

Тютюнопаління

Шкода від зловживання ТЮТЮНОМ

Що таке тютюнопаління?

- Тютюнопаління (паління) — набута шкідлива звичка вдихання диму тліючого висушеного листа тютюну.
- Найбільш важливим компонентом тютюнового диму є нікотин.
- Регулярне вживання нікотину викликає *залежність*.
- Паління тютюну завдає тривалої шкоди здоров'ю курців, та оточуючих їх людей.



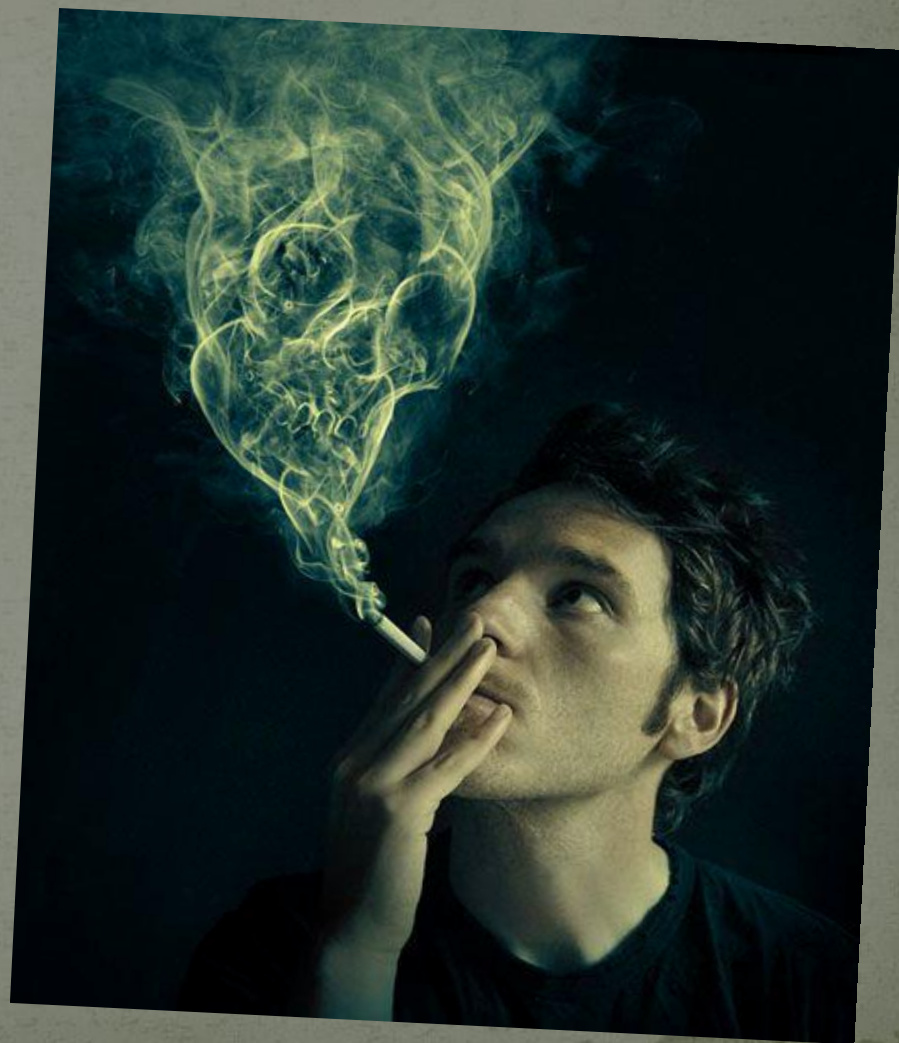
ДИМУ



- При повільному згорянні виділяється дим, що є неоднорідною (гетерогенною) сумішшю.
- Дим складається з 60 % різних газів і 40 % мікроскопічних дьогтевих крапель (аерозолі).
- Загалом в ньому міститься більше 7000 хімічних речовин, з яких 250 відомі як шкідливі і 69 як канцерогенні.

