

**ТЮТЮНОКУРІННЯ ЯК
ВИД НАРКОТИЧНОЇ
ЗАЛЕЖНОСТІ**



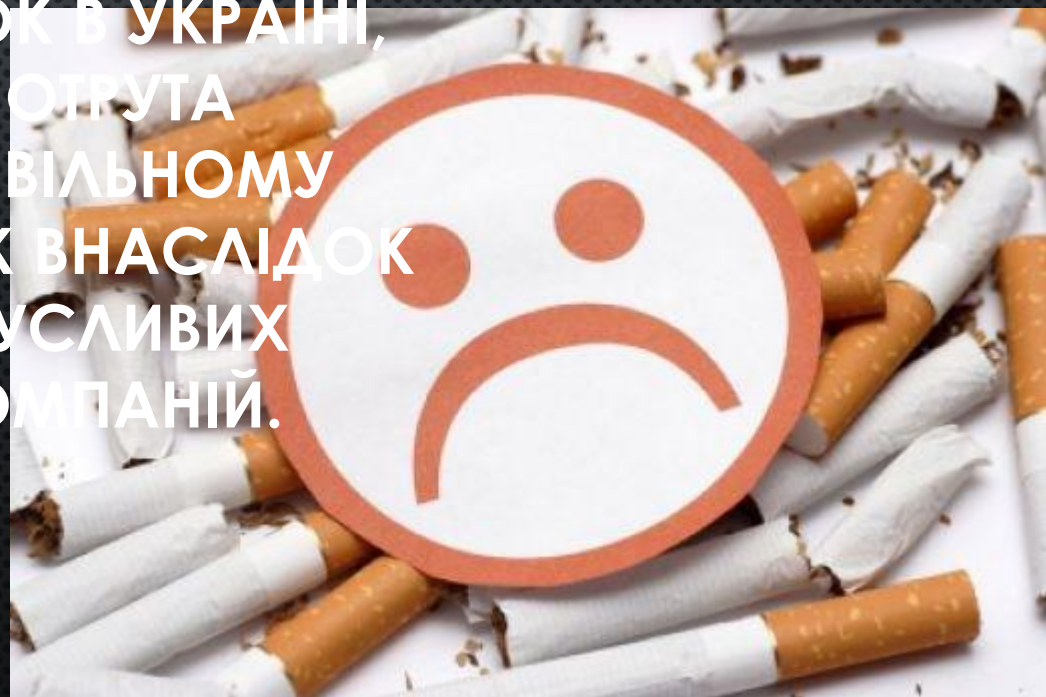
ТЮТЮНОПАЛІННЯ — НАБУТА ШКІДЛИВА ЗВИЧКА ВДИХАННЯ ДИМУ ТЛІЮЧОГО ВИСУШЕНОГО ЛИСТЯ ТЮТЮНУ.



Найважливішим компонентом тютюнового диму є нікотин.
Регулярне вживання нікотину викликає тютюнову залежність



**ПАЛІННЯ ТЮТЮНУ, ЯК І
ЗЛОВЖИВАННЯ АЛКОГОЛЕМ, Є
ОДНІЄЮ ІЗ НАЙПОШИРЕНІШИХ
ШКІДЛИВИХ ЗВИЧОК В УКРАЇНІ,
ОСКІЛЬКИ ЦЯ ОТРУТА
ЗНАХОДИТЬСЯ У ВІЛЬНОМУ
ПРОДАЖІ, А ТАКОЖ ВНАСЛІДОК
ГУЧНИХ І СПОКУСЛИВИХ
РЕКЛАМНИХ КОМПАНІЙ.**

