

»

Вред курения



Гипотеза :

- ✓ Курение ослабляет организм, является причиной заболеваний органов дыхательных путей.
- ✓ У курящих людей развивается хронический табачный кашель.

История табакокурения.



□ «Высадившись на берег, мы отправились в глубь острова. Нас встретило множество почти голых людей, очень стройных и сильных, которые шли из своих деревень с горящими головешками в руках и травой, дым которой они пили. Иные несли одну большую сигару и при каждой остановке зажигали ее. Затем каждый делал из нее три – четыре затяжки, выпуская дым через ноздри» – отметил Колумб в судовом журнале.

□ Туземцы охотно угощали путешественников табаком. причем сначала курили сами, потом передавали трубку гостям. Отказ от «трубки мира» хозяева рассматривали, как недружелюбные действия. Испанцы же не хотели портить отношения с туземцами. Вероятно, эти испанцы и были первыми европейцами, пристрастившимися к курению.

Трудно себе представить то благотворное изменение, которое произошло бы во всей жизни людской, если бы люди перестали одурманивать и отравлять себя водкой, вином, табаком и опиумом.

Л.Н. Толстой.

Nicotiana tabacum

□ На вернувшихся в Испанию моряков смотрели с подозрением: человек выпускает изо рта и из носа дым, значит, спутался с нечистой силой.

□ Курильщики завезли семена табака и стали постепенно его культивировать.

□ Распространение табака встречало в странах сильное противодействие.

□ В Россию табак, по-видимому, попал в конце 16 века и тоже был встречен не очень приветливо. За курение полагалось весьма серьезное наказание – от палочных ударов и порки кнутом до отрезания носа и ушей и ссылки в Сибирь. Торговцев табаком ждала смертная казнь.



Мода на курение



□ С годами к вредной привычке приобщились мужчины, женщины, молодые люди, подростки и даже дети.

Возникла мода на курение: будто бы сигареты придают девушкам особую элегантность, а юношам – мужественность. Обязательной принадлежностью теле- и киногероев стала сигарета.

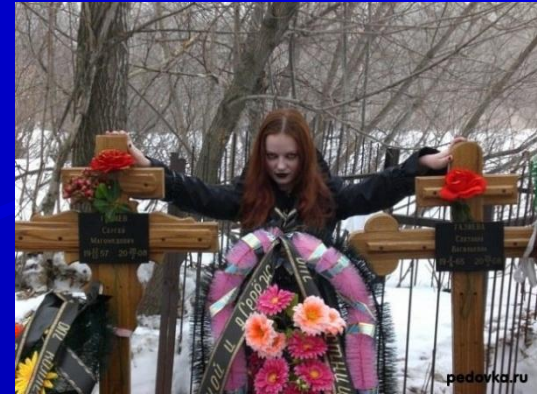


Врачи безусловно боролись с курением! Но не очень успешно. И вот почему. О том, что табак вреден для здоровья, знали давно. Видели, что курильщиков мучает кашель, знали, что в накуренном помещении трудно дышать, что табак мешает умственной работе. Опыты показали, что животные гибнут под действием никотина. Тогда и родилась знаменитая фраза: «Капля никотина убивает лошадь». Если быть точным, то каплей чистого никотина можно убить не одну, а три лошади. Но курильщики только посмеивались: видно, я крепче лошади, сколько никотина потребил, а жив! Утешали себя – табачный деготь остается на фильтре.

□ Врачи также выяснили, что рост числа курящих параллельно увеличивает количество опасных болезней. Начиная с 1960-х годов стали публиковать в газетах и журналах результаты научных исследований. И люди ужаснулись.



□ Опыт человечества показывает, что у курящего человека после выкуренной сигареты происходит спазм сосудов и у него замедляется мышление. Компоненты табачного дыма поражают просветы лёгочных альвеол, поэтому даже при небольших нагрузках появляется одышка.




НИКОТИН – ОДИН ИЗ САМЫХ ОПАСНЫХ ЯДОВ .

□ Никотин-Один из самых опасных ядов растительного происхождения. Птицы (воробьи, голуби) погибают, если к их клюву всего лишь поднести стеклянную палочку, смоченную никотином. Кролик погибает от $\frac{1}{4}$ капли никотина, собака- от $\frac{1}{2}$ капли. Для человека смертельная доза никотина составляет от 50 до 100 мг, или 2-3 капли.



□ Курильщик не погибает потому, что доза вводится постепенно, не в один прием. К тому же часть никотина нейтрализует формальдегид-другой яд, содержащийся в табаке. В течение 30 лет такой курильщик выкуривает примерно 20000 сигарет, или около 160 кг табака, поглощая в среднем 800г никотина.

Систематическое поглощение небольших, не смертельных доз никотина вызывает привычку, пристрастие к курению.