ДИМУ

- Шкідливі речовини, що містяться в тютюновому димі й впливають на організм:
- 1) канцерогенні речовини;
- 2) подразнюючі речовини;
- 3) отруйні гази;
- 4) отруйні алкалоїди.



ДИМУ

Сигаретний дим містить **більше 4000 компонентів**, з яких **43 відомі як канцерогени**:

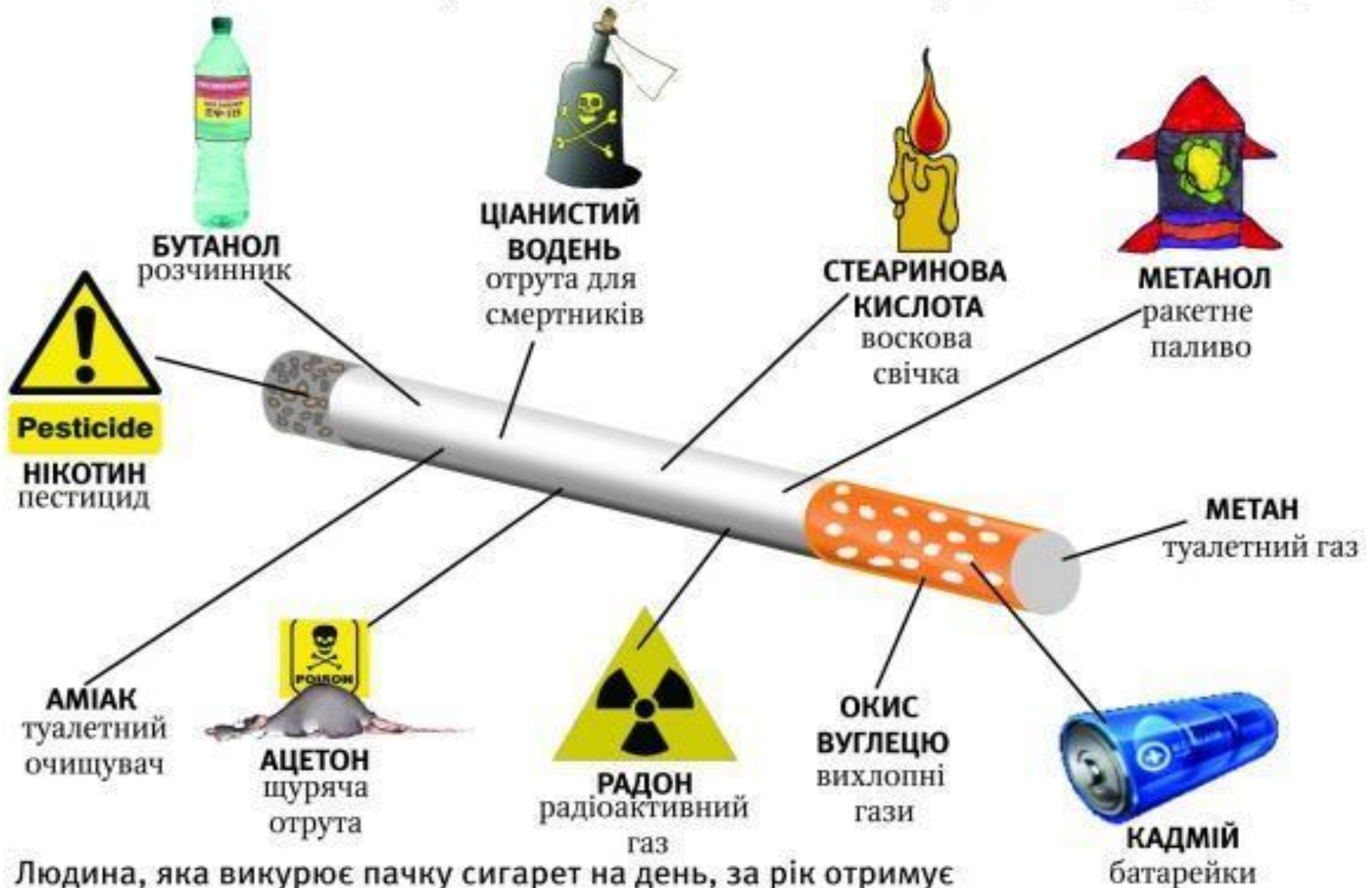
- Смоли
- Нікотин
- Бензопірен
- Оксид
- Амоній
- Диметилнітрозамін
- Формальдегід
- Ціанистий водень
- Акролеїн
- Залишки пестицидів
- Полоній-210
- Калій-40Радій-228
- Торій-228