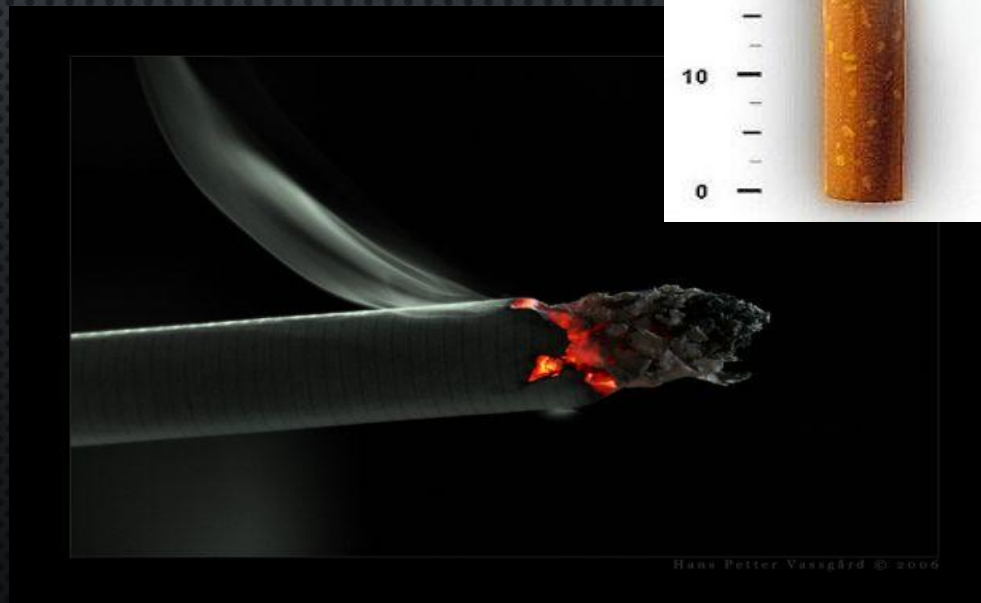


СТАТИСТИКА

- В Україні щоденно курить 45 % дорослих чоловіків і 9 % дорослих жінок; серед молоді курить 45 % юнаків і 35 % дівчат;
- Всього в країні нараховується близько 9 мільйонів активних курців, що складають третину всього працездатного населення країни;
- Україна посідає 17 місце в списку країн-лідерів за кількістю курців;
- Щорічно до числа курців долучаються не менш 100 000 українців;
- Україна займає II місце за кількістю викурених цигарок на одного громадянина
- За офіційною статистикою в Україні щороку від хвороб пов'язаних з курінням помирає 120 тисяч чоловік


ЩО Ж МІСТИТЬ ДИМ ЦИГАРОК?

При курінні відбувається суха дистиляція і неповне згоряння висушених тютюнових листків в незалежності від того, використовуються вони в натуральному вигляді (скручена в трубочку) в сигареті чи в сигареті і в трубці. При повільному згорянні виділяється дим, що є неоднорідною (гетерогенною) сумішшю, що складається в середньому з 60 % різних газів і 40 % мікроскопічних дьогтевих крапель (аерозолі).






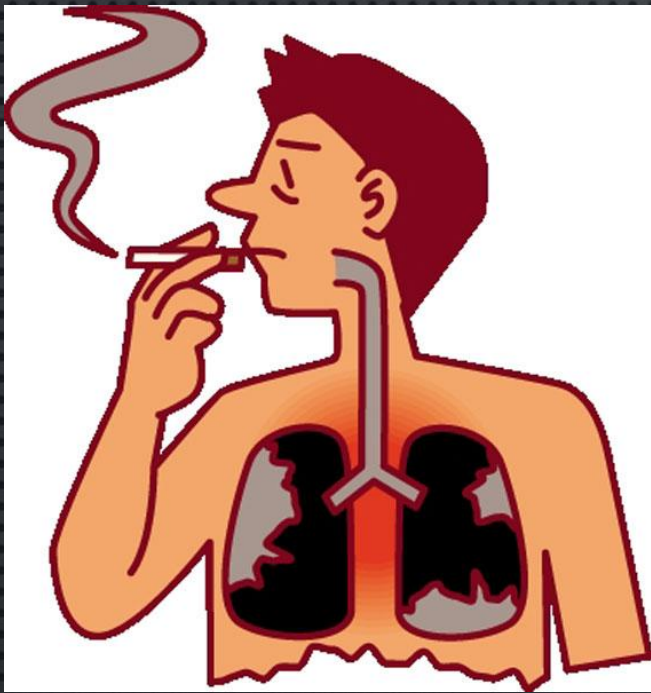
В ГАЗОВІЙ ФРАКЦІЇ ДИМУ МІСТИТЬСЯ, КРІМ АЗОТУ (59 %), КИСНЮ (13,4 %), ЩЕ Й ОКСИД ВУГЛЕЦЮ (IV) (13,6 %), ОКСИД ВУГЛЕЦЮ (II) (4 %), ВОДЯНА ПАРА (1,2 %), ЦІАНІСТИЙ ВОДЕНЬ (0,1 %), ОКСИДИ АЗОТУ, АКРОЛЕЇН ТА ІНШІ РЕЧОВИНИ. АЕРОЗОЛЬНА ФРАКЦІЯ ДИМУ ВКЛЮЧАЄ ВОДУ (1,4 %), ГЛІЦЕРИН ТА СПИРТИ (0,1 %), АЛЬДЕГІДИ І КЕТОНИ (0,1 %), ВУГЛЕВОДНІ (0,1 %), ФЕНОЛИ (0,003 %), НІКОТИН (0,002 %) ТА ІН.



