

КУРЕНИЕ СТОИТ ДОРОЖЕ ,ЧЕМ
ВЫ ДУМАЕТЕ!



Подготовила: студентка 5 группы 4 курса ЛФ
Храповицкая Лада Андреевна

Те, кто курят:

70% умирают от сердечно сосудистых заболеваний;

96% смертей от рака гортани;

90% хронических болезней бронхов и легких;

86% хронических болезней органов пищеварения.

Состав сигарет

Никотин - психоактивный и вызывающий зависимость природный алкалоид.

Формалин - антисептик и фиксатор препаратов из живот ткани.

Свинец - поражает пищеварительный тракт и центральную нервную систему человека.



Ацетон - растворитель и для снятия лака с ногтей.

Мышьяк - сильнодействующий яд, его называют "царь ядов".

Бензапирен - содержит канцерогены, вызывающие раковые опухоли.

Бензол - применяется для производства красок, взрывчатых веществ, пластмасс.





Табак - вторая по значимости причина смертности в мире.

И первая среди предотвратимых причин смертности.


Однако от 3,5 до 5,4 миллионов человек ежегодно умирают в результате проблем со здоровьем, вызванных курением.

Действие на легкие



Проходя через дыхательные пути, табачный дым вызывает воспаление слизистых оболочек зева, носоглотки, трахеи, бронхов, а также легочных альвеол.

Постоянное раздражение слизистой оболочки бронхов приводит к развитию бронхиальной астмы.

A lit cigarette lies horizontally at the bottom of the frame. From its tip, a thick plume of white smoke rises and swirls upwards, forming a detailed, translucent skull shape. The background is solid black, which makes the white smoke stand out sharply. The skull's features, including the eye sockets, nasal cavity, and jawline, are clearly defined by the smoke's density and movement.

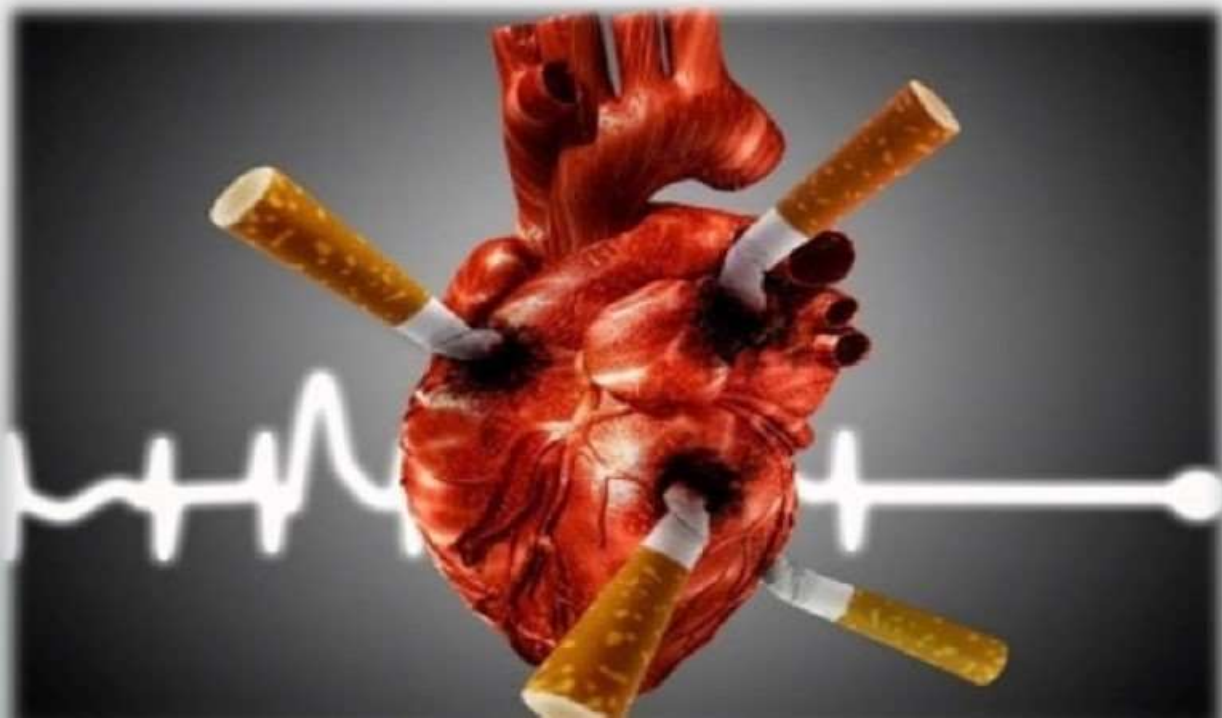
**курение
повышает риск заболе-
вания ХОБЛ, эмфиземы,
рака легких.**