- 4-амінобіфеніл
- Толуол
- Нітрозометилетиламін
- Гідразин
- Нітрометан
- Нітробензол
- Ізопрен
- Ацетон
- Ацеталь
- Дегід
- бензин

ЩО Є У СИГАРЕТІ?

Тютюнові вироби містять приблизно 4000 хімічних сполук, тютюновий дим – 5000



Людина, яка викурює пачку сигарет на день, за рік отримує дозу опромінення у 500 рентген.

До отруйних речовин в тютюні, перш за все, відносять:

Нікотин — міститься в листі тютюну. Потрапляючи в організм людини з тютюновим димом, нікотин діє як потужний швидкодійний наркотик, викликаючи сильну залежність від куріння

Чадний газ — оксид вуглецю. Викликає головний біль, в окремих випадках смерть



48



Cd

КАДМИЙ

112,41

Амоній (його застосовують для чищення одягу в хімчистці)

Кадмій (найчастіше використовують в батареях, може з'явитися причиною пошкодження печінки, нирок і клітин мозку)

До речовин, які можуть спровокувати рак, належать:

Смола — темна клейка речовина, яка осідає в легенях

Бензин (звичайно це паливо, яким заправляють автомобілі)

Формальдегід (використовують для бальзамування тіл небіжчиків)



ФОРМАЛЬДЕГИД

ДИМІ

- В газовій фракції диму містяться такі речовини:
- азот (59 %),
- кисень (13,4 %),
- оксид вуглецю (IV) (13,6 %),
- оксид вуглецю (II) (4 %),
- водяна пара (1,2 %),
- ціаністий водень (0,1 %),
- інші речовини : оксиди азоту, акролеїн.



Включає:

- воду (1,4 %),
- гліцерин та спирти (0,1 %),
- альдегіди і кетони (0,1 %),
- вуглеводні (0,1 %),
- феноли (0,003 %),
- нікотин (0,002 %)



Тютюн - наркотик

- Зараз вже немає жодних сумнівів: тютюн — це також наркотик.
- Цей препарат існує у різних формах для вживання: тютюн для трубок, сигари, цигарки, жувальний та нюхальний тютюн.
- Спільним є те, що саме нікотин несе відповідальність за шкідливу наркотичну дію.

