



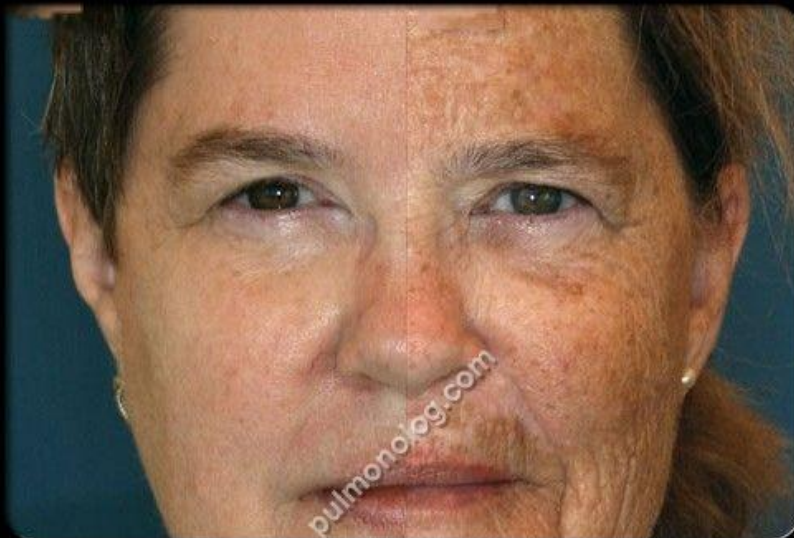
# ВРЕДНО ЛИ КУРЕНИЕ И ЧЕГО СТОИТ БОЯТЬСЯ?

Биологический факультет МГУ



# ЛИЦО КУРИЛЬЩИКА

- Термин «лицо курильщика» впервые появляется в научном журнале в 1985 году. Дело в том, что у 48 % курящих и 8 % куривших в прошлом кожа имеет бледно-серый цвет и более выраженные морщины, но таких изменений не замечено у некурящих людей — у курильщиков эластин (белок, отвечающий за эластичность и восстановление тканей) становится более плотным и фрагментированным.
- Кроме того, у курящих такое осложнение при подтяжке, как отслоение кожи, встречается в 4 раза чаще, чем у некурящих, а риск отторжения кожи после пластических операций — в 12,5 раз чаще.



# ЭСТЕТИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА

- не приятный запах изо рта, желтые зубы, отбеливание действует помадой лишь подчер-зубов и десен.
- Неприятный запах волос. Волосы очень быстро и эффективно впитывают запах никотина, и между курильщиком и не курящим человеком возникает стена.
- Снижется обоняние, изменяется вкусовые ощущения.
- Каждое утро преследуется сухим кашлем, который не проходит до полного отказа от сигарет.
- резкое снижение иммунитета и выносливости. Любая инфекция гораздо проще и легче усвоится в организме.



# МЕДИЦИНСКИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ

- От 3,5 до 5,4 миллионов человек ежегодно умирают в результате проблем со здоровьем, вызванных курением;
- Продолжительность жизни курильщиков в среднем на 13 лет меньше, по сравнению с некурящими;
- В 90 % случаев смерть от рака лёгких у мужчин и 80 % у женщин вызваны курением, так как в именно в табачном дыме содержатся смолы, способствующие перерождению нормальных клеток в раковые.
- Смолы не только подавляют противоопухолевый иммунитет, но и содержит вещества, которые способны напрямую повреждать ДНК клеток