**есть связь между курением и
частотой заболеваний раком
губы, языка, гортани, трахеи.**

Действие на сердечно-сосудистую систему

У курильщиков риск смерти от инфаркта миокарда в 2-4 раза выше, чем у некурящих.

Курение повышает риск смерти от инсульта в 2-4 раза.



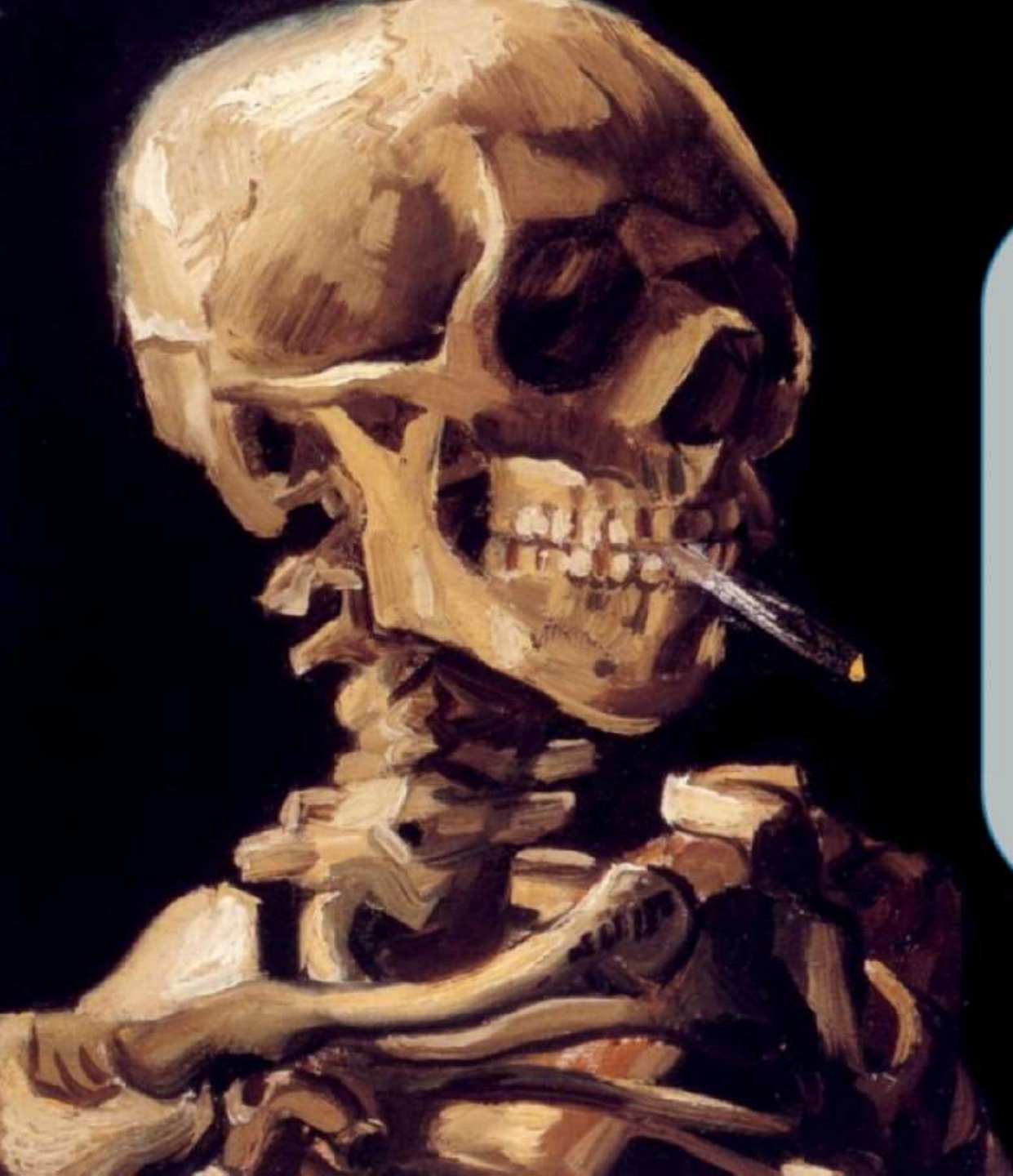
Действие на пищеварительную систему

Многолетнее курение способствует возникновению:
язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной
кишки,
рака пищевода,
рака желудка,
рака поджелудочной железы.

Действие на моче-половую систему



никотин угнетающе действует на центры эрекции и эякуляции в спинном мозгу, следствием чего может стать ослабление эрекции и преждевременное семяизвержение.



У женщин-курильщиц в менопаузе значительно снижается плотность костной ткани и значительно чаще развивается остеопороз по сравнению с некурящими.

Курение и беременность

У женщин, куривших во время беременности, нередки случаи внутриутробной гибели плода. Ранние выкидыши встречаются в 1,7 раза чаще, чем у некурящих.

Курение чревато синдромом внезапной смерти у новорожденного, причем риск гибели ребенка увеличивается в 2,5 раза.

Курение беременной женщины может спровоцировать у нее спонтанный аборт.

Курение во время беременности провоцирует рождение недоношенных детей, детей с физической и интеллектуальной недостаточностью.





Курение во время беременности – сомнительное удовольствие. Оно может стоить жизни будущему ребенку. Возможно, зарождение новой жизни в организме женщины прибавит ей силы воли, чтобы избавиться от пагубной привычки и бросить курить?

Пассивное курение

Состояние, когда некурящие вынуждены дышать табачным дымом от курящих.

Курильщик наносит вред не только своему здоровью, но и здоровью окружающих.



