

Вред курения



- **Курение – это бич современности, причем эта глобальная проблема значительно «помолодела» за последнее десятилетие. Если раньше с сигаретой можно было увидеть взрослого мужчину, то сегодня каждый третий подросток имеет острую никотиновую зависимость. В равных соотношениях курят парни и девушки, причем не до конца понимают, насколько вредная эта «взрослая» привычка.**
- **В столь юном возрасте курение особенно опасно, поскольку такое увлечение может остаться на всю оставшуюся жизнь и сделать человека зависимым от никотина если не навсегда, то очень надолго.**
- **Кроме того, не совсем правильный образ жизни может привести к обострению**



- **«Все курили, и я попробовал», - это классическое оправдание среднестатистического школьника, которого застукали за курением. С одной стороны можно сказать, что это банальная отговорка, но с другой – в этих словах кроется первая причина, почему подростки начинают курить ещё со школьной скамьи.**
- **Школьник не хочет выделяться и идти вопреки толпе, тем более, если новая компания друзей проявила к нему оживленный интерес. Он уверен, что лучше закурить и завести много новых знакомств, чем стоять в одиночку и быть принципиально некурящим человеком. Да уж, оказывается, что всем известный**



- **Есть и вторая причина курения подростков, которая кроется в чрезмерном любопытстве, свойственном многим подросткам. А почему бы не попробовать, тем более, все взрослые делают это? Одна затяжка, за ней следует другая, и вот уже на исходе первая пачка сигарет. Сначала кажется, что никотиновая зависимость отсутствует, но со временем курильщик приходит к выводу, что без дымящейся сигареты уже не представляет своей жизни. Приходится признавать проблему, вот только решать ее никто не собирается – модно и стильно быть курящим.**
- **Третьей причиной становится неумное желание стать взрослым. Затея хорошая, вот только не все подростки понимают, что курением процесс взросления уж точно не ускоришь. И, тем не менее, подражая взрослым, многие школьники привыкают к никотину и гордо несут это звание – «курящий человек». Позиция в корне ошибочная, и может заметно ухудшить состояние здоровья и в один миг перевернуть все будущее.**



Причины курения

подростков

- Проблема курения среди подростков распространяется со скоростью эпидемии, не встречая преград со стороны государства и общества. Курение, по мнению подростков, это вредная привычка, которая не несет сильной угрозы.
- Подростки находят массу причин, чтобы начать курить:
- Подражание старшим товарищам, своим «авторитетам», родителям;
- Давление со стороны сверстников;
- Чувство новизны, интереса;
- Желание «выделиться» и казаться взрослее;
- Влияние фильмов и рекламы;
- Доступность и относительная дешевизна сигарет.
- Подросткам в силу своей незрелости тяжело оценить, чем опасно курение. Живущие сегодняшним днём, подростки с трудом представляют себе, что в качестве последствий курения через 10-15 лет возникают хронические заболевания и недуги.

