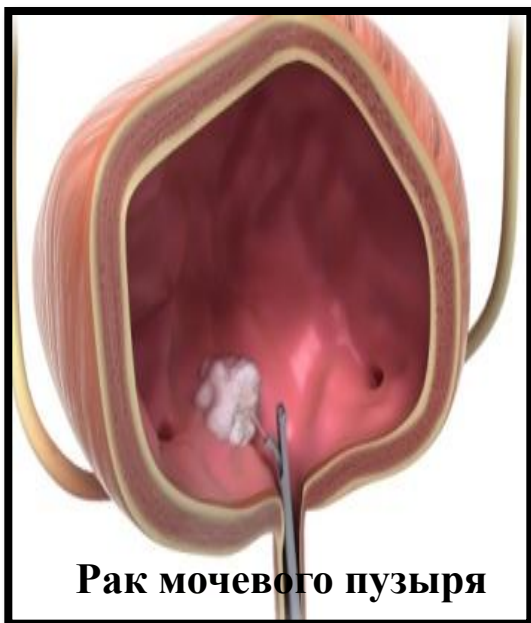




# Влияние курения на выделительную систему



- развитие **хронических болезней почек и мочевого пузыря**, вплоть до **рака мочевого пузыря**;
- в моче образуется **бензапирен** – канцерогенное химическое соединение, вызывающее рак, которое обнаруживается и у пассивных курильщиков);
- **рак почек** (встречается у курильщиков в 5 раз чаще).

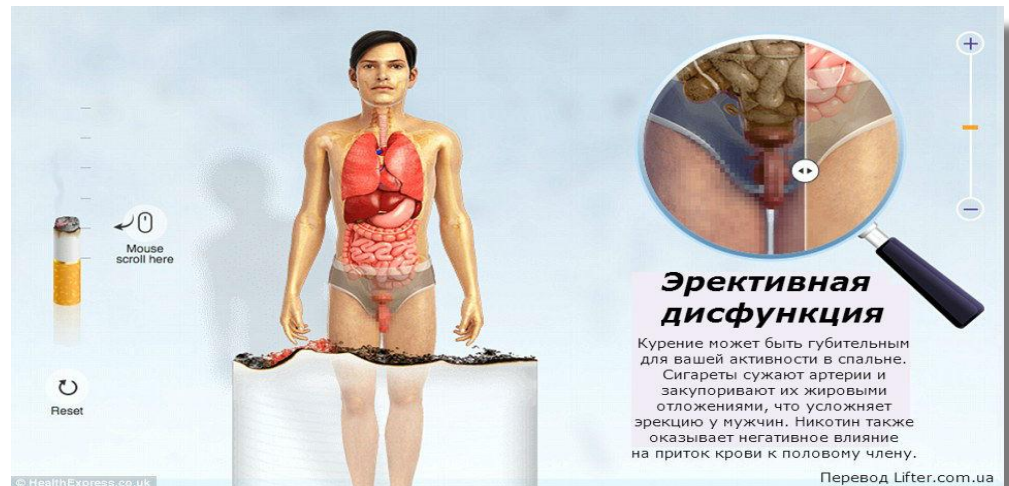




# Влияние курения на половую систему

## У мужчин:

- отрицательно влияет на половую функцию;
- уменьшается активность сперматозоидов, что ведет к **бесплодию**;
- увеличивается количество уродливых, неполноценных сперматозоидов;
- ежегодно от курения уменьшается размер полового члена на 1 мм, а 10 лет курения уже 1 см;
- угнетает центры эрекции (97% из них курильщики), резко **снижает** влечение мужчин;
- лечение импотенции возможно тогда, когда больной бросит курить.

