**Из чего состоит сигаретный дым?**

 В сигаретном дыму содержится более 4000 химических веществ и их соединений.

**Самое вредное вещество это никотин**. Он активно воздействует на нервную систему и быстро приводит к сильной зависимости.



Также табачный дым содержит окись углерода (угарный газ) и смолу, загрязняющую легкие. Любые фильтры, даже самых дорогих сигарет, пропускают эти вещества.

**Как курение влияет на здоровье?**

 Курение является основной причиной заболеваний сердца и сосудов, рака легких, язвы желудка, импотенции и короткой продолжительности жизни.

 **Лицо курильщика со временем покрывается морщинами, а кожа приобретает серо-желтый цвет, быстро портятся и желтеют зубы, постоянно неприятно пахнет изо рта.**

** гипергликемия**

 **артериальная**

 **гипертония**

 **атеросклероз**

 **тахикардия**

 **аритмия**

 **стенокардия**

 **ишемическая болезнь сердца**

 **сердечная недостаточность**

** инфаркт миокарда**

 **рак лёгких**

****

****

****

**Вреден ли табачный дым окружающим курильщика?**

 Курение табака приносит непоправимый вред не только курильщику, но и окружающим людям, которые вынуждены вдыхать отравленный воздух.

**Самый большой вред наносит курение нерожденным детям**



 токсикоз беременных наблюдается в 80% случаев,

 преждевременные роды, мертворожденные дети и дети с несовместимыми для жизни пороками развития в условиях пассивного курения отмечаются в 2-3 раза чаще.

 Комитет международных экспертов ВОЗ пришел также к заключению, что курение матери («пассивное курение плода») является причиной синдрома внезапной смерти младенца в 30-50% случаев.



«Пассивные курильщики»:

* В 3 раза чаще умирают от рака лёгкого.
* В 5 раз чаще умирают от сердечнососудистых заболеваний.
* В 10 раз чаще страдают заболеваниями органов дыхания.
* Дети, чьи родители курят, в 2 раза чаще имеют пороки развития.

**Воздействие заводов, фабрик, строек и других загрязнителей сравнимо с одним выдохом заядлых курильщиков!**





**Установлено, что токсичность табачного дыма в 4 раза выше, чем токсичность выхлопных газов автомобиля.**

**Факты о курении:**

* Ученые Германии установили, что каждая выкуренная сигарета сокращает жизнь курильщика на 12 минут;
* Курение убивает 6 человек в минуту;
* За 1 год из-за курильщиков в окружающую среду выбрасывается: 2520 тыс. тонн окурков, 108 тыс. тонн никотина, 600 тыс. тонн дегтя, 550 тыс. тонн угарного газа.

**ПОДУМАЙ ПЕРЕД ТЕМ, КАК ЗАКУРИТЬ!**

****

Комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав администрации г. Бодайбо и района

2017г