

## «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 **сердечно-сосудистых 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 желудочно-кишечного 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!**