

ТАБАКОКУРЕНИЕ



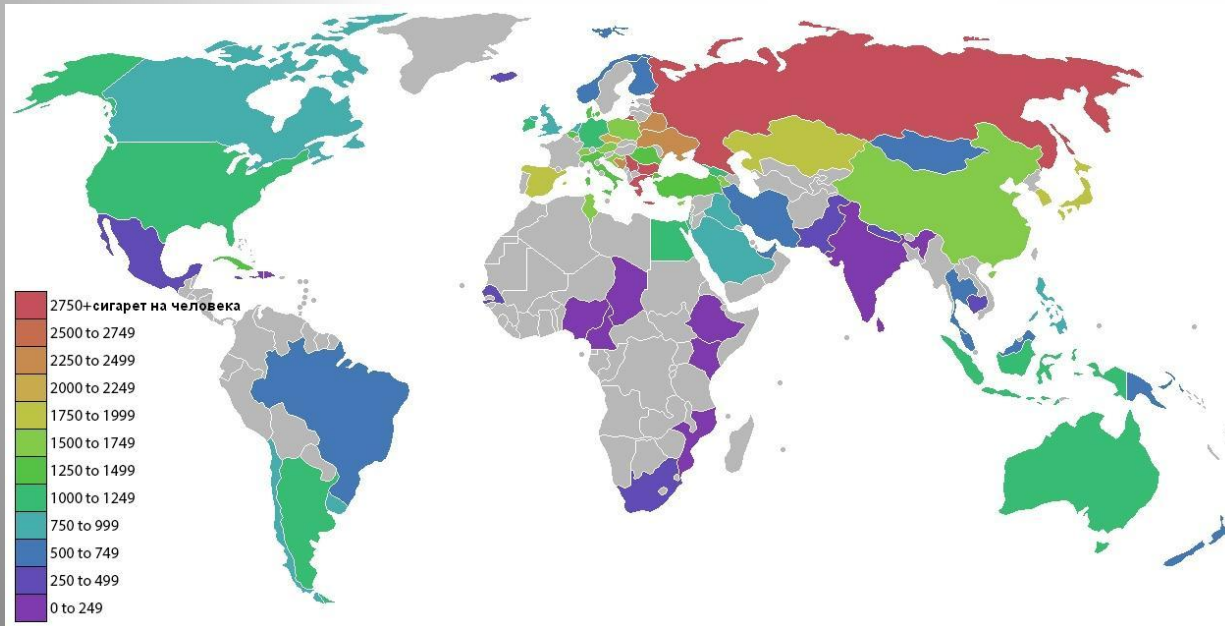
ИСТОРИЯ

- Табакокурёние (или просто курёние) — вдыхание дыма тлеющих высушенных или обработанных листьев табака, наиболее часто в виде курения сигарет, сигар, сигарилл, курительных трубок или кальяна. При этом курение сигарет предполагает вдыхание табачного дыма лёгкими, тогда как при курении трубок или сигар попадания дыма в лёгкие не допускается — дымом наполняется только ротовая полость.



История

Табакокурение
было привезено в Испанию
Колумбом после
открытия Америки и
затем распространилось
в Европу и остальной
мир через торговлю



В результате чего, по
данным ВОЗ
(Всемирной
организации
здравоохранения),
около 1/3 мира курит

История



1492 год — табак впервые увидели европейцы. Индейцы подарили Колумбу связку сушёных листьев табака. Колумб не понял их назначения и выбросил их за борт. Благодаря Колумбу на карте мира появилось первое «табачное» название — остров Тобаго (этим словом индейцы называли

В некоторых группах или племенах курение табака является ритуалом.





BRITISH AMERICAN
TOBACCO

производство

- 1860 год — начато промышленное производство сигарет.
- Основные производители сигарет — США и Китай. Наибольшее количество табакзависимых потребителей живёт в Китае, Йемене, Камбодже.
- Россия занимает седьмое место в мире по числу сигарет, выкуриваемых за год в среднем на душу населения. Лидирует по этому показателю Греция (более 3000 сигарет на человека в год).