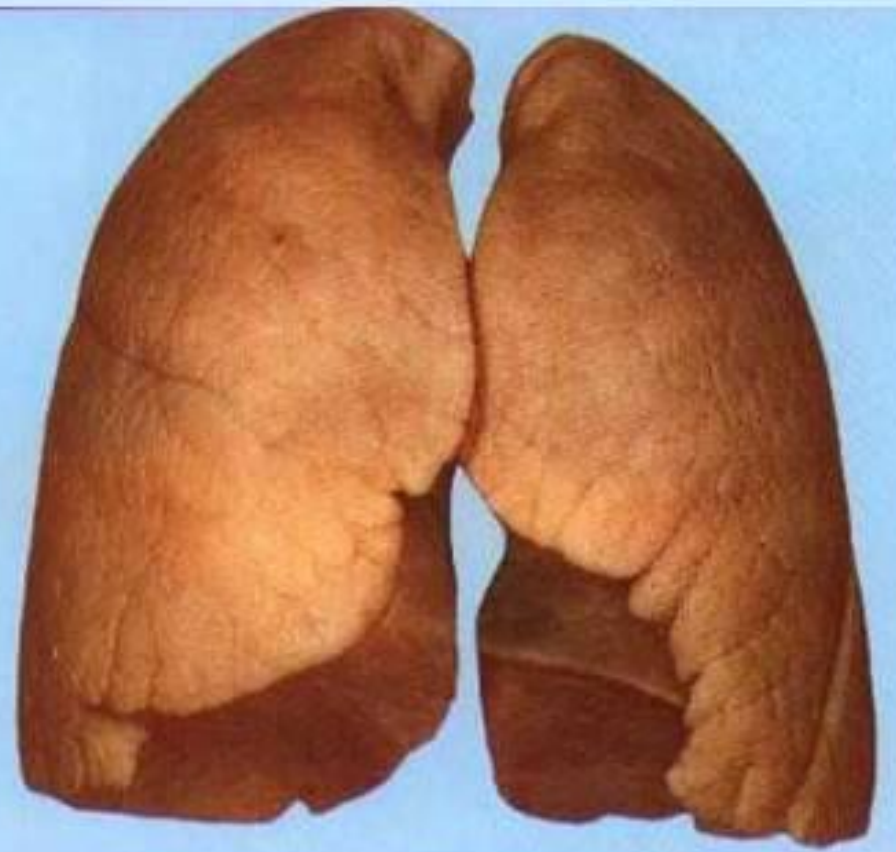


Влияние курения на организм подростка

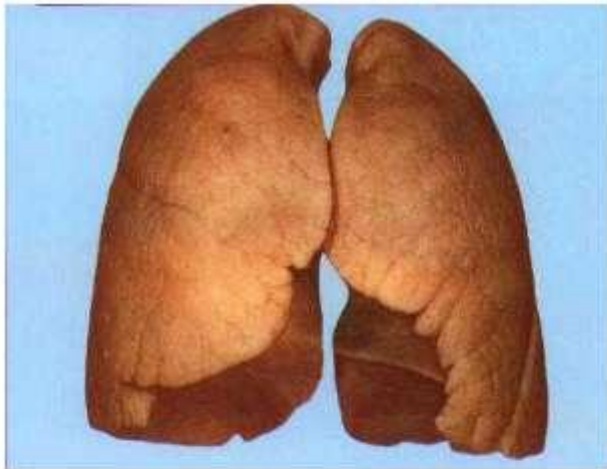
- Курение провоцирует возникновение рака легких и других заболеваний дыхательной системы.
- Курение истощает нервные клетки: подростки становятся рассеянными, невнимательными, медленнее соображают и быстро утомляются.
- Курение вызывает патологию зрительной коры, изменяя цветоощущения и зрительное восприятие в целом, что может негативно повлиять на остроту зрения. Кроме того, в последнее время окулисты ввели новое понятие – табачная амблиопия – которая возникает как следствие интоксикации при курении.
- Курение среди подростков часто неблагоприятно влияет на деятельность щитовидной железы, вызывая нарушения сна, общего состояния здоровья.
- Курение преждевременно изнашивает сердечную мышцу: по данным исследований, риск инсультов значительно увеличивается, если курить человек начал в подростковом возрасте.