Пассивное курение



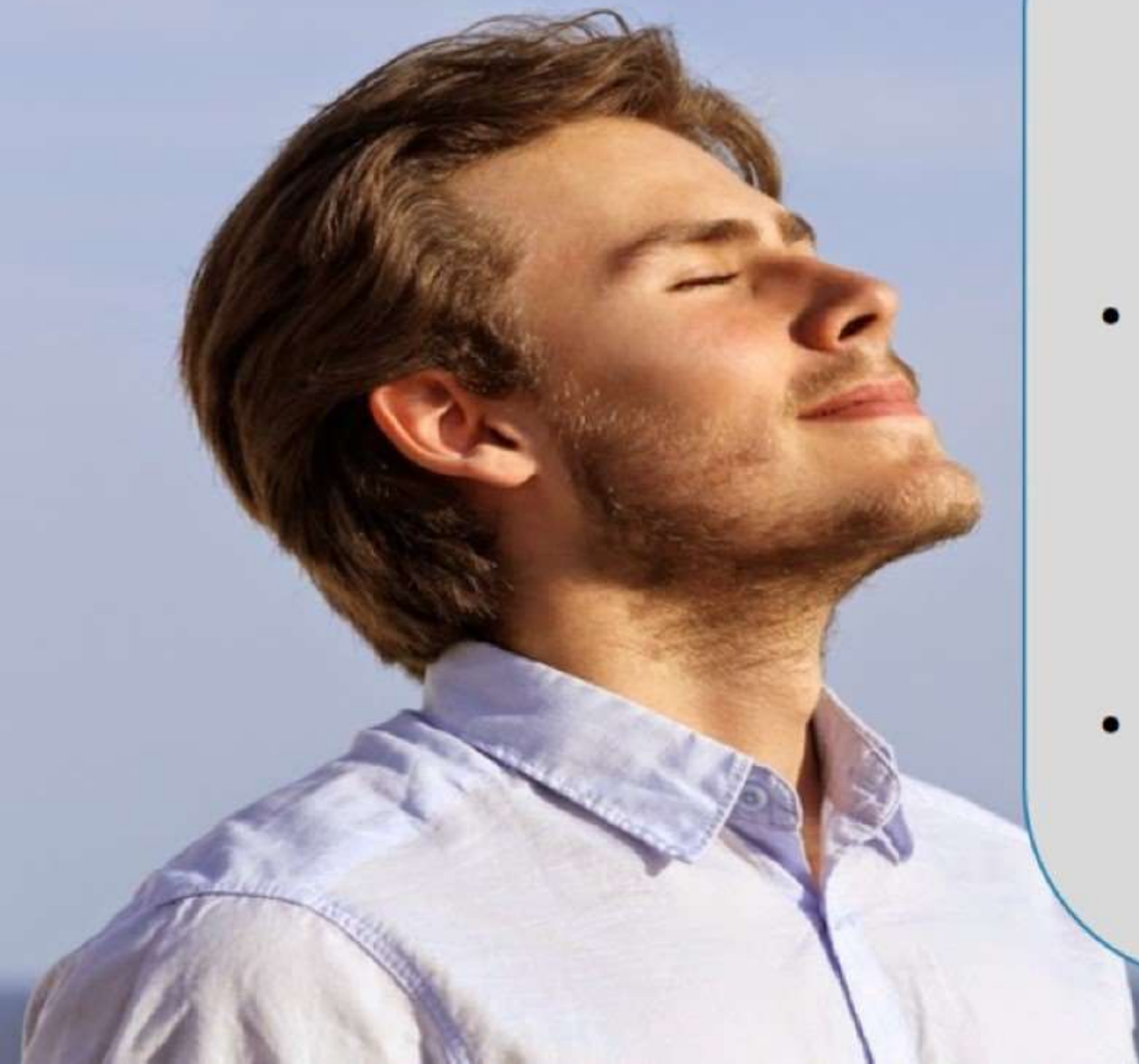
Дети курящих родителей в большей степени подвержены заболеваниям органов дыхания, чем дети некурящих. В частности, у таких детей удваивается частота бронхитов и воспаления легких.

Если вы не закурите сигарету

- через 2 часа никотин начинает удаляться из организма
- через 12 часов окись углерода от курения выйдет из организма полностью, лёгкие начнут функционировать лучше, пройдёт чувство нехватки воздуха

- через 2 дня вкусовая чувствительность и обоняние станут более острыми
- через 7-9 недель тонкие обонятельные каналы окончательно очистятся от смолы и копоти, и острота запахов приобретет неожиданно «яркое звучание»





- через 12 недель (3 месяца) функционирование системы кровообращения улучшается, что позволяет легче ходить и бегать
- через 3-9 месяцев кашель, одышка и проблемы с дыханием становятся значительно менее выраженными, функция лёгких увеличивается на 10 %
- через 5 лет риск инфаркта миокарда станет в 2 раза меньше, чем у курящих.

**Прояви заботу о своем будущем!
Будь свободен от сигарет!**



ЛИТЕРАТУРА

1. <http://aokb28.su/patients/recommend/2016-10-11-07-28-37/2016-10-11-08-11-12>
2. http://gov.cap.ru/home/77/obrazov/hodarygim/htmls/kuren_i.htm
3. <https://works.doklad.ru/view/XCpOhy5snwk.html>