

## «ВСЁ, ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ ПРО СИГАРЕТЫ»

Сигарета – это далеко не безобидная игрушка, состоящая из листьев табака и бумаги. При ее горении выделяется свыше 4 тысяч опасных химических веществ. Именно они и наносят основной вред организму при курении. Вместе с дымом от сигареты вы вдыхаете:

- Смолы – смесь твердых частиц, канцерогенны и оседают в легких;
- Оксид углерода, или угарный газ (если вдыхать его в больших количествах, то это неизбежно приведет к удушью и смерти);
- Никотин — самый опасный компонент сигареты, поскольку именно он вызывает привыкание. Учащает сердцебиение и дыхание, токсичен;
- Аммиак — токсичный газ, приводит к отеку легких и поражает центральную нервную систему;
- Метанол – очень токсичен, что приводит к поражению нервной системы;
- Кадмий — токсичный яд, который накапливается в организме курильщика, вызывая необратимые пагубные процессы;
- Мышьяк – оказывает негативное влияние на сердечно-сосудистую систему, провоцирует развитие раковых опухолей;
- Бензол – вызывает лейкоз и другие формы рака;
- Полоний – оказывает радиационное воздействие на организм изнутри;
- Формальдегид – токсичное химическое вещество. Вызывает заболевания легких и дыхательных путей;
- Метан — газ, который не имеет выраженного запаха, токсичен и поражает нервную систему человека, оказывает наркотическое воздействие на организм человека;
- Бутан — на фоне вдыхания большого количества газа начинается сердечная аритмия и происходит удушье;

• Другие вещества – вдыхаемые с табачным дымом вредные соединения через кровеносную систему проходят по всему организму человека, нанося серьезный ущерб внутренним органам. Какой вред от курения сигарет При продолжительном воздействии никотина страдают все внутренние органы и системы человека, поскольку кровь курящего человека насыщена не кислородом, а ядовитыми веществами. Подобные патологические состояния вызывают развитие сердечнососудистых заболеваний и атеросклероза. Но на этом все проблемы со здоровьем не заканчиваются. Для мужчин:

- Снижение эректильной функции;
- Аденома простаты;
- Сердечно-сосудистые заболевания;
- Злокачественные опухоли;
- Разрушение эмали зубов и их постепенное пожелтение;
- Заболевания дыхательной системы (хронический кашель, хронический бронхит, пневмония, туберкулез, рак легких);
- Обострение заболеваний нервной системы;
- Ухудшение структуры и внешнего вида кожных покровов;
- Снижение слуха и остроты зрения, прогрессирующая стадия дистрофии сетчатки глаза;
- Гипоксия — кислородное голодание тканей.

### Для женщин:

- Вероятность развития бесплодия;
- Выкидыш на ранних сроках беременности;
- Преобразования структуры зубов, волос и ногтей;

- Под воздействием никотина нарушается перистальтика, сосуды желудка патологически сужаются;

- Психические расстройства, которые склонны к рецидивам, глубокая депрессия;
- Заболевания дыхательной системы (хронический кашель, хронический бронхит, пневмония, туберкулез, рак легких), преобразуется тембр голоса;

- Заболевания сердечно-сосудистой системы;
- Ускоряются процессы старения;
- Повышается вероятность инсульта сосудов головного мозга и риск инфаркта

миокарда

Для организма ребенка:

- Развитие ожирения, увеличение массы тела и нарушение обмена веществ;
- Ухудшение психического и физического состояния подростка;
- Образование и развитие злокачественных новообразований и не только в органах дыхательной системы;

- Заболевания сердечно-сосудистой системы и органов дыхания;

- Тормозятся психомоторные функции и интеллектуальные способности.

Хронические заболевания с непредвиденным исходом:

- Пневмония;
- Бесплодие;
- Обширные патологии в развитии или дисфункция органов желудочнокишечного тракта;

- Врожденные отклонения в развитии ребенка;

- Тромбоэмболия легких;

- Фригидность и импотенция;

- Облитерирующий эндартериит;

- Инфаркт миокарда;

- Атеросклероз сосудов;

- Злокачественные новообразования легких;

- Эмфизема легких;

- Хронический бронхит.

- Курение сказывается на психическом и физическом состоянии;

- Развитию злокачественных новообразований не только в органах дыхательной системы;

**Вред курения для окружающих**

Если вы пассивный курильщик, то вам следует опасаться следующих состояний и явлений:

- Низкая работоспособность;

- Приступы удушья и кашля;

- Першение и сухость в горле;

- Раздражение глаз и их покраснение;

- Депрессивное состояние;

- Сниженная способность к деторождению;

- Высокий риск самопроизвольного выкидыша.

**КУРЕНИЕ НАНОСИТ НЕОБРАТИМЫЙ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ КУРИЛЬЩИКА И ОКРУЖАЮЩИХ!**