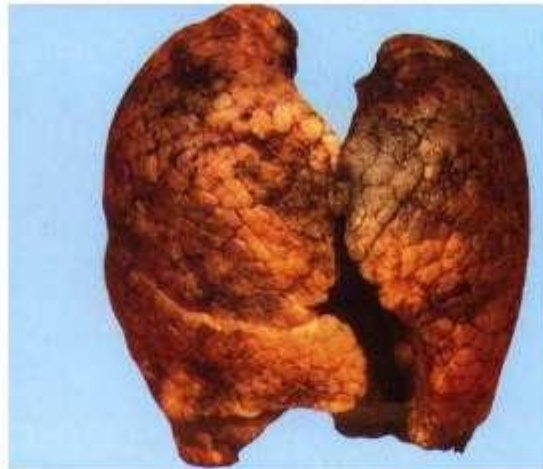
**Лёгкие
курильщика**



**Лёгкие человека
некурящего**



Легкие не курящего человека



Легкие курящего человека



Легкие курильщика, стаж 5 лет



Легкие курильщика, стаж 10 лет



Легкие курильщика, стаж 15 лет



Легкие курильщика, стаж 25 лет



Рак легкого у курящего человека



- **Формирование лёгких у ребенка анатомически завершается только к 12 годам. А физиологически и того позже — к 18, а у некоторых до 21 года. Да и все остальные органы начинают работать во «взрослом» режиме только после достижения человеком совершеннолетия.**
- **При курении в кровь ребёнка поступает большое количество угарного газа, который вступает в контакт с гемоглобином. Основная задача гемоглобина заключается в транспортировке кислорода к клеткам тканей. Угарный газ проще присоединяется к гемоглобину, замещая кислород. При достаточной концентрации способен привести к смерти из-за кислородного голодания организма. Из-за чего у всех органов и тканей наступает «удушье» — недостаток кислорода. На этапе роста организма это становится большой опасностью.**
- **Очень тяжело курение сказывается на сердечно-сосудистой и дыхательной системах подростка. Если ребёнок закурил в младших классах школы, то уже к 12–13 годам у него могут появиться одышка и нарушение сердечного ритма. Даже при стаже курения в полтора года, по наблюдениям учёных, у подростков нарушаются механизмы регуляции дыхания.**
- **Именно у малолетних курильщиков врачи отмечают постоянное ухудшение самочувствия: кашель, одышку, слабость. Не редки среди таких детей частые простуды и ОРЗ, расстройства работы желудочно-кишечного тракта.**
- **Среди курящих часто встречаются подростки с периметрически обструктивным хроническим бронхитом**

Последствия курения



Органы дыхания



Рак полости рта





Рак пищевода

ДЕТИ

ВЗРОСЛЫЕ

Опухоли мозга*

Болезнь среднего уха

Лимфома*

Респираторные симптомы,
нарушение легочной функции

Астма*

Синдром внезапной
детской смерти (SIDS)

Лейкемия*

Заболевания нижних
дыхательных путей

Инсульт*

Раздражение носовой полости
Рак носовой полости*

Рак груди*

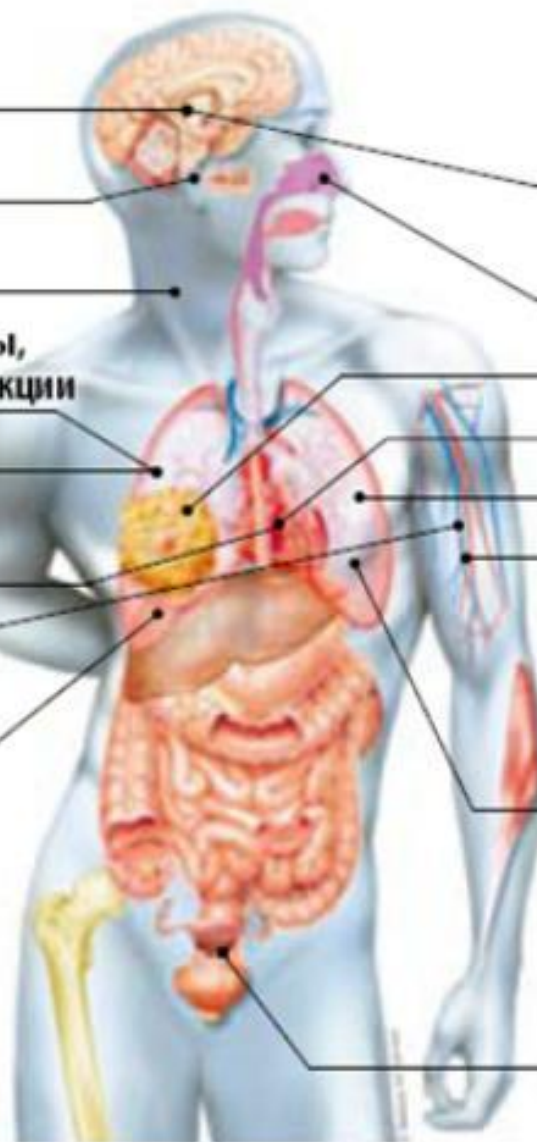
Ишемическая болезнь сердца

Рак легких

Атеросклероз*

Хроническое обструктивное
заболевание легких (ХОЗЛ),
хронические респираторные
симптомы*, астма*, Наруш-
ение легочной функции*

Последствия для
репродуктивной системы
у женщин: низкий
вес новорожденных;
преждевременные роды*



* Данные, предполагающие наличие причинной связи
Данные, доказывающие наличие причинной связи

ВОТ ЧТО ПРЯЧЕТСЯ В СИГАРЕТЕ

Гликол пропилена

Табачная промышленность утверждает, что она добавляет его в табак, чтобы он не высыхал

Бензопирен

Вы найдете его в угольной смоле и в сигаретном дыме. Он является одним из самых сильных химикатов, способствующих развитию рака

Мышьяк

Из-за этого смертельного яда у курильщика горят губы и плохо пахнет изо рта

Ацетон

Один из главных составных в химикате для снятия лака с ногтей

Свинец

Из-за отравления свинцом у курильщика возникает рвота, повреждаются клетки мозга и замедляется рост

Формальдегид

Он развивает рак, повреждает легкие, кожу и пищеварительную систему. Этот химикат применяется в бальзамировании тел умерших

These are some of the harmful chemicals smokers inhale.

