

# О вреде курения



Курение – это привычка, противная зрению, невыносимая для обоняния, вредная для мозга, опасная для легких



# ДЕЛО ТАБАК



Время...

О курении известно из китайских письменных источников, об этом упоминается и в трудах Геродота. В привычном для современников виде табак появился в Европе в XV веке. Участники экспедиции Христофора Колумба познакомились с широко распространенным среди индейцев Нового Света обычаем — курением деревянных трубок (тобако) и свернутых листьев растения (сигаро)



**Табак использовался в ритуальных целях (известная всему миру трубка мира), а также для удаления гнуса из помещений и шатров. Итак, благодаря экспедиции Колумба, в Испании и Португалии уже к концу XV века появились плантации табака. И к концу XVIII века это растение достигает всех концов Мира.**

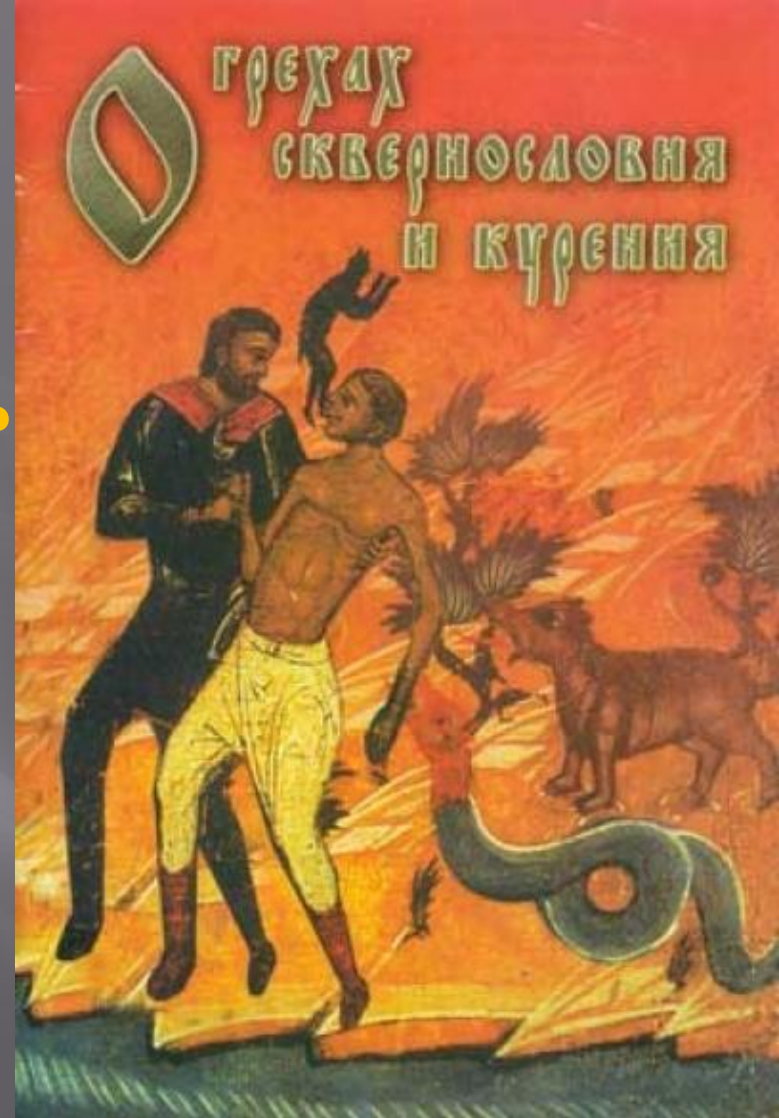
Впоследствии,  
основной алколоид,  
выделенный из  
листьев табака, был  
назван никотином.

В 1680 г. король  
Франции Людовик XIII  
издал указ, по  
которому торговля  
табаком разрешалась  
только аптекарям



Однако церковь  
отнеслась к курению  
табака отрицательно, так  
как смрад, плевки, кашель  
и чихание курильщиков  
мешало исправлению  
службы и оскверняло  
святые места.

И во многих странах  
именно духовенство  
явилось инициатором  
запретов курения,  
нюхания и жевания табака.



Известны следующие факты.