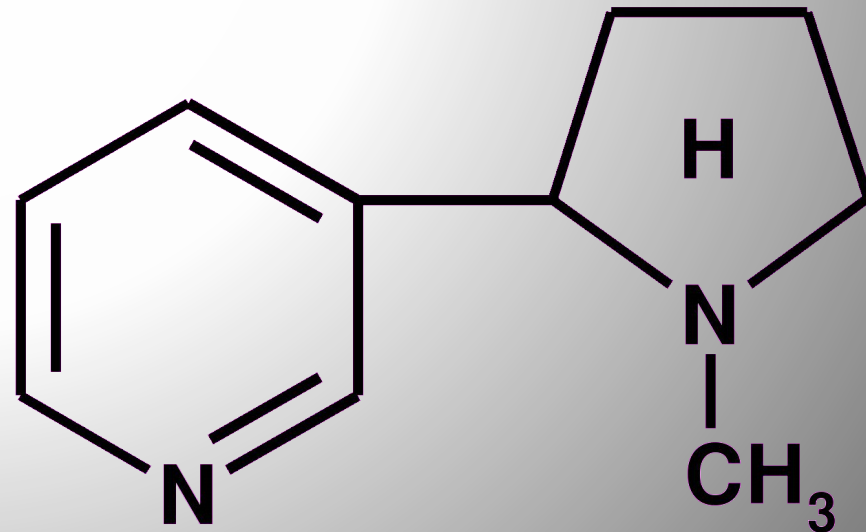


НИКОТИН

Никотин является одним из веществ с сильным потенциалом к накоплению в организме.

Даже небольшой дозы достаточно для вызывания соматических и психологических эффектов, в том числе и для формирования химической зависимости. Исследования показали, что никотин в большей степени вызывает физическую зависимость, чем кофеин и марихуана, но в меньшей, чем алкоголь, кокаин и героин.

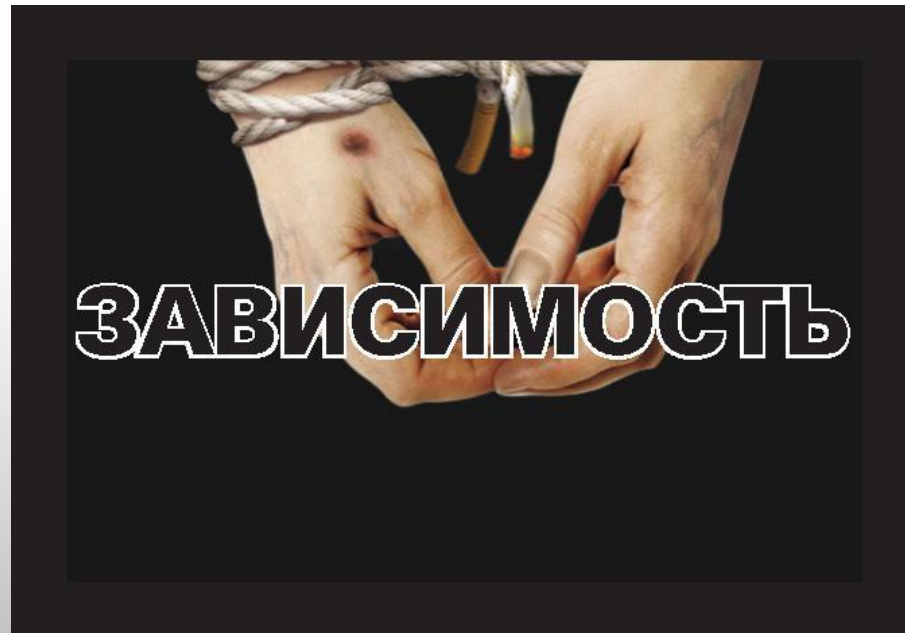
Также известно, что никотин больше, чем какие бы то ни было другие вещества, обладает способностью вызывать психологическую зависимость



ЗАВИСИМОСТЬ

Зависимость развивается невероятно быстро: из числа тех людей, которые имеют симптомы зависимости:

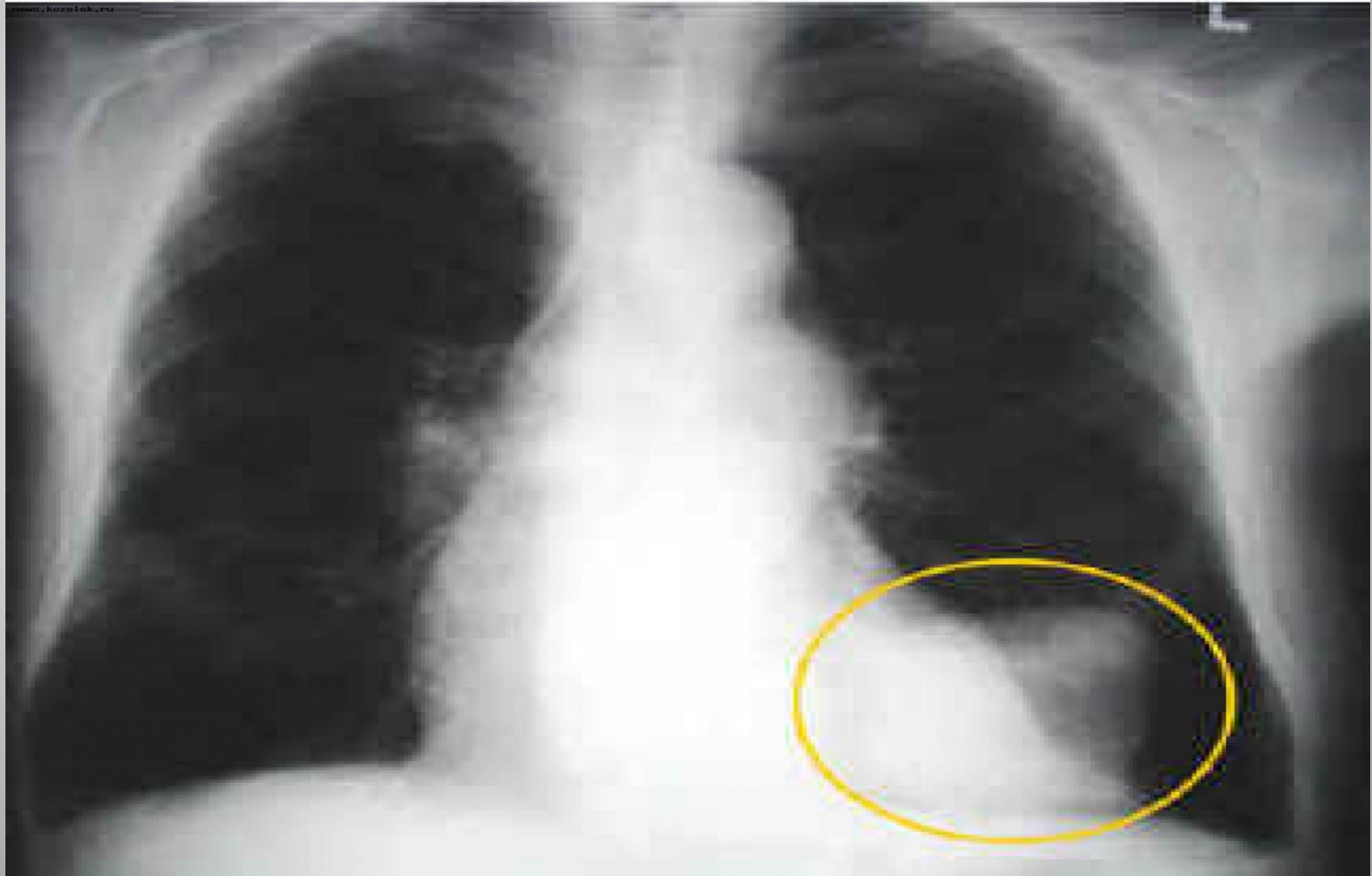
- у 10 % они появились в течение двух дней после первой сигареты,
- у 25-35 % — в течение месяца.