Толуол

Толуол сильно токсичен. Он часто применяется в красках с целью уменьшения толщины слоя краски при нанесении на поверхность

Фенол

Химикат, используемый как дезинфицирующее средство наподобие того, что используется при уборке лабораторий

Бутан

Легковоспламеняющееся вещество, главный компонент различных горючих веществ

Кадмий

Повреждает печень, почки и мозг. Он остается в организме курильщика долгие годы

Аммоний

Он помогает усваивать табак, из-за чего курильщики становятся все более пристрастны к нему

Бензин

Его можно залить на любой бензоколонке



КУРИШЬ?!

ТЫ СЛЕДУЮЩИЙ!



- Основными странами производителями сигарет остаются такие как Китай, США, Великобритания. Мировой рынок табака распределён в основном между крупными компаниями производителями:- CNTC (China National Tobacco Corporation, Китай), Philip Morris International, США), BAT (British American Tobacco, США-Великобритания), Imperial Tobacco (Великобритания), Japan Tobacco (Япония). На долю этих компаний приходится примерно 70% мирового табачного рынка. Остальные 30% достаются другим более мелким компаниям.
- В таких странах как Китай, Камбоджа, Йемен, Джибути проживают наиболее табакозависимые потребители, что влияет на объёмы продаж табачных изделий в этих странах. Мировой рынок табачных изделий ежегодно превышает 5 триллионов сигарет. По статистическим данным ВОЗ более миллиарда жителей планеты курят. Это обеспечивает постоянный спрос на табачную продукцию. Основной спрос обеспечивают жители развивающихся стран. В более развитых странах спрос на табачную продукцию снижается, благодаря активной борьбе государств с курением, приносящим огромный вред здоровью населения. Самыми крупными рынками сбыта сигарет являются Китай, США, также Япония, Россия. Общая динамика мирового рынка табачных изделий находится на стабильном уровне.

