

ТАБАКОКУРЕНИЕ
Е.
ОСНОВНЫЕ
МИШЕНИ
ТАБАКА

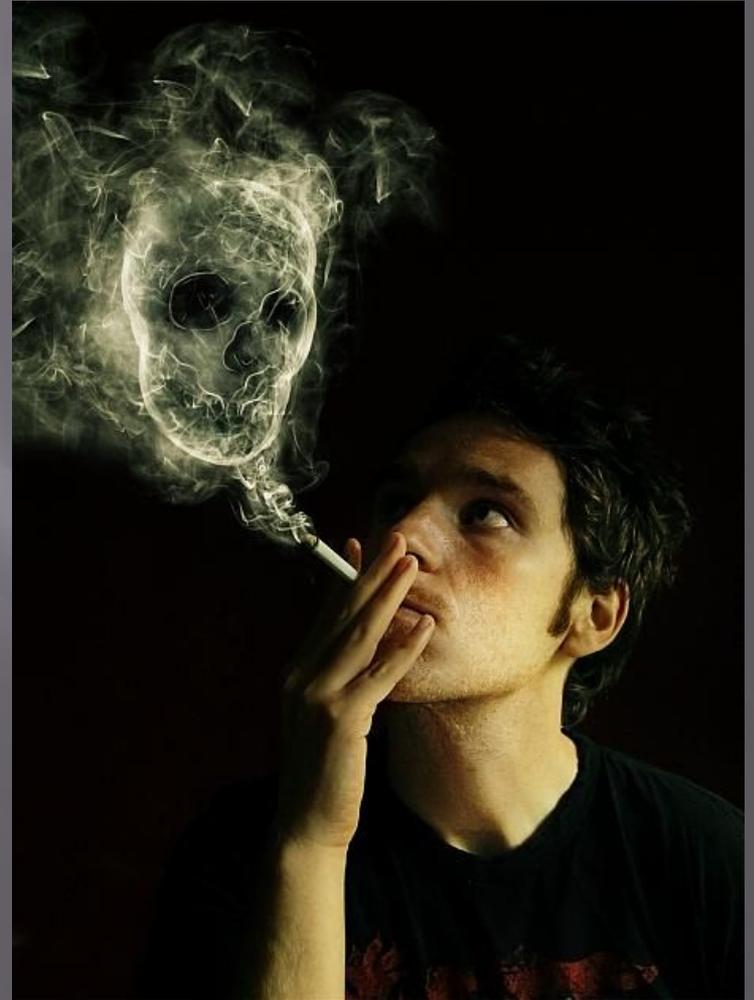


Употребление табака

Согласно многочисленным данным, [горящая сигарета](#) содержит в своем дыме более 4 тысячи различных химических соединений, в том числе более 40 канцерогенных веществ и по меньшей мере 12 веществ, способствующих развитию рака (коканцерогенов).

Сигаретный дым состоит из газообразных составляющих и твердых частиц.

К газообразным компонентам табачного дыма относятся оксид и диоксид углерода, цианистый водород, аммоний, изопрен, ацетальдегид, акролеин, нитробензол, ацетон, сероводород, синильная кислота и другие вещества.



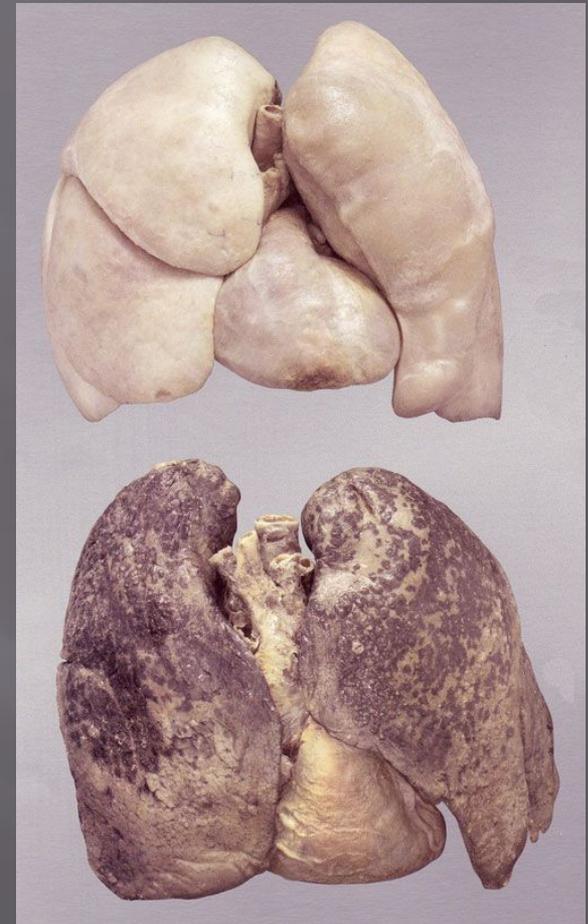
Основные мишени табака

- 1) Легкие
- 2) Сердечно-сосудистая система
- 3) Мозг и нервная система
- 4) Пищеварительная система
- 5) Костная система



