

Последствия курения:



Ни для кого не секрет, насколько опасно курение, однако же, во всем мире ежедневно **выкуривается около 15 миллиардов сигарет**. В нашей стране **курит почти треть всего населения в возрасте от 15 лет и старше**. Курение является социальной проблемой общества, как для его курящей, так и для некурящей части. Для первой - проблемой является **бросить курить**, для второй – избежать влияния курящего общества и не «заразиться» их привычкой, а также – **сохранить свое здоровье от продуктов курения**, поскольку вещества, входящие в выдыхаемый курильщиками дым, ненамного безопаснее того, если бы человек сам курил и принимал в себя никотин.

- Постоянное и длительное курение табака приводит к преждевременному старению. Нарушение питания тканей кислородом, спазм мелких сосудов делают характерной внешность курящего желтоватый оттенок белков глаз и кожи, преждевременное ее увядание.

- При курении появляется заметный запах изо рта, воспаляется горло, краснеют глаза.



- Расстройство нервной системы проявляется понижением трудоспособности, дрожанием рук, ослаблением памяти.

- При курении в кровь поступает большое количество угарного газа, который образует с гемоглобином карбоксигемоглобин – стойкое соединение, которое не участвует в транспорте кислорода, вследствие чего наступает кислородное голодание мозга.

- Очень часто курение ведет к развитию хронического бронхита, сопровождающегося постоянным кашлем. В результате хронического воспаления бронхи расширяются, образуются бронхоэктазы с тяжёлыми последствиями пневмосклерозом, эмфиземой легких, с так называемым легочным сердцем, ведущему к недостаточности кровообращения.

- Часто курящие испытывают боли в сердце. Это связано со спазмом коронарных сосудов, питающих мышцу сердца, с развитием стенокардии. Ухудшается питание сердечной мышцы и, как результат, болезни сердечно-сосудистой системы - гипертония, инфаркты, инсульты.

- Курение может быть и главной причиной стойкого спазма сосудов нижних конечностей, способствующего развитию 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. Среди мужчин, страдающих язвенной болезнью желудка, 96 - 97% курящих.

- Курение является основной причиной возникновения злокачественных новообразований губы, полости рта и глотки, гортани, пищевода, трахеи, бронхов и легких

Курящие подвергают опасности не только себя, но и окружающих людей.

**Большинство людей знают, что табак опасен,
но лишь немногие, осознают, насколько он опасен в реальности!**