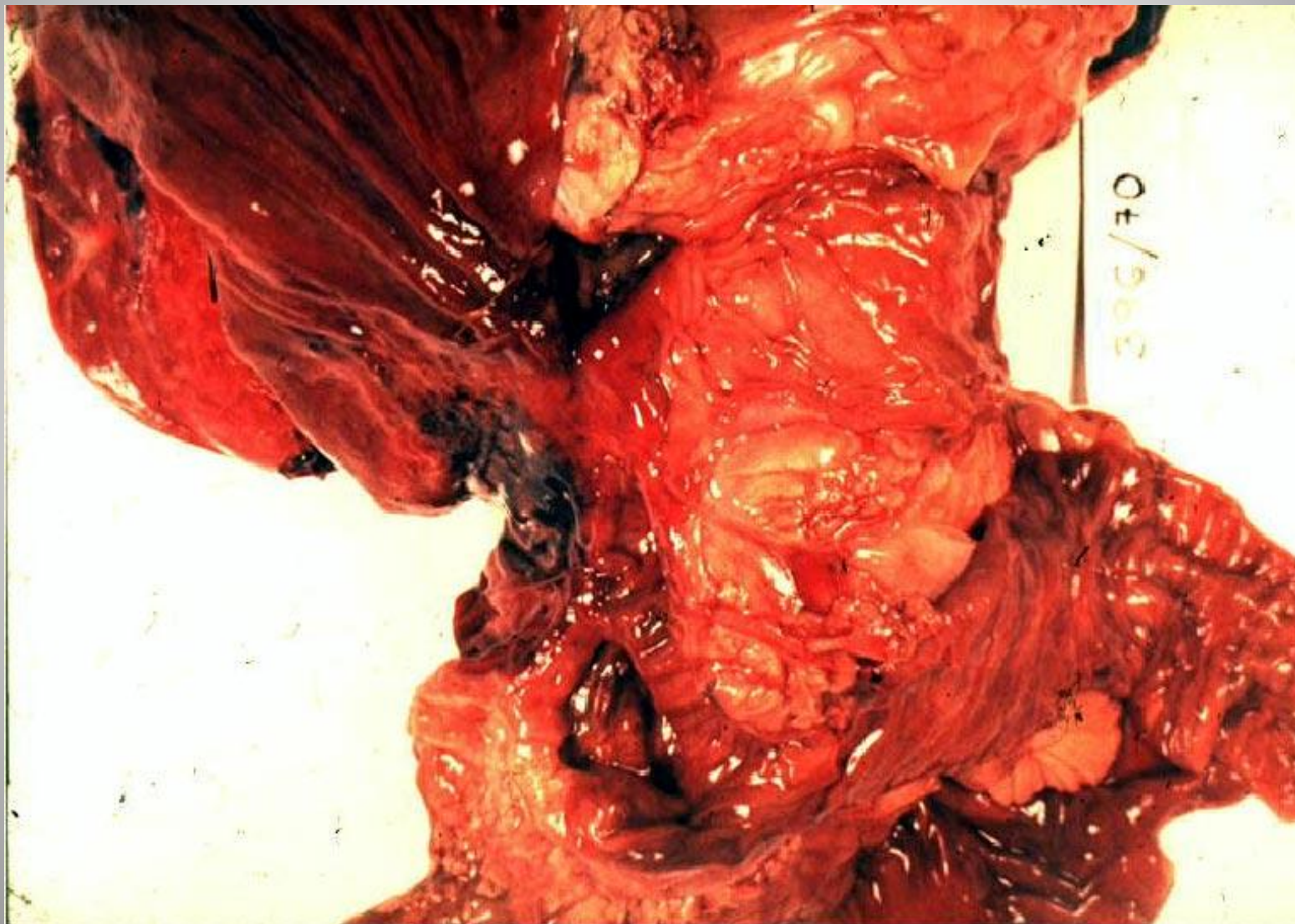
Последствия: легкие

- Табачный дым повреждает дыхательный эпителий, обуславливая утренний кашель курильщика, бронхиты и ХОБЛ, эмфизему лёгких и рак легких.
- Риск развития бронхитов и эмфиземы легких у курильщиков повышается в 10 раз.
- В 90 % случаев смерть от рака лёгких у мужчин и 80 % у женщин вызваны курением.

Рак легких (флюорография)



Метастазы в тканях лёгких



Рак легких (схематично)