Так в Турции в 1680 г. султан Мурад IV издал закон о смертной казни за курение.

В Персии вырывали ноздри.

В Англии XVIII века курильщиков водили по улицам с петлей на шее, а наиболее злостных обезглавливали и с трубкой во рту выставляли для устрашения.

Папа Урбан VII отлучал курящих католиков от церкви.

А в 1692 г. в Сантьяго пять монахов были замурованы в стену — за курение.

В России Алексей Романов с 1649 г. издал закон о запрете курения, которое наказывалось палочными ударами, отрезанием носа и ушей (чтобы не пухли)

Столь жестокие меры может и были целесообразны, но не давали ожидаемого результата, так как попробовавшие табак становились его рабами. Ни один из государей не стал расправляться со своим народом, и курение стало обыденным делом. Примером этому может служить Венгрия, где в 1693 г. в г. Эстергон курильщиков обложили налогом в пользу тушения пожаров



**А в России  
уже в 1697 году Петр I,  
пристрастившись к  
курению в  
Голландии, указы  
отца отменил и ввел  
высокую пошлину в  
пользу государства  
на торговлю табаком.  
Курение быстро  
распространилось и в  
России.**



Итак, с начала XV и до XVII века табак распространился по всей Европе, России и Азии всего за 200 лет. Курение сделало наносимый табаком вред незаметным. Это привело к тому, что медицина обратила внимание на последствия курения только к началу 20 века.





**Первые серьезные исследования и работы появились в Англии и США, практически одновременно, в 1950 г.**

**Далее события развивались стремительно.**

**Первой страной, запретившей рекламу табака в 1962 году стала Италия,**

**за ней в 1964 г. - США, в 1967 г. - Англия.**

**В 1970 г. в СССР вышел запрет на курение в поездах.**

В 1976 и в 1977 годах на XXXI и XXXII сессиях ВОЗ были приняты рекомендации странам-участницам усилить санитарное просвещение о вреде табака.

А в этом же, 1976 году, в СССР вышел Указ по министерству здравоохранения о запрете курения врачей при исполнении своих служебных обязанностей. И все! К 1990 году табачная промышленность Союза перестала справляться и начало 90-х годов стало эпохой экспансии западных табачных компаний на рынок России. Это произошло на фоне снижения потребления табака в США, где оздоровление нации стало важнее доходов табачного лобби и не способствовало дальнейшему росту производства табака (

# Табак — что нам в нем

Трудно найти вещество столь популярное в мире.

Это не еда, не питье, не одежда, это — табак. В целом им пользуется от 40 до 80% всех мужчин в возрасте от 7 до 80 лет и чуть меньше женщин.

Что же это такое?



**Табак—листья растения содержащие клетчатку, углеводы, алкалоиды, эфирные масла и прочие химические элементы**





В табачном дыме содержится более 4000 химических соединений, а также несколько сотен ядов: никотин, бензапирен, цианид, мышьяк, формальдегид, углекислый газ, окись углерода, синильная кислота... Никотин по своей ядовитости равен синильной кислоте.



## Вред курения

Пачка сигарет в день – это около 500 рентген  
облучения за год!

Температура тлеющей сигареты 700-900 градусов!



**ТВЕРДЫЕ ЧАСТИЦЫ** табачного дыма — это мельчайшие кусочки золы или пепла, которые обладают свойством разбухать во влажной среде, вред которых особенно ощутим для альвеол легких, попадая на которые частицы разбухают, перекрывают капилляры, нарушая таким образом основную функцию легких — газообмен.