Нікотин є однією з найсильніших із відомих нам отрут, які впливають на нервову систему. При згорянні сигарети він руйнується тільки частково, приблизно на 25 %. Вміст нікотину в диму головного струменю сигарети від 0,4 до 3мг — лише 20 % від загальної кількості нікотину в сигареті. В недопалку залишається біля 5 %, а інші 50 % потрапляють в повітря в приміщенні, де курять.

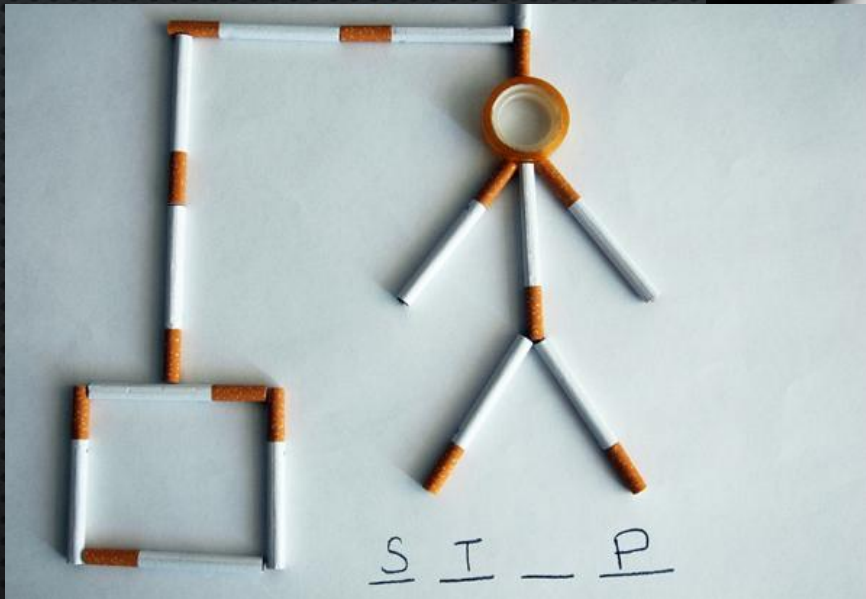


«ПОБІЧНИМ» ЕФЕТОМ ТЮТЮНОПАЛІННЯ Є КАШЕЛЬ. ГОЛОВНОЮ ПРИЧИНОЮ ВИНИКНЕННЯ І РОЗВИТКУ «ТЮТЮНОВОГО» КАШЛЮ СТАЮТЬ КРАПЛІ ДЬОГТЮ, ЩО ОСІЛИ В ЛЕГЕНЯХ. РЕЧОВИНИ, ЩО МІСТЯТЬСЯ В ТЮТЮНОВОМУ ДИМІ ВИКЛИКАЮТЬ ЗАПАЛЕННЯ ЕПІТЕЛІЮ, ЩО ПОКРИВАЮТЬ ДИХАЛЬНІ ШЛЯХИ, ЦЕ ПРИЗВОДИТЬ ДО ПІДВИЩЕНОГО ВИДІЛЕННЯ СЕКРЕЦІЇ ТА СЛИЗУ, ЩО ЗВ'ЯЗАНІЙ З ВИДІЛЕННЯМ МОКРОТИ ПРИ КАШЛІ.



Наслідки куріння пов'язані з арсеналом небезпечних хвороб. Зокрема, ця шкідлива звичка є причиною серцевих приступів, інсультів, хронічних бронхітів, різних видів онкозахворювань, особливо раку легень. Адже 11 з 12 хворих, які померли від раку легень були курцями.

МАСОВЕ РОЗПОВСЮДЖЕННЯ КУРІННЯ Є ОДНІЄЮ З ГОЛОВНИХ ПРИЧИН ШИРОКОГО РОЗПОВСЮДЖЕННЯ СЕРЦЕВО-СУДИННИХ ЗАХВОРЮВАНЬ. ДОВЕДЕНО, ЩО У КУРЦІВ НА ВІДМІНУ ВІД НЕКУРЯЩИХ ЛЮДЕЙ В 2-3 РАЗИ ЧАСТІШЕ РОЗВИВАЄТЬСЯ ІНФАРКТ ТА ПЕРЕДІНФАРКТНИЙ СТАН, СТЕНОКАРДІЯ ТА ІНШІ ЗАХВОРЮВАННЯ СЕРЦЯ. ПРИ ЦЬОМУ СМЕРТНІСТЬ, ВИКЛИКАНА ЦИМИ ЗАХВОРЮВАННЯМИ, В КУРЦІВ НАБАГАТО ВИЩА. ЖИТТЯ КУРЦІВ НА 4,6-8,3 РОКИ МЕНШЕ, НІЖ У НЕКУРЯЩИХ, ПРИ ЧОМУ СКОРОЧЕННЯ ПРОТЯЖНОСТІ ЖИТТЯ ЗАЛЕЖИТЬ ВІД ТОГО, В ЯКОМУ ВІЦІ ЛЮДИНА ПОЧАЛА ПАЛИТИ.



