



Курение вредит здоровью

Сигаретный дым содержит более 400 различных ядовитых веществ. Наиболее активными компонентами являются никотин, окись углерода и смолы.

Курение вредит вашему здоровью:

- из каждых 100 граммов табака при горении выделяется 5—7 граммов табачного дегтя. В его состав входят смолы, которые способствуют возникновению злокачественных опухолей.

- проходя через дыхательные пути, табачный дым вызывает раздражение и воспаление слизистых оболочек зева, носоглотки, трахеи, бронхов. Постоянное воздействие на слизистую оболочку бронхов может вызвать развитие бронхиальной астмы.

- никотин и другие компоненты табака поражают органы пищеварения. Многолетнее курение способствует возникновению язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

- компоненты табачного дыма влияют на сердечно - сосудистую систему. Поражение сердца и сосудов у людей, много и систематически курящих, является следствием нарушения нервной и гуморальной регуляции деятельности сердечно - сосудистой системы.

- поражает центральную нервную систему, железы внутренней секреции, снижает половую функцию, зрение, слух. В организме человека нет практически ни одного органа или системы, которые не страдали бы от отравления продуктами табака.

Каждая выкуренная сигарета сокращает жизнь человека на 14 минут. Отказ от курения уменьшает риск развития многих заболеваний.

Помните! Курение вредит Вашему здоровью и здоровью окружающих Вас людей.