Легкие

- ▣ Те, кто много курит, заболевают раком лёгкого в двадцать раз чаще, чем некурящие. Рак лёгкого в основном развивается на почве курения. Рак лёгкого нередко оказывается настолько запущенным, что невозможно спасти больного даже ценой удаления всего лёгкого.
- ▣ Также доказано, что табачный деготь, введённый экспериментальным путём животным в лёгкие или на кожу, вызывает рак **во всех случаях**.
- ▣ Курильщики также чаще страдают туберкулёзом.



Сердечно-сосудистая система

- Курение вызывает преждевременный износ сердца, сосудов, также как и других жизненно важных органов.
- Одна выкуренная сигарета увеличивает пульс на двадцать ударов в минуту, поднимает давление на несколько десятков миллиметров, понижает кожную температуру. Эти изменения держатся около тридцати минут.
- Таким образом, в течение дня сердце постоянно получает дополнительную нагрузку, которая со временем приводит к заболеванию.
- При вдыхании табачного дыма сосуды сужаются, и ток крови по ним замедляется, а в некоторых случаях даже на какой-то момент приостанавливается. Замедление тока крови в сосудах сердца проявляется коронарной недостаточностью, то есть приступом боли в области сердца. Поэтому курение, как правило, усиливает или вызывает приступы коронарной недостаточности. У многих больных эти приступы сразу исчезают, как только они прекращают курить.
- Всемирная организация здравоохранения, изучая вопрос о роли табака, обнаружила, что курящие умирают от коронарного тромбоза на четыре года раньше, чем некурящие.



У людей с болезнью сосудов курение вызывает их резкий спазм, в результате чего любое лечение будет бесполезным, если больной продолжает курить.

Для таких больных даже пребывание в атмосфере табачного дыма может оказаться губительным. Опыты с такими больными показали, что затягивание даже незажженной сигаретой приводило к заметному уменьшению тока крови в пальце.

Иногда у этих больных во всё время курения наблюдалось полное прекращение тока крови в подногтевом ложе. Температура пальцев рук и ног снижалась до шести градусов.

Интересно отметить, что употребление любого фильтра в сигарете не предупреждало уменьшения тока крови и снижения температуры тела.

Резкое влияние табака на сердце человека в какой-то мере смягчается компенсаторными механизмами, которые мобилируются организмом для борьбы с вредным реагентом. Тем не менее его влияние остаётся и постепенно приводит к преждевременной дряхлости, инвалидности и приближению ранней старости.

Мозг и нервная система

- Попадая в легкие, никотин через кровь попадает в головной мозг в течение 8 секунд. Никотин действует на все отделы нервной системы, в том числе на центр удовольствия в головном мозге. Понятно, что именно нервная система [привыкает к никотину](#).
- Компоненты табачного дыма, в частности [НИКОТИН](#) активно влияют на все нервные функции, но особенно чувствительна к нему центральная нервная система и прежде всего клетки головного мозга. Тем, кто курит, следует помнить, что под воздействием никотина происходит сужение [МОЗГОВЫХ СОСУДОВ](#), а, следовательно, уменьшается приток крови к нервной ткани. В связи с этим появляются частые головные боли, происходит ослабление памяти.
- Учеными обнаружено крайне негативное действие никотина на [синаптическую передачу](#) (передача нервного импульса), особенно у злостных курильщиков.
- Под влиянием курения могут произойти нарушения как центральной, так и периферической нервной системы. У курильщиков часто возникают воспаления нервных стволов — невриты, полиневриты, радикулиты и т.д. Особенно вредно курение людям, страдающим какими-либо нервными заболеваниями или перенесшим травму нервной системы, например контузию, сотрясение мозга.