A photograph of a man's torso from the waist up, with his hands on his hips. A large, realistic-looking hand is superimposed over the groin area, holding a lit cigarette. The hand is positioned as if it is about to strike or is striking the groin. The background is black.

Курение вызывает
ИМПОТЕНЦИЮ

Состав табачного дыма



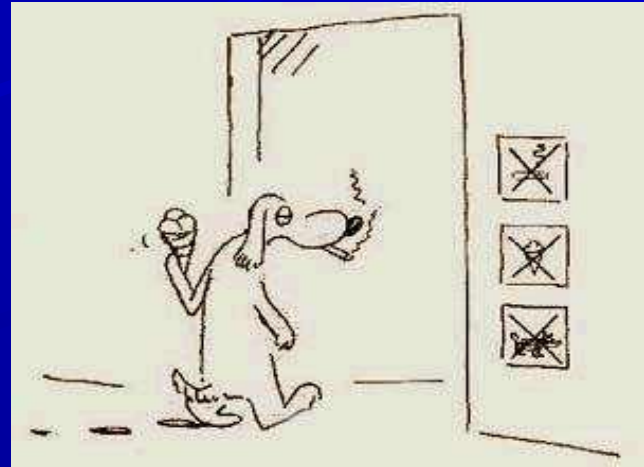


Компоненты сигаретного дыма—ядовитый шприц



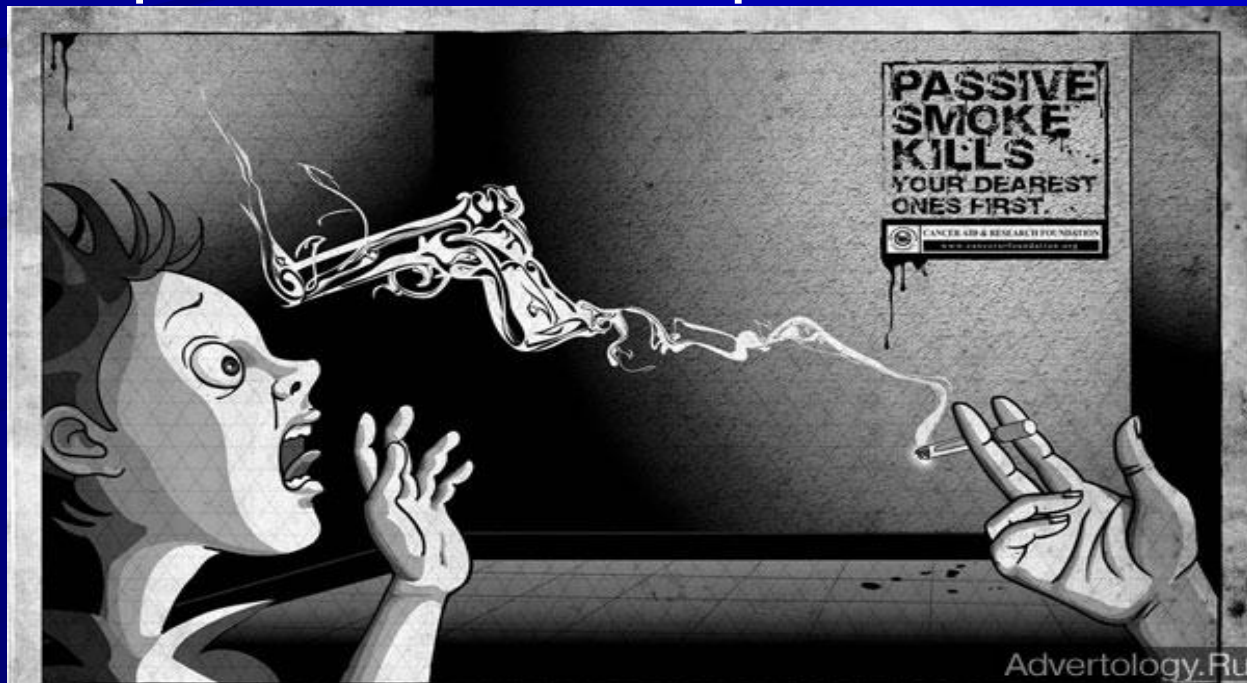
Сигаретный дым содержит > 4.000 химических соединений и 40 известных канцерогенов

- Никотин включается в процессы обмена, происходящие в организме человека, и становится необходимым.
- Однако если некурящий человек в один прием получит значительную дозу никотину, может наступить смерть.
- В Англии зарегистрирован случай, когда длительно курящий 40-летний мужчина ночью, во время трудной работы, выкурил 14 сигар и 40 сигарет. Утром ему сделалось плохо, и несмотря на оказанную медицинскую помощь, он умер.