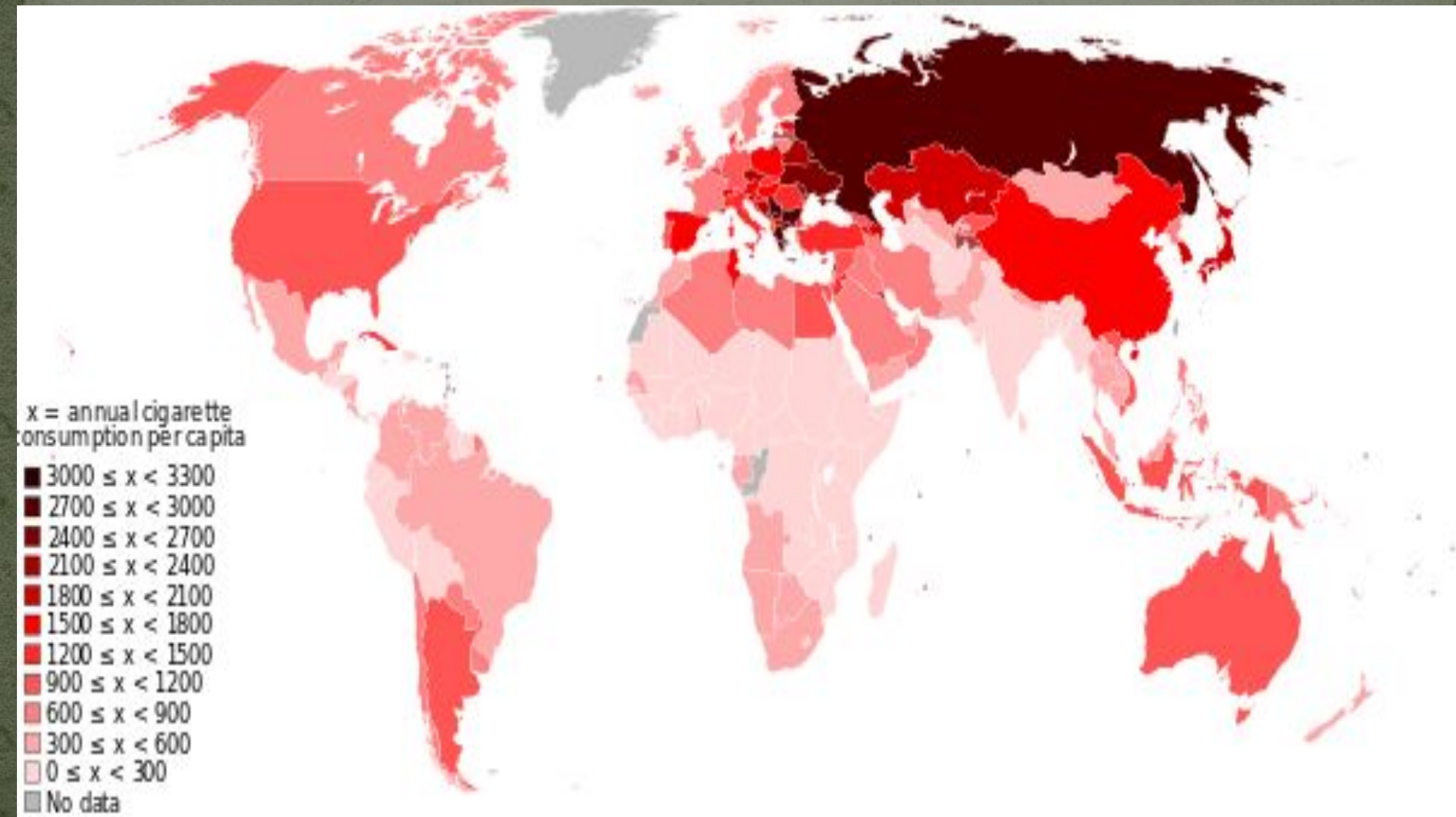


Тютюновий ефект

- Для тих, хто палить цигарки, за дуже короткий час настає ефект звикання.
- Приємне розслаблювальне відчуття швидко зникає – виникає необхідність у відчутті «задоволення», тому кинути палити насправді дуже складно.

