

# ПОСЛЕДСТВИЯ КУРЕНИЯ

*Курение позволяет  
верить, что ты что-  
то делаешь, когда  
ты ничего не  
делаешь.*

**Ралф Эмерсон**



- ◎ **Табакокурение** (или просто курение) — вдыхание дыма) — вдыхание дыма тлеющих высушенных) — вдыхание дыма тлеющих высушенных или обработанных листьев) — вдыхание дыма тлеющих высушенных или обработанных листьев табака) — вдыхание дыма тлеющих высушенных или обработанных листьев табака, наиболее часто в виде курения сигарет) — вдыхание дыма тлеющих высушенных или обработанных листьев табака, наиболее часто в виде курения сигарет) — вдыхание дыма тлеющих высушенных или обработанных листьев табака, наиболее часто в виде курения сигарет)



# Россияне курят...

## Сколько россиян курят

### Мужчины



До  
30 лет



Всего

### Женщины



До  
30 лет



Всего



### Подростки

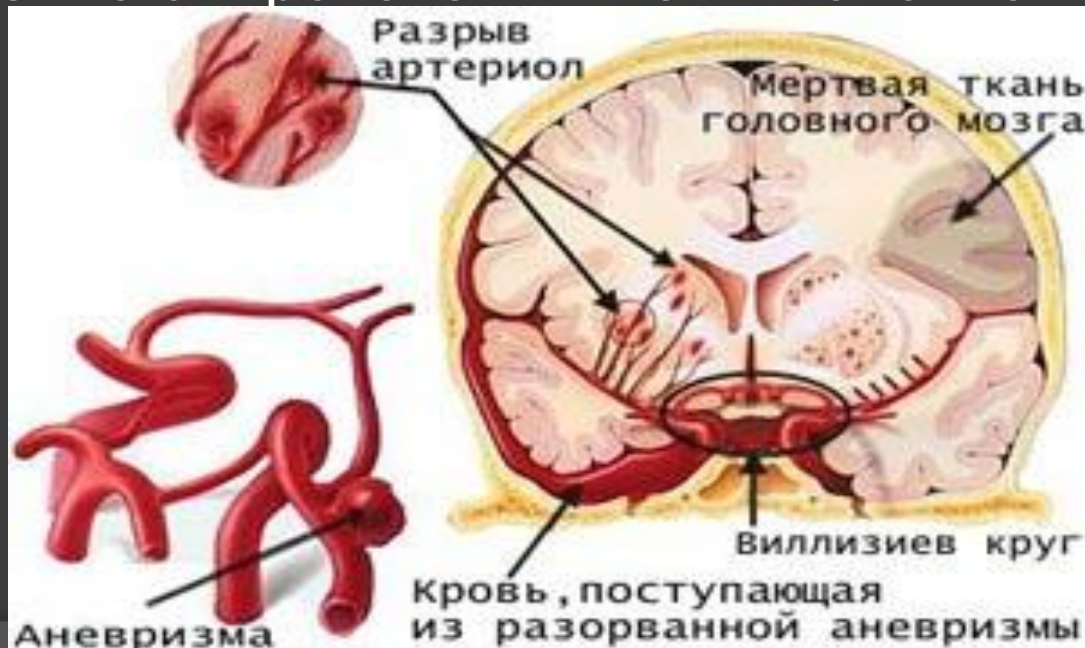
33%

# Состав сигареты



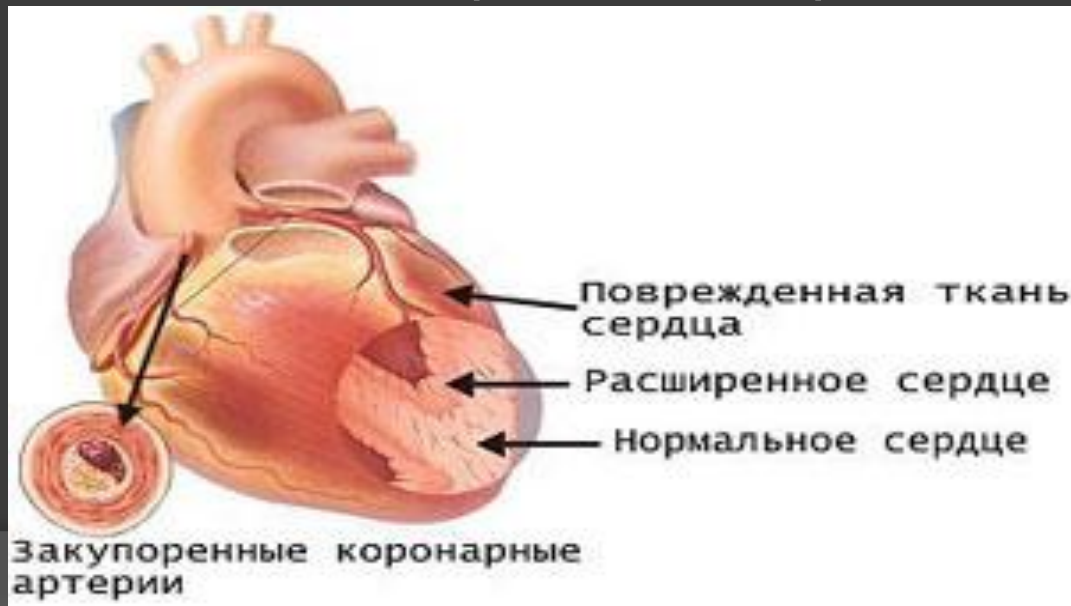
# Мозг (Инсульт)

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 (например, при аневризме) разрывается. Это явление называют кровоизлиянием в головной мозг.



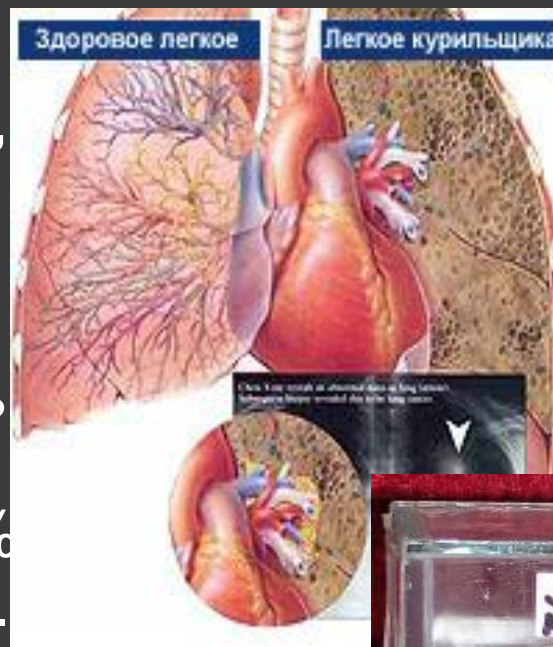
# Сердце (Болезни сердца)

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.



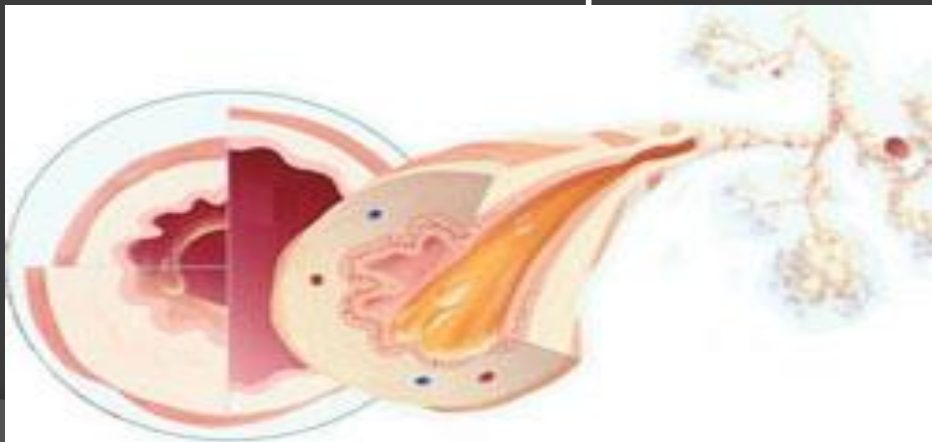
# Легкие (Рак легкого)