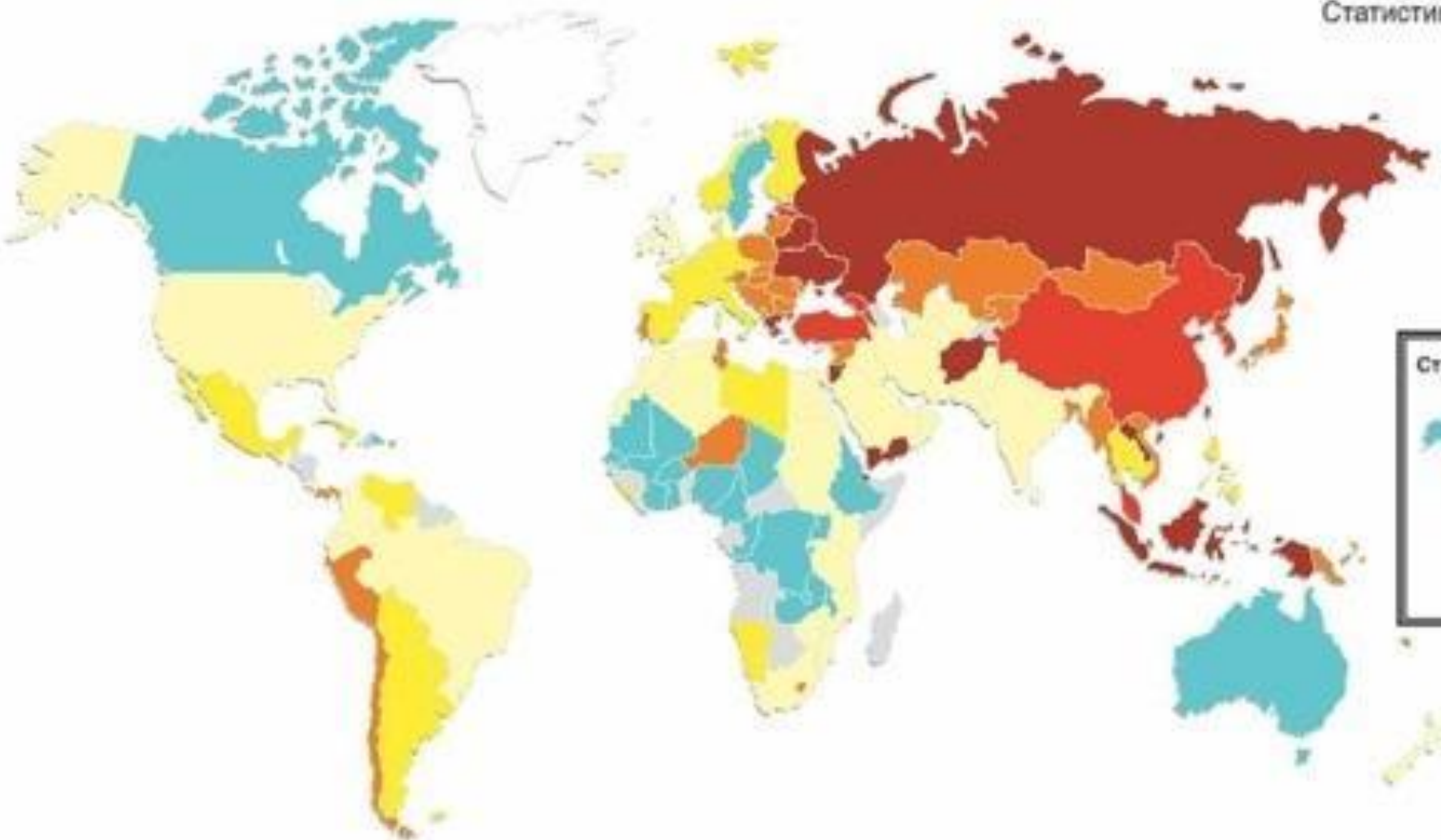
КАРТА ТАБАЧНОЙ ЭПИДЕМИИ

Статистика для мужчин старше 15 лет.

Абсолютные
мировые
чемпионы:

Россия - 70%

Украина - 65%

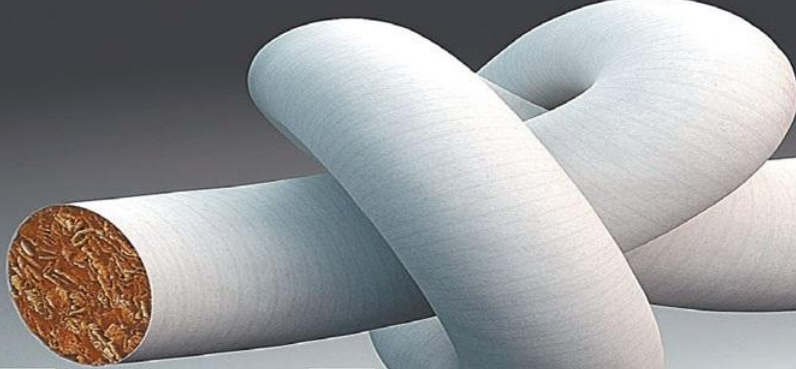


Статистика для женщин старше 15 лет

- 60% и более
- 50-59.9%
- 40-49.9%
- нет информации
- 30-39.9%
- 20-29.9%
- менее 20%

Статистика употребления табака мужчинами старше 15 лет.
(Статистика для женщин - отдельно, для подростков 13-15 лет - отдельно).
В нашей реальности дети начинают курить лет в 8.
А к 15 годам многие курить бросают.
Поэтому статистика, предлагаемая ВОЗ, заведомо занижена!

Запрет курения в мире



Страны с полным запретом курения
Включает все типы мест и учреждений

Страны с запретом курения
Может не иметь строгого действия или касаться отдельных городов, штатов или провинций