лексей

БІЛЬШЕ 80 % ХВОРИХ, ЩО СТРАЖДАЮТЬ ХРОНІЧНИМ ЗАХВОРЮВАННЯМ ШЛУНКУ ТА ДВАНАДЦЯТИПАЛОЇ КИШКИ, Є КУРЦЯМИ. ЦЕ ЗАХВОРЮВАННЯ НАЙЧАСТІШЕ ЗУСТРІЧАЄТЬСЯ У ЗАПЕКЛИХ КУРЦІВ. ДОВЕДЕНО, ЩО КУРІННЯ НЕГАТИВНО ВПЛИВАЄ І НА ПРОЦЕС ЛІКУВАННЯ ВИРАЗКИ.



Куріння під час вагітності завдає шкоди вашій дитині

YOU ARE NOT THE ONLY ONE SMOKING THIS CIGARETTE

ĒHARA KO KOE ANAKE KEI TE MOMI I TĒNEI HIKARETI

Smoking during pregnancy increases the risk of miscarriage, stillbirth, premature birth and the risk of Sudden Infant Death Syndrome (SIDS)

You CAN quit smoking. Call Quitline 0800 778 778, or talk to a quit smoking provider.



ТЕРМІН «ОБЛИЧЧЯ КУРЦЯ» ВПЕРШЕ З'ЯВЛЯЄТЬСЯ В НАУКОВОМУ ЖУРНАЛІ 1985 РОКУ. СПРАВА В ТОМУ, ЩО У 48 % КУРЦІВ І 8 % ТИХ, ХТО ПАЛИВ В МИНУЛОМУ ШКІРА МАЄ БІДО-СІРИЙ КОЛІР ТА БІЛЬШ ВИРАЖЕНІ ЗМОРШКИ, АЛЕ ТАКИХ ЗМІН НЕ ПОМІЧЕНО У НЕКУРЯЩИХ ЛЮДЕЙ — У КУРЦІВ ЕЛАСТИН (БІЛОК, ЩО ВІДПОВІДАЄ ЗА ЕЛАСТИЧНІСТЬ ТА ВІДНОВЛЕННЯ ТКАНИН) СТАЄ ЩІЛЬНІШИМ ТА ФРАГМЕНТОВАНИМ.

ХОЧА БОРОТЬБА З КУРІННЯМ НА ДЕРЖАВНОМУ РІВНІ У БАГАТЬОХ КРАЇНАХ ПРИЗВЕЛА ДО ЗМЕНШЕННЯ КУРЦІВ, АЛЕ КІЛЬКІСТЬ КУРЦІВ СЕРЕД МОЛОДІ ТА СЕРЕД ЖІНОК ПРОДОВЖУЄ ЗБІЛЬШУВАТИСЬ. РАЗОМ З ЦИМ ПІДВИЩУЄТЬСЯ РИЗИК ВИНИКНЕННЯ ХВОРОБ НЕ ТІЛЬКИ У САМИХ КУРЦІВ, АЛЕ Й В МАЙБУТЬОГО ПОКОЛІННЯ.



КУРІННЯ НАНОСИТЬ ВІСНУ ШКОДУ ОРГАНІЗМІ, АЛЕ ОСОБЛИВО МОЛОДОМУ ПОКОЛІННЮ, ОРГАНІЗМ ЯКИХ ЗНАХОДИТЬСЯ В ПРОЦЕСІ СТАТЕВОГО ДОЗРІВАННЯ, ТОМУ КУРІННЯ МОЖЕ НЕГАТИВНО ВПЛИНУТИ НА ЇХ ПОТОМСТВО. КУРІННЯ Є НЕ ЛИШЕ ОСОБИСТОЮ ПРОБЛЕМОЮ КОЖНОЇ ЛЮДИНИ ОКРЕМО, АЛЕ Й ГОСТРОЮ СОЦІАЛЬНОЮ ПРОБЛЕМОЮ З ЯКОЮ ПОВ'ЯЗАНЕ МАЙБУТНЄ ВСЬОГО ЛЮДСТВА.