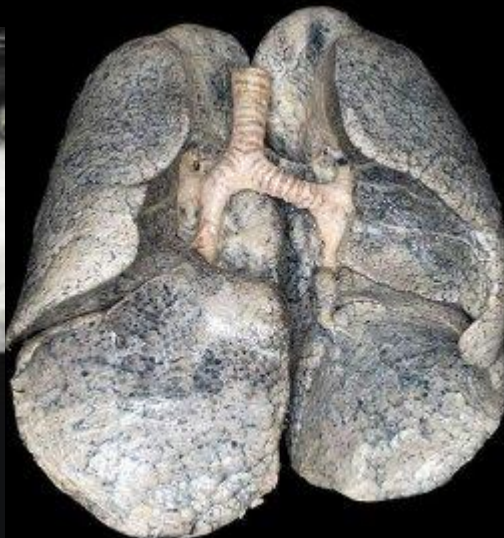


# РАК ЛЁГКИХ



# ПОВРЕЖДЕНИЕ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ

- Табачный дым повреждает дыхательный эпителий, обуславливая утренний кашель курильщика, бронхиты и рак легких.
- Скапливается мокрота;
- Постоянная горечь во рту, сухая слюна, навязчивое желание сплюнуть.
- Хроническая одышка;
- Жжение в дыхательных путях и легких при беге.
- Разрушенный эпителий и лопнувшие воздушные пузырьки легких.



# РАК

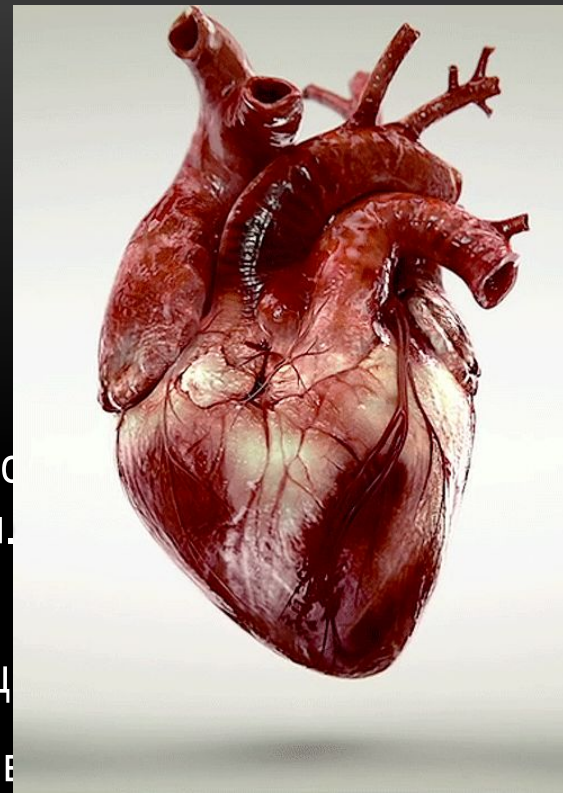
# ГОРТАНИ





# БОЛЕЗНИ СЕРДЦА

- Курение — один из ведущих факторов риска развития сердечно-сосудистых заболеваний.
- 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.
- Поскольку курение вызывает сужение артерий, у курильщиков повышается риск развития заболеваний сосудов кожи и конечностей, размягчение и закупорка артерий рук и ног, что приводит не редко к гангрене.



# КУРЕНИЕ

- Разрушает клетки, выделяющие необходимую жидкость в дыхательные пути.
- Без нее высыхает эпителий и трескаются микропузырьки в легких (альвеолы);
- Без жидкости не работает иммунитет
- Приходит сухой кашель и жжение
- Слюна меняет свои свойства и ее приходится сплевывать
- Зубы меняют свой цвет
- Сердце замедляет свой ход и не может проталкивать кровь по сосудам
- Мозг не получает кислорода и меняет режим работы на более щадящий
- Появляются навязчивые идеи

# ВРЕД ПАССИВНОГО КУРЕНИЯ

- По некоторым оценкам, курение увеличивает вероятность рака лёгких и молочной железы у окружающих, также повышая для них риск возникновения астмы, сердечных заболеваний, выкидышей (у беременных), СВДС и других проблем со здоровьем у детей и взрослых.
- В исследовании, проведенном в 2005 году, утверждается, что во Франции от пассивного курения преждевременно умирает порядка 3000 человек в год



# СТАТИСТИКА ПРИВЫКАНИЯ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ

# СТАТИСТИКА ПРИВЫКАНИЯ ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ



# КУЛЬТУРА КУРИЛЬЩИКА

# ЭЛЕКТРОННЫЙ СИГАРЕТЫ И КАЛЪЯН



# ССЫЛКИ

- <http://protivkureniya.ru/>