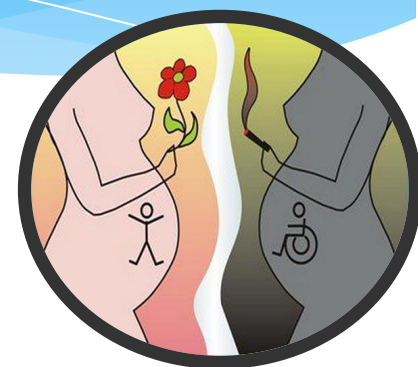




# Влияние курения на половую систему

## У женщин:

- самое частое осложнение - **выкидыши** до 36 недель в 2 раза чаще у курящих женщин, чем у некурящих;
- патологии при **родах**;
- у них частота рождения плода с массой тела менее 2,5кг;
- **мертворождение** в 4 раза чаще, чем у некурящих;
- выкуривающая 10 сигарет в день, риск **бесплодия** у них увеличивается в 2 раза;
- у курильщиц раньше наступает **менопауза**, что свидетельствует о том, что курение отрицательно влияет на функции **яичников**;
- курящая женщина болеет в 3-4 раза чаще, чем некурящие;
- курящая женщина в несколько раз быстрее стареет, чем некурящая;
- у них **рак молочных желез** бывает в 4 -5 раз чаще.



# Влияние курения на развитие плода

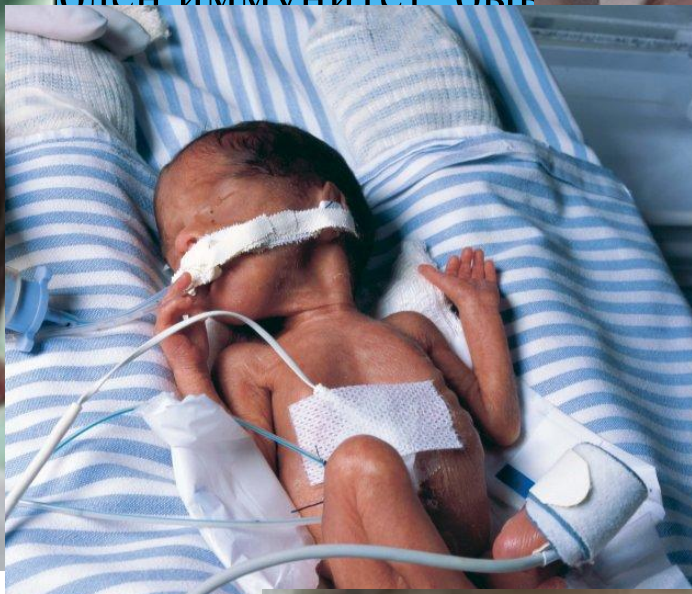


- одна из причин врожденных уродств у детей
- мертворождение ребенка;
- рождение ребенка с несовместимыми для жизни пороками;
- причиняет вред формирующемуся мозгу ребенка.



# Последствия курения матери на ребенке

Психических матерей, -  
блен иммунитет: бы



# **Пассивное курение сокращает жизнь на 5 лет**



# Пассивное курение



АРХАНГЕЛЬСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР  
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

**Ребёнок растёт  
в табачном дыму  
– это страшно!**

**ДОКАЗАНЫ ПОСЛЕДСТВИЯ  
ПАССИВНОГО КУРЕНИЯ  
ДЛЯ ДЕТЕЙ:**

- ✓ **внезапная смерть детей  
в раннем возрасте**
- ✓ **низкий вес при рождении**
- ✓ **распираторные заболевания  
и астма у детей школьного  
возраста**