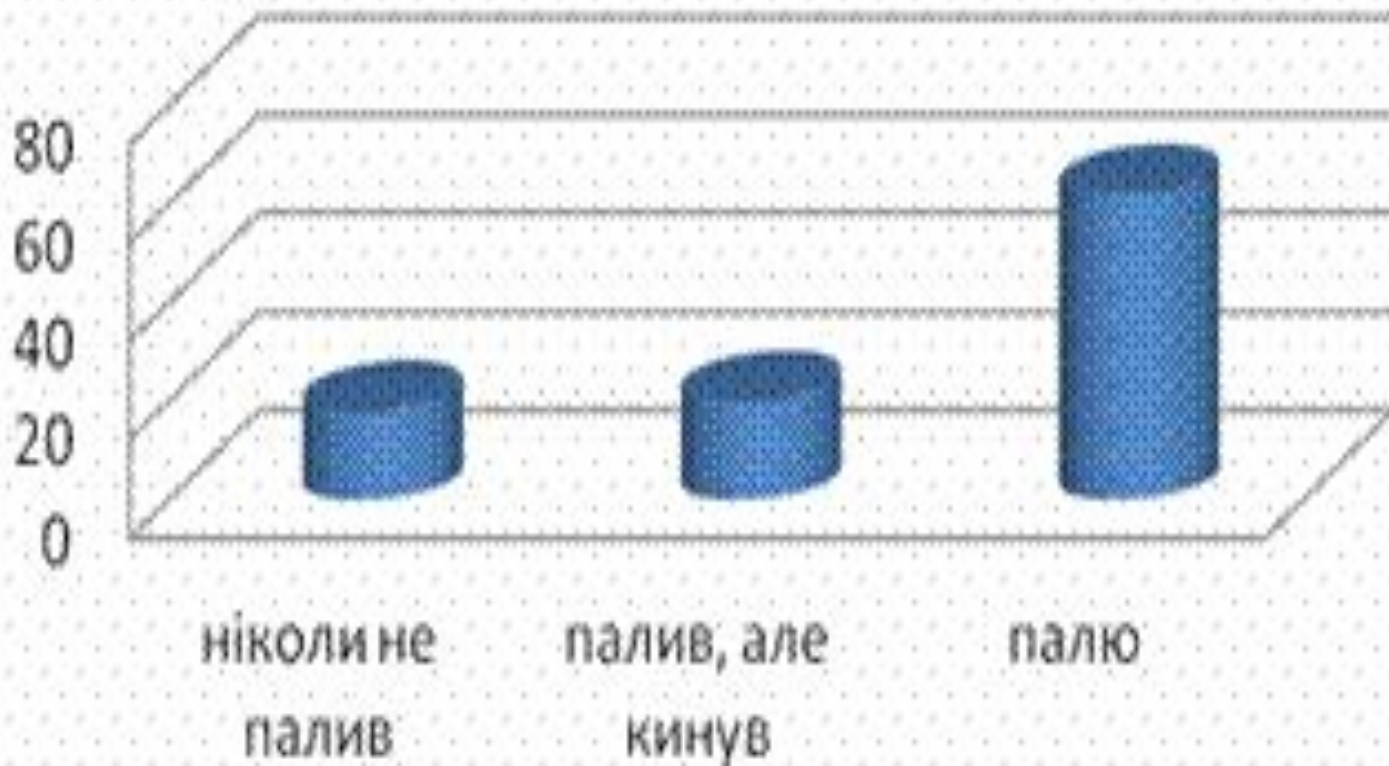


Країни світу за споживанням сигарет на душу населення (тільки дорослі, дані по населенню за 2010 рік)



Ставлення до паління в Україні

Відношення до паління



Хто скільки курить

За даними Держкомстату, в Україні курить 22 % населення віком від 12 років.



Стаж курців

понад 20 р. 1—10 р.



11—20 р.

Обидві статі, %

Жінки, %

Чоловіки, %

Кількість сигарет за добу

Згідно зі статистичними даними за 2011 рік, у віці 16—17 років курять 2 % дівчат, і 8 % хлопців



Україна - на другому місці у світі по курінню цигарок

Cigarette consumption per person, 2007

Selected countries



Source: ERC



курінням



ОБИРАЙ СОБІ ДО СМАКУ!



ЧОМУ Б ЇХ НЕ НАЗВАТИ СВОЇМИ ІМЕНАМИ?

Негативні наслідки від куріння



Миттєві негативні наслідки: прискорення серцевих скорочень, підвищення кров'яного тиску, подразнення тканин гортані, очей, потрапляння чадного газу в кров.