Примерно в 85% случаев рака легкого, возникающих за год, можно обнаружить связь с курением. У людей, выкуривающих по две или больше пачек сигарет в день в течение 20 лет риск рака легкого повышен на 60—70% по сравнению с некурящими. Риск рака легкого тем выше, чем больше сигарет выкуривают за день, чем дольше курят, чем больше количество вдыхаемого дыма, а также чем выше содержание смол и никотина в сигаретах.



# ХОЗЛ (Хронический бронхит)

- ХОЗЛ — это хронические заболевания легких, для которых характерно прогрессирующее сужение и деструкция бронхиального дерева и легочных альвеол.
- Хотя основной причиной ХОЗЛ является курение, играют роль и другие факторы — длительное вдыхание дыма, пыли и химических соединений, а также частые инфекции легких в детском возрасте. У некоторых людей риск ХОЗЛ повышен в силу генетических причин. У таких лиц имеется генетический дефект, который называют дефицитом альфа1-антитрипсина. К ХОЗЛ относят два основных заболевания — хронический бронхит и эмфизему.





# Желудок( Рак и язва желудка )

- Эффект длительного курения заключается в стимуляции секреции соляной кислоты в желудке, разъедающей защитный слой в его полости. Ноющая или жгучая боль между грудиной и пупком — самый частый симптом, возникающий после еды и рано утром. Боль может длиться от нескольких минут до нескольких часов; бывает, что боль облегчают еда или антацидные средства. Курение замедляет заживление язв и способствует их повторному возникновению.



# Влияние на ребёнка

В исследованиях доказано, что у женщин, которые во время беременности регулярно выкуривают одну пачку сигарет 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 ребёнку.



UNIPOINT.COM.UA

# Полость рта

- Язык покрывается грязно – серым налётом.
- Зубы желтеют, трескается зубная эмаль, появляется неприятный запах изо рта, тошнота и изжога.
- Установлено, что никотин, действуя через кровь, и попадает в желудок со слюной, вызывает повышение кислотности желудочного сока почти в 2 – 2,5 раза.
- ◆ По данным ВОЗ, среди курящих показатель смертности от рака органов полости рта, и пищевода в 4 раза выше, чем в группе некурящих.



# 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.

Характерные симптомы:

- кровь в моче;
- боль в области таза;
- затрудненное мочеиспускание.



# Гортань (Рак пищевода)

- Курение может вызывать рак пищевода за счет повреждения клеток, расположенных внутри органа. Чем дольше курит человек, тем выше риск.

Характерные симптомы:

- затрудненное глотание;
- боль или дискомфорт в груди;
- похудание.



# Туберкулёз лёгких.



Из 100 случаев этого заболевания –  
95% курильщики.

# Влияние курения на нервную систему человека.

Никотин попадает в мозг через 7 секунд после первой затяжки.

Появляются головные боли, головокружения, ослабляется память. Компоненты табака не расслабляют, а просто «тормозят» центры мозга. Привыкнув к сигарете, человек без неё уже не может расслабиться. Получается замкнутый круг: и возникновение, и прекращение стресса зависят от курения.



# Влияние курения на кожу человека

- Курение вызывает сужение кровеносных сосудов в глубинных слоях кожи, это уменьшает приток крови, истощая содержание в ней кислорода и важных питательных веществ.
- Курение разрушает коллаген и эластичные волокна, которые дают коже упругость и эластичность.
- Вдобавок мимика во время курения как сжимание губ при вдыхании приводит к дополнительным морщинам.





# Подведём итоги...



**Прежде чем закурить –  
подумай, что важнее:  
здоровье или твоя  
глупость...**



# **Спасибо за внимание!**

*Даже самое лёгкое курево  
способно довести лёгкие до  
ТЯЖКИХ ПОСЛЕДСТВИЙ...*