Ирландия
Хорватия
Запрет на курение в общественных местах действует с 6 мая



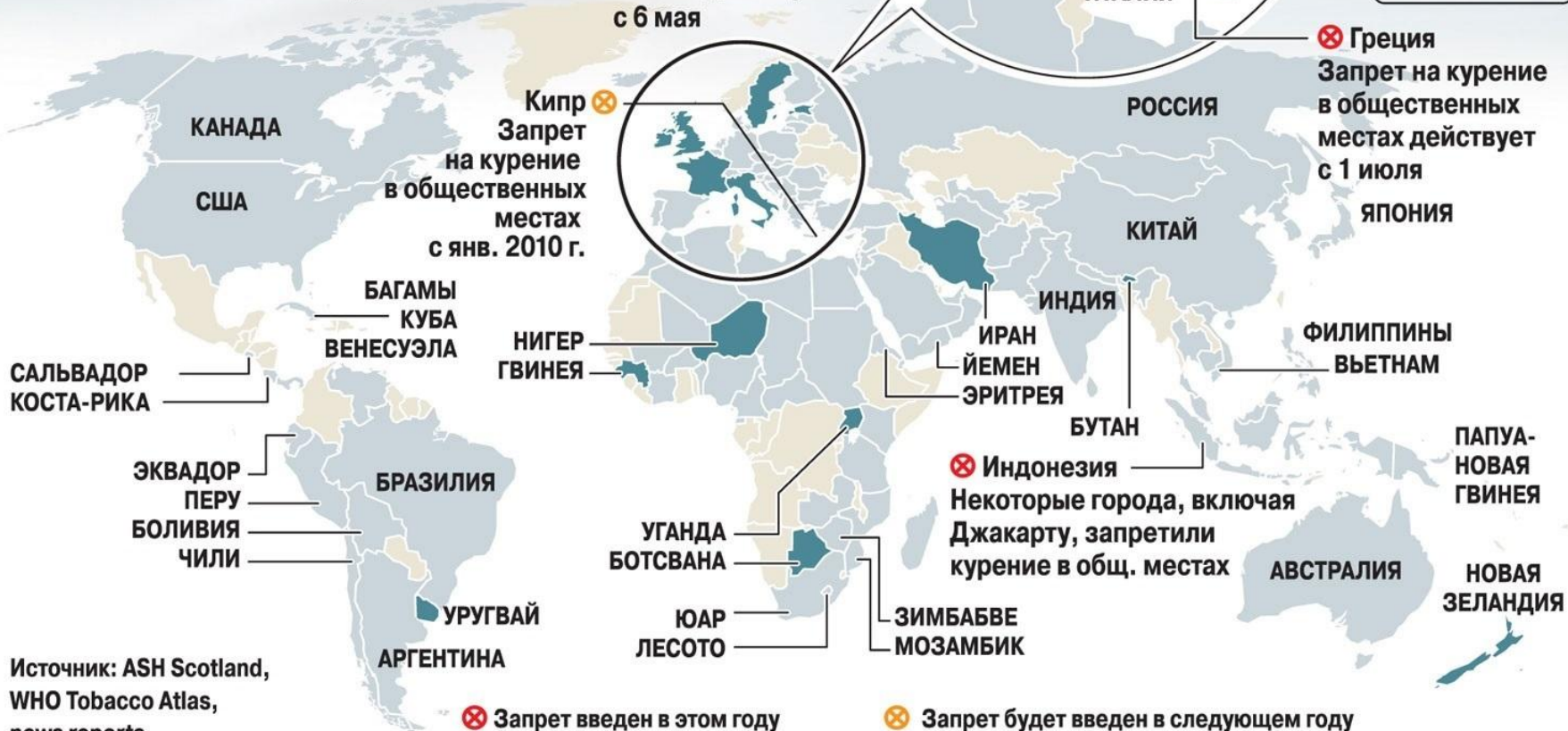
Эстония
Болгария
Запрет на курение в общественных местах с июня 2010 г.

Турция
Запрет распространяется на кафе, рестораны и бары с 19 июля

Греция
Запрет на курение в общественных местах действует с 1 июля



Кипр
Запрет на курение в общественных местах с янв. 2010 г.



Источник: ASH Scotland, WHO Tobacco Atlas, news reports

⊗ Запрет введен в этом году

⊗ Запрет будет введен в следующем году

Место	Страна	Итоговый счет	Годовое потребление алкоголя, литров	Годовое потребление сигарет, штук
1	Чехия	64,5	16,47	2125
2	Словения	58,8	14,94	2369
3	Австралия	55,8	10,21	1034
4	Армения	55,7	13,66	1620
5	Болгария	54,0	11,40	2822
6	Испания	51,4	11,83	1757
7	Босния и Герцоговина	51,2	9,60	2278
8	Россия	49,6	16,23	2786
9	Беларусь	49,4	18,85	2266
10	Греция	49,2	11,01	2795

- **Источник:**
<http://womanadvice.ru/vred-kureniya-dlya-podrostkov#ixzz4HZaZqcdz>
- **Журнал WomanAdvice - советы на все случаи жизни**