Тривалі негативні наслідки: рак легенів, шлунка, підшлункової залози, жовчного міхура, захворювання серця, виразка шлунка, хронічний бронхіт, погіршується зір, знижується гострота слуху

Вплив куріння на фізіологію

людини



Волосся:

- втрачає блиск і еластичність;
- просякнуте неприємним запахом.

Очі:

- втрачають блиск;
- білки червоніють.



Рот:

- погіршуються смакові відчуття;
- з'являється неприємний запах;
- зуби жовтіють;
- виникають хвороби зубів і ясен.

Нігті:

- починають ламатися і шаруватися.



Легені:

- утруднюється дихання;
- через це стає важче бігати, знижуються фізичні можливості;
- виникає «кашель курця».

Шкіра:

- передчасно старіє;
- блищить і вкривається зморшками.

Мозок:

- виникає нікотинова залежність;
- погіршується пам'ять.



Серце:

- утруднюється робота серця (мал. 28);
- ризик серцевих нападів збільшується у сім разів.

Виразка шлунку

- Більше 80 % хворих, що є запеклими курцями, страждають хронічним захворюванням шлунку та дванадцятипалої кишки.
- Доведено, що куріння негативно впливає і на процес лікування виразки.



захворювання



- Масове поширення куріння є однією з головних причин широкого розповсюдження серцево-судинних захворювань.
- У курців, на відміну від некурящих, в 2-3 рази частіше розвивається інфаркт, передінфарктний стан, стенокардія та інші захворювання серця.
- Більше 50 % захворювань, що є причиною смерті курців, припадає на серцево-судинні захворювання.

Кашель у курців



- Головною причиною виникнення і розвитку «тютюнового» кашлю стають краплі дьогтю, що осіли в легенях.
- Речовини, що містяться в тютюновому димі викликають запалення епітелію.
- Це призводить до підвищеного виділення слизу, що пов'язаний із виділенням мокроти при кашлі.

ЗМОРЗОК

БІЛЬШЕ

В 5 РАЗІВ



Пасивне паління

- Запалена сигарета за своє «коротке життя» стає джерелом диму, який діє на оточуючих.
- Пасивні курці змушені вдихати дим від палаючої сигарети, в поєднанні з димом, який видихає курець.
- ВООЗ заявила про те, що щорічно внаслідок пасивного куріння гинуть 600 тис. чоловік. Серед них третю частину становлять діти.