Пищеварительная система

- Никотин откладывается и вызывает локальные раздражения нервных окончаний. Это характерно при хроническом отравлении никотином. Вследствие этого возникают болезненные ощущения различных участков желудочно-кишечного тракта.
- Курильщики испытывают обильное слюноотделение, причиной которого является раздражение никотином нервных окончаний слюнных желез. Поэтому все курильщики постоянно отхаркиваются и сплёвывают грязно-жёлтую мокроту.
- Также никотин раздражает слизистую оболочку рта, откладывается на слизистой оболочке дёсен и [зубах](#), раздражая нервные окончания. Из-за этого дёсны становятся рыхлыми, [кровоточат](#), а [зубы желтеют](#), повреждается зубная эмаль. У абсолютного большинства курильщиков присутствует [кариес](#) разной степени.
- Курение отрицательно влияет на возникновение аппетита.
- Курение вызывает изменения работы желудочной секреции и повышает уровень кислотности желудочного сока. Это приводит к воспалению слизистой оболочки желудка (гастрит).
- Также у курильщиков часты и другие заболевания желудочно-кишечного тракта. В частности, курящие люди во много раз чаще подвергаются развитию хронического гепатита (воспаление печени).

Курение увеличивает риск возникновения жёлчных камней, которые формируются, когда жидкость в желчном пузыре сгущается и твердеет. Курение также повреждает печень.

Язва желудка

Язва желудка - это повреждение желудка или двенадцатиперстной кишки, которая является началом тонкой кишки.

Болезнь печени

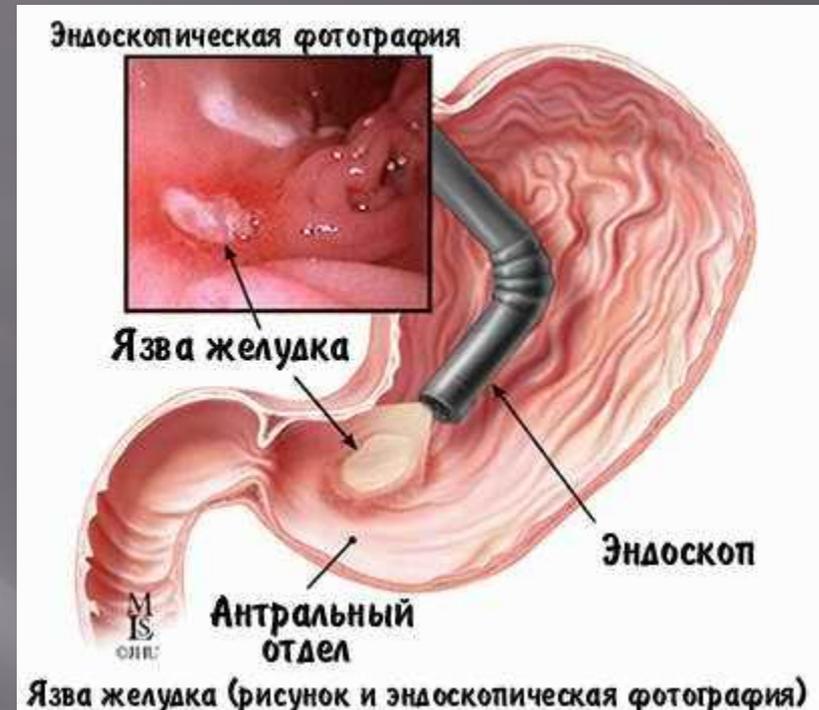
Печень - важный орган, который имеет много задач. Печень ответственна за переработку лекарств, алкоголя и других токсинов, а также за удаление их из организма.

Болезнь Крона

Болезни Крона вызывает сильное вздутие кишечника. Болезнь Крона, которая причиняет боль и вызывает диарею, чаще всего затрагивает тонкую кишку, но также может случиться где-нибудь в пищеварительном тракте.

Жёлчные камни

Некоторые исследования показывают, что курение может увеличить риск развивающихся жёлчных камней и что этот риск обычно выше у женщин.



Костная система

- что курение способствует развитию остеопороза – болезни потери в костях костной массы, из-за чего кости становятся менее плотными и более хрупкими.
- курение затрудняет доставку полезных минеральных веществ к костям и позвоночнику, из-за чего кости также становятся более уязвимыми к внешним механическим воздействиям или болевым ощущениям.
- Кроме того, повышается риск перелома у курящих подростков.
- Курение также ухудшает состояние позвоночника.
- курение может стать причиной возникновения ревматоидного артрита, то есть воспалительного заболевания суставов, который в отличие от ревматизма чаще поражает мелкие суставы.