□ Живущие в накуренных помещениях дети чаще и больше страдают заболеваниями органов дыхания. В семьях, где не было курящих, дети были практически здоровы.

□ У детей, матери которых курили во время беременности, имеется предрасположенность к припадкам. Они значительно чаще болевают эпилепсией.



□ Дети, родившиеся от курящих матерей, отстают от своих сверстников в умственном развитии. Так, ученые из ГДР В. Гибал и Х. Блумберг при обследовании 17 тыс. таких детей выявили отставание в чтении, письме, а также в росте.

□ Курение подростков в первую очередь сказывается на нервной системе и сердечно-сосудистых системах. В 12-15 лет они уже жалуются на одышку при физической нагрузке. В результате многолетних наблюдений французский доктор Декалзне еще 100 лет назад пришел к убеждению, что даже незначительное курение вызывает у детей малокровие, расстройства пищеварения.





Курение отрицательно влияет на успеваемость школьника. Число неуспевающих возрастает в тех классах, где больше курящих.

Курение школьников замедляет их физическое и психическое развитие.


Состояние здоровья, подорванного курением, не позволяет выбрать род занятий по душе, добиться успеха.

Курение и школьник не совместимы.

Школьные годы - это годы роста как физического, так и умственного. Организму нужно много сил, чтобы справиться со всеми нагрузками. Как известно, новые, привычки, усвоенные в школьном возрасте, самые прочные. Это относится не только к полезным, но и к вредным привычкам. Чем раньше дети, подростки, девушки, юноши познакомятся с курением и начнут курить,

тем быстрее привыкнут к нему, и в дальнейшем отказаться от курения будет очень трудно.



A photograph of a man's torso from the waist up, wearing dark pants. A large, realistic-looking hand is superimposed over the image, holding a lit cigarette to the man's groin area. The hand and cigarette are rendered in a reddish-pink, almost translucent, color. The background is black.

Курение вызывает
ИМПОТЕНЦИЮ

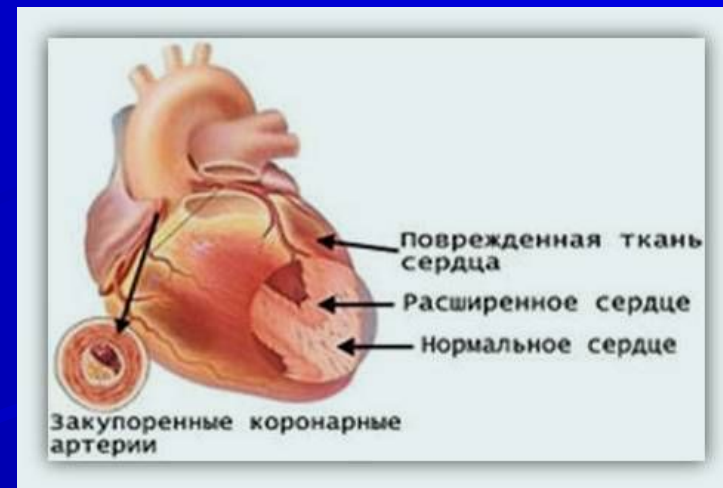
□ Курение – серьёзная социальная проблема. Число курильщиков за последние десятилетия резко возросло. Учёные доказали, что курение сокращает жизнь человека приблизительно на 5 лет. Подсчитано, что курящих людей в возрасте от 40 до 49 лет умирает в 3 раза больше, чем некурящих, а в возрасте 60-65 лет – в 19 раз больше.



□ Курение мужчин – беда, курение женщин – дважды беда. С курением матери связаны многие болезни при беременности, родах, детских заболеваниях. Яды табака особенно опасны для мозга плода. Мертворождённые дети, преждевременное появление на свет, умственная и физическая отсталость родившихся детей – жестокая плата за пристрастие матери к курению.



□ Если вы бросили курить, то через 8ч после последней сигареты из крови улетучивается угарный газ, через 9 месяцев восстанавливается функция лёгких, через 5 лет вероятность инсульта уравнивается с таковой для некурящих, через 10 лет падает вероятность заболеть раком и через 15 лет снижается вероятность инфаркта.



Запомни – человек не слаб.
Рождён свободным. Он не раб.
Сегодня вечером, как ляжешь спать
Ты должен так себе сказать:
«Я выбрал сам дорогу к свету
И, презирая сигарету,
Не стану ни за что курить.
Я – человек! Я должен сильным быть!

В. Маяковский

Вывод:

Курение табака однозначно сказывается на функциональном состоянии дыхания. Оно тем выше, чем длиннее стаж курения и меньше возраст испытуемых. Выявленное нарушение или некоторое отставание в развитии системы дыхания у курящих подростков поддаются коррекции при условии отказа от курения.