палінням

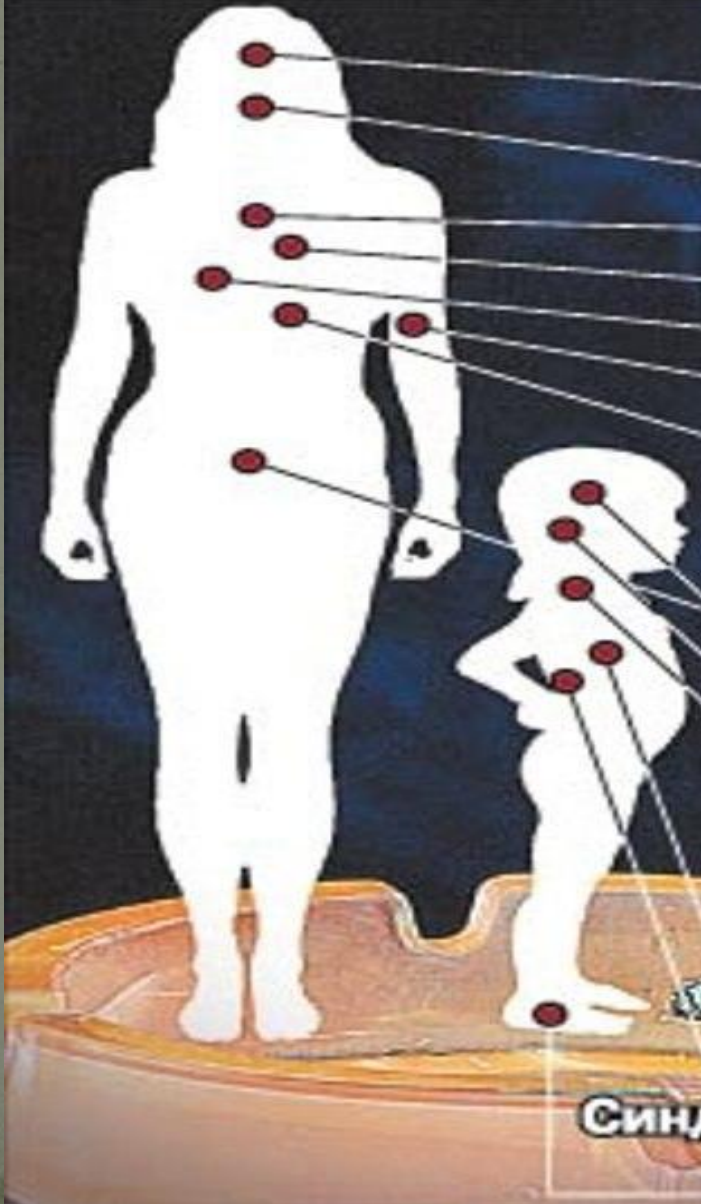
Болезни пассивного курильщика

У взрослых

- Инсульт
- Риниты, рак носовых пазух
- Рак лёгких
- Ишемическая болезнь сердца
- Рак груди
- Атеросклероз сосудов
- Хронический бронхит, бронхиальная астма, повреждения лёгких
- У беременных - выкидыши или преждевременные роды, рождение недоношенных детей

У детей

- Опухоли мозга
- Болезни среднего уха
- Лимфома
- Заболевания органов дыхания, бронхиальная астма
- Лейкемия
- Синдром внезапной детской смерти (у детей до 1 года)



палінням

- *Паління дітей стає причиною або суттєво підвищує ризик:*
 - застуд, бронхітів, пневмонії, хронічних порушень дихання, астми;
 - інфекції середнього вуха, гострого отиту, менінгіту;
 - серцево-судинних та неврологічних ускладнень;
 - карієсу



Куріння – гостра соціальна проблема!

- Кількість курців серед молоді та серед жінок продовжує збільшуватись.
- Куріння шкодить молодому поколінню, організм яких знаходиться в процесі статевого дозрівання.
- Підвищується ризик хвороби не тільки у курців, але й у нащадків.
- **Отже**, куріння є не лише особистою справою людини, але й гострою соціальною проблемою, з якою пов'язане майбутнє всього людства.



Куріння шкодить нашій планеті



- На нашій планеті палять приблизно 1,3 мільярди людей
- За 1 секунду на Землі викурюється 300 000 цигарок
- Куріння викликає 6 % смертей в усьому світі
- Щорічно від паління вмирає 3 мільйони людей
- Загальна маса недопалків на планеті за 1 рік становить 2 520 000 тонн

«Тютюнова» статистика України

- В Україні курить 45 % дорослих чоловіків і 9 % дорослих жінок
- серед молоді курить 45 % юнаків і 35 % дівчат;
- Україна посідає 17 місце за кількістю курців;
- Щорічно до числа курців долучаються не менш 100 000 українців;
- Кожен четвертий підліток в Україні викурює першу сигарету у віці 10 років;
- В Україні щороку від хвороб пов'язаних з курінням помирає 120 тисяч чоловік.



ТЮТЮН УБИВАЄ!!!

- **КОЖНІ 10 СЕКУНД ВІД ПАЛІННЯ, ВМИРАЄ 1 ЛЮДИНА**
- **6 ЧОЛОВІК У ХВИЛИНУ**
- **3 000 000 ЧОЛОВІКІВ У РІК**
- **Не копай собі могилу власними руками!**



Дякую за увагу!