**МАМА, НЕ КУРИ!**

**НЕ КУРИТЕ**  
в присутствии детей!

# Пассивное курение

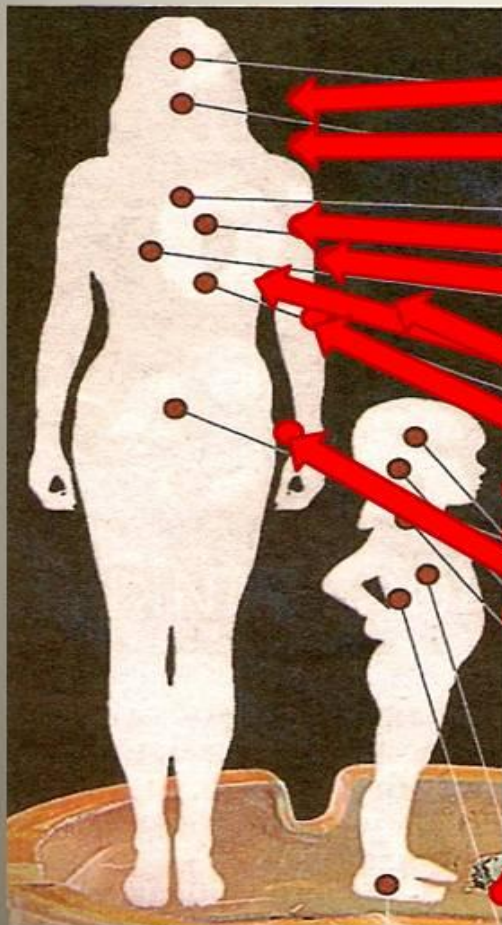
## Болезни пассивного курильщика

### У взрослых

- Инсульт
- Ринит, рак носовых пазух
- Рак легких
- Ишемическая болезнь сердца
- Рак груди
- Атеросклероз сосудов
- Хронический бронхит, бронхиальная астма, повреждения легких
- Выкидыши, преждевременные роды, рождение недоношенных детей

### У детей

- Опухоли мозга
- Болезни среднего уха
- Лимфома
- Заболевания органов дыхания, бронхиальная астма
- Лейкемия
- Синдром внезапной детской смерти (у детей до 1 года)



Кроха – сын пришёл к отцу

И спросила кроха :

« Если я курить начну-

Это очень плохо ?»

Видимо врасплох застал

Сын отца вопросом

Папа быстро с кресла встал,

Бросил папиросу.

И сказал отец тогда,

Глядя сыну в очи:

«Да, сынок, курить табак,

Это плохо очень.»

Сын, услышав сей ответ,

Снова вопрошает:

«Ты ведь куришь много лет

И не умираешь?»

Закурил я с юных лет,

Чтоб казаться взрослым,

Ну, а стал от сигарет

Меньше нормы ростом.

Я уже не побегу

За тобой в припрыжку,

Бегать быстро не могу,

Мучает одышка.

Сердце, лёгкие больны,

В этом нет сомненья.

Я здоровьем заплатил

За своё куренье.

# Что такое хорошо и что такое плохо?



Никотин- опасный яд

Сердце поражает,

А смола от сигарет

В бронхах оседает,

Я бросал курить раз 5

Может быть и боле,

Да беда, курю опять-

Не хватает воли.»

«Ты мой папа , я- твой сын,

Справимся с бедою.

Ты бросал курить один,

А теперь нас двое.

Я и мама не хотим

Мы курить пассивно

К нам ведь тоже никотин

Попадает с дымом.

семейный наш бюджет

Станет побогаче.

Купим мне велосипед,

Чтоб гонял на даче.»

«Ну и кроха! Вот так сын-

Хитрован ужасный.

Все проблемы враз решил,

Ладно. Я согласный.

Но условия скорей

Тоже выдвигаю -

Ты и пробовать не смей.

А я курить бросаю.»





# Статистика



- из каждых **100 человек**, умерших от рака, **90 курили**;
- из каждых **100 человек**, умерших от хронических заболеваний лёгких, **75 курили**;
- из каждых **100 человек**, умерших от ишемической болезни сердца, **25 курили**;
- если человек **начал курить в 15 лет**, продолжительность его жизни **уменьшается более чем на 8 лет**;
- начавшие курить **до 15 лет**, в 5 раз **чаще умирают от рака**, чем те, кто начал курить **после 25 лет**;
- от причин, связанных с употреблением табака, умирает каждый пятый;
- ежегодно мы умирает **500 тысяч человек!** (по данным ВОЗ).

# Выводы



- чем раньше человек начинает курить, тем чаще он обращается в поликлинику;
- курение наносит вред здоровью курильщика и окружающих его людей;
- курение вызывает ряд серьезных и разнообразных заболеваний (тяжелые бронхиты, эмфизема, туберкулез, рак легких, атеросклероз, эндартериит, гипертония, ишемическая болезнь сердца, инфаркт миокарда, рак желудка и другие);
- организм курильщика изнашивается и стареет значительно раньше, чем организм некурящего;
- табачный дым содержит огромное количество вредных веществ.

# Скажем сигарете:





*KUNING WU HE KUNING ZHONG SHAN*