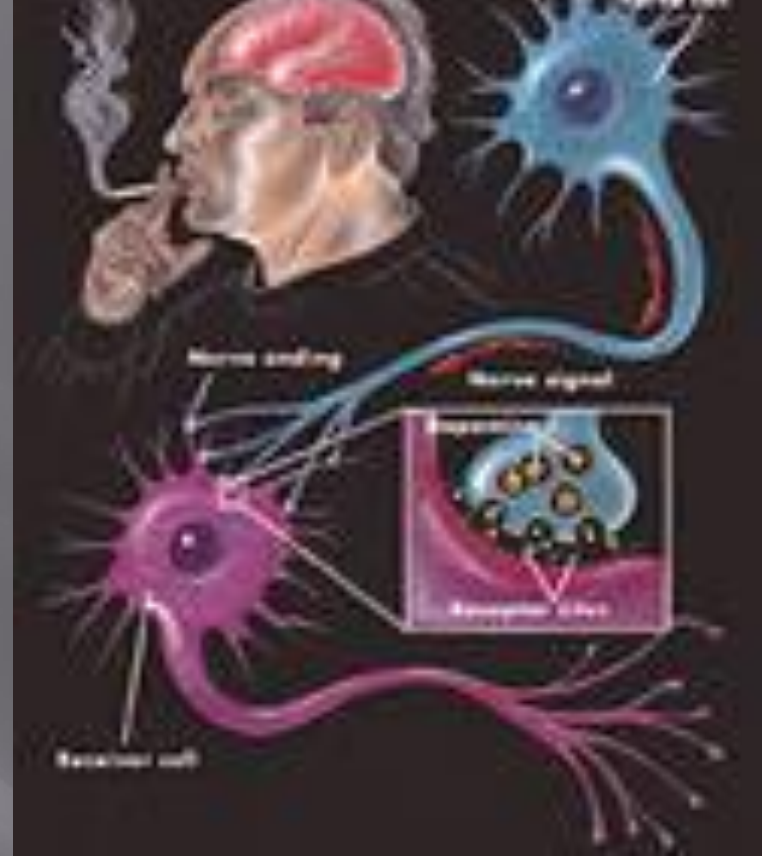


**УГАРНЫЙ ГАЗ (СО) является продуктом неполного сгорания. Угарный газ лишает человека значительной доли кислорода, взаимодействуя с гемоглобином крови. Установлено, что если во вдыхаемом воздухе содержится 0,1% СО, то 80% гемоглобина не связывает кислород.**

**Основным действующим веществом в табачном дыме является никотин. Это яд растительного происхождения, в чистом виде маслянистая, летучая бесцветная жидкость, обладающая резким запахом и жгучим вкусом. Никотин практически беспрепятственно проникает через слизистые оболочки в кровь и через 1-2 минуты достигает мозга.**



Токсическое действие никотина проявляется в нервных узлах. Никотин тормозит передачу нервных импульсов, нервная клетка лишается способности воспринимать нервные импульсы и передавать их мышцам. По сути, никотин - это яд нервнопаралитического действия, способный нарушать основные функции организма — дыхание, сокращения сердца и мышечную активность в целом.



# Причины курения подростков

Подражание другим школьникам, студентам;

Чувство новизны, интереса;

Желание казаться взрослыми,  
самостоятельными;

У девушек приобщение к курению часто  
связано с кокетством, стремлением к  
оригинальности, желанием нравиться юношам.

Однако постепенно возникает незаметно  
привычка к табаку.

# Вред курения для подростков

При курении у подростка очень сильно страдает память. Эксперименты показали, что курение снижает скорость заучивания и объём памяти. Также замедляется реакция в движении, снижается мышечная сила, под влиянием никотина ухудшается острота зрения. Частое и систематическое курение у подростков истощает нервные клетки.



При курении у подростка происходит патология зрительной коры. Никотин вызывает изменения в сетчатке глаза, в результате – снижение чувствительности к свету. У юных курящих подростков исчезает восприимчивость сначала к зелёному, затем к красному и, наконец, к синему цвету.

Из-за раннего приобщения к курению возникают поражения кожи – угри, себорея, что объясняется нарушениями деятельности желёз эндокринной системы

Совокупное действие ядовитых компонентов поглощаемого табачного дыма вызывает головную боль, раздражительность, снижение работоспособности.



**Установлено, что слишком раннее курение  
задерживает рост.**

**Никотин снижает физическую силу, выносливость,  
ухудшает координацию и скорость движений.**

**Поэтому спорт и курение несовместимы.**



С 12 лет у подростков начинается переходный возраст, идет трудная адаптация всех органов и систем, меняется гормональный фон, закладываются основы будущего материнства и отцовства.

Никотин же является тканевым ядом

Вред курения для подростков очень многогранен, сложен и практически непредсказуем.

