

# О вреде пассивного курения

**Пассивное курение – непреднамеренное, нежеланное вдыхание воздуха, в котором содержится дым от сгорания табака людьми, находящимися рядом с курильщиками.**



- Пассивный курильщик, находящийся в помещении с активными курильщиками в течение одного часа, получает порцию табачного дыма, которая равносильна выкуриванию половины сигареты.
- 35-40% табака в сигаретах с фильтрами сгорает во время затяжек курящего, а остальная часть (60-65%) – во время тления между затяжками. Именно эти проценты активный курильщик и делит с присутствующими.
- Пассивное курение формирует ту же патологию, что и активное, таким образом, пассивные курильщики имеют риск заболеть болезнями органов дыхания, сердечно-сосудистой и нервной систем, раком легких.
- Ежедневное нахождение в течение длительного времени в помещении, заполненном табачным дымом, увеличивает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний на 30%.
- По статистике ежегодно от 37 до 40 тысяч человек в мире умирают от сердечно-сосудистых заболеваний, вызванных "пассивным" курением.
- Повышение уровня оксида углерода при пассивном курении способствует развитию стенокардического приступа у больных с поражением коронарных сосудов.
- Высокий уровень СО ведет к более быстрому развитию одышки у больных с хроническим гипоксическим поражением легких.
- Как активное, так и пассивное курение ускоряет процесс развития атеросклероза. Причем у "пассивных" курильщиков атеросклероз прогрессирует в 1,2 раза быстрее, чем у некурящих, а у активных курильщиков - в 1,5 раза быстрее.
- Пассивное курение оказывает отрицательное воздействие на функцию легких и приводит к уменьшению жизненной емкости легких.
- Состояние возбуждения и раздражительность у курящих пассивно в значительной степени связаны с неприятием табачного дыма. Особенно чувствительны к нарастающему загрязнению помещения токсическими продуктами табачного дыма слизистая оболочка носа и глаз.
- Происходят изменения психомоторных функций, в частности, внимания и способности к усвоению знаний. Нарушения нервной системы способствуют нарушению сна и увеличению психоэмоционального напряжения.



**«Наблюдение о том, до какой степени курение заглушает голос совести, можно сделать над всяким почти курильщиком... Из 1000 курильщиков ни один не постесняется тем, чтобы напустить нездорового дыма в комнате, где дышат воздухом некурящие женщины, дети»  
Л.Н. Толстой**

## Курение и беременность

■ Способность к зачатию у курящих людей значительно ниже, чем у некурящих.

■ У женщин-курильщиц на 25-60% чаще встречаются такие осложнения беременности, как отслойка плаценты и предлежание плаценты.

- Самопроизвольный аборт
- Преждевременное излитие околоплодных вод
- Внутриутробная задержка развития
- Уродства плода
- Случаи синдрома внезапной смерти младенца в 3-4

раза чаще происходят у курящих родителей по сравнению с теми, кто не курит.



## Дети курильщиц:

■ Синдром заторможенного развития: ребенок рождается с низким весом, а затем постоянно отстает от ровесников по всем основным показателям развития.

■ Врожденные патологии («волчья пасть», сросшиеся пальцы, лицевые дефекты)

■ У 70-90% детей с курящими родителями наблюдаются умственные и психологические нарушения. Незначительные и поначалу почти незаметные: отставание в детском садике, невозможность сконцентрироваться на поставленной

задаче, эмоциональная недоразвитость, рассеянность, повышенная возбудимость и нервозность, проблемы с языком, письмом, чтением, запоминанием простой информации. В будущем все эти проблемы выливаются в плохую успеваемость в школе.

## Заболевания детей, связанные с пассивным курением

- Аллергия
- Астма, в том числе в тяжелой форме
- Инфекции внутреннего уха
- Пневмония, бронхит, тяжелые простуды
- Лейкемия.
- В 80-90% случаев дети курящих родителей также

становятся курильщиками, причем начинают они достаточно рано – в 12-15 лет.



## Последствия курения в подростковом возрасте:

- Нервные заболевания.
- Резкое ухудшение зрения – от близорукости до хронического воспаления зрительного нерва и повышенного внутриглазного давления.
- Многочисленные заболевания дыхательной системы – бронхит, астма, воспаление легких, простудные заболевания с осложнениями.

- Проблемы с сосудами и сердцем.
- Нервные срывы, хроническая усталость.

**Бросайте курить и будьте здоровы!**