Рак легких 4 стадии

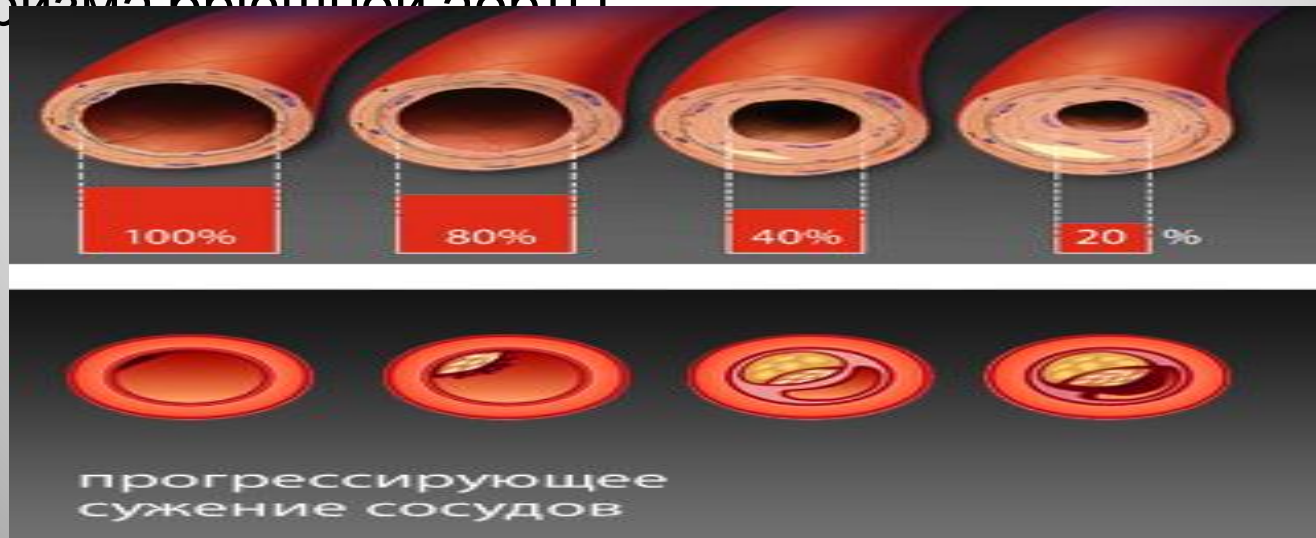


Здоровые легкие и пораженные



Сердечно – сосудистая система

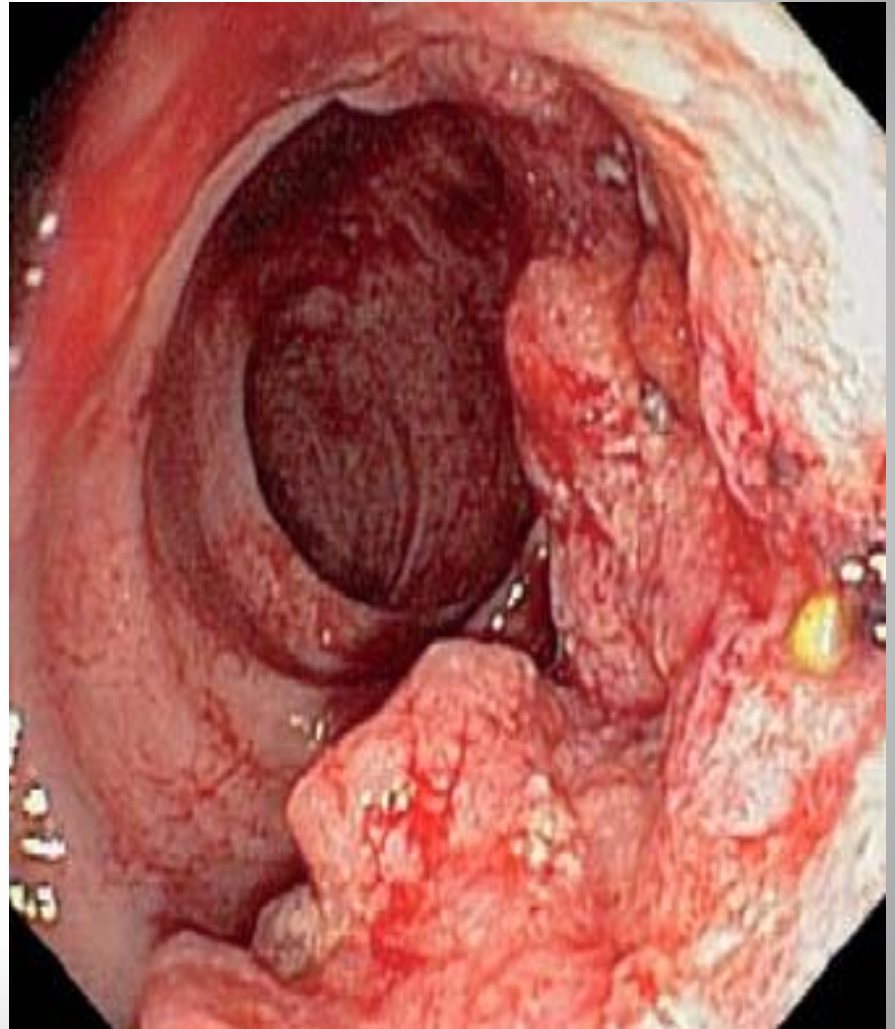
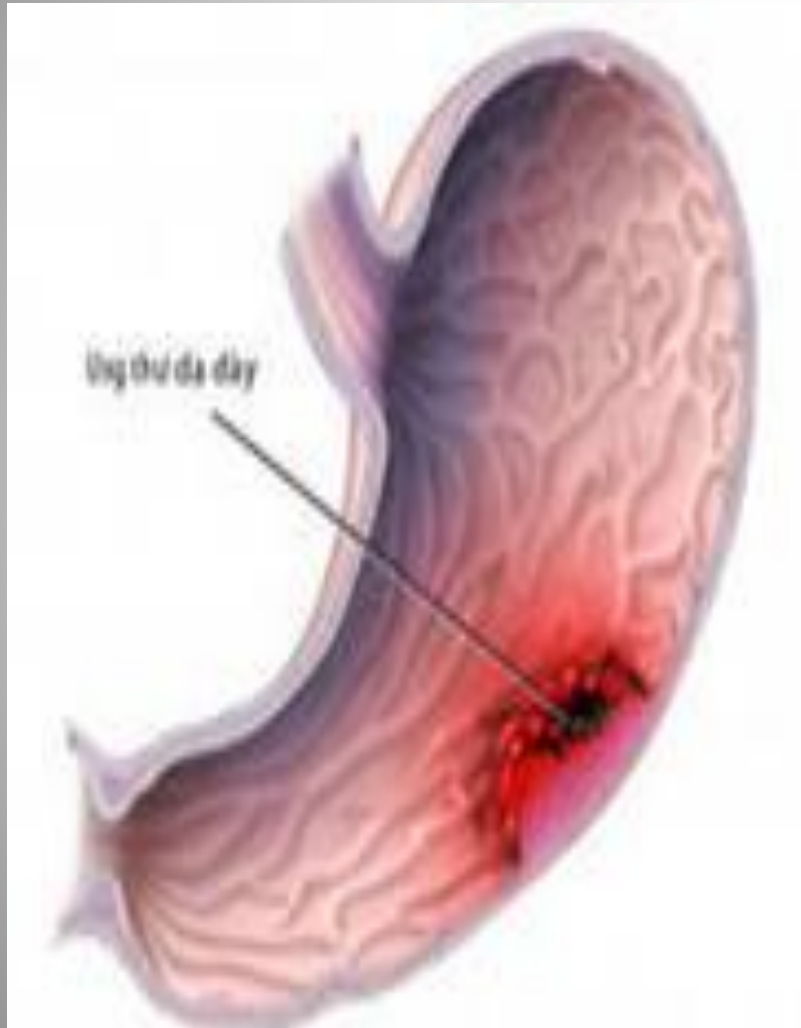
- У курильщиков риск смерти от инфаркта миокарда и инсульта в 2-4 раза выше, чем у некурящих.
- Поскольку курение вызывает сужение артерий, у курильщиков повышается риск развития заболеваний периферических сосудов, таких, как обструкция крупных артерий рук и ног, что приводит к трофическим нарушениям вплоть до развития гангрены и, как следствие, ампутации конечности.
- У курильщиков значительно чаще развивается и аневризма брюшной аорты.



Пищеварительная система

- Курение тормозит продукцию слюны, которая является главной буферной жидкостью организма, противостоящей кислоте желудочного сока.
- Рак пищевода, пептическая язва желудка, рак желудка, рак поджелудочной железы – основной причиной этих заболеваний является курение.

Рак желудка



Другие последствия

- Курение также увеличивает вероятность и других видов злокачественных опухолей. В их число входят злокачественные опухоли полости рта, пищевода, гортани, поджелудочной железы, желудка, толстой кишки, почки, мочевого пузыря, печени, простаты.
- Курение является фактором риска для осложнений при беременности

Рак гортани



Mouth Cancer

Повреждение языка



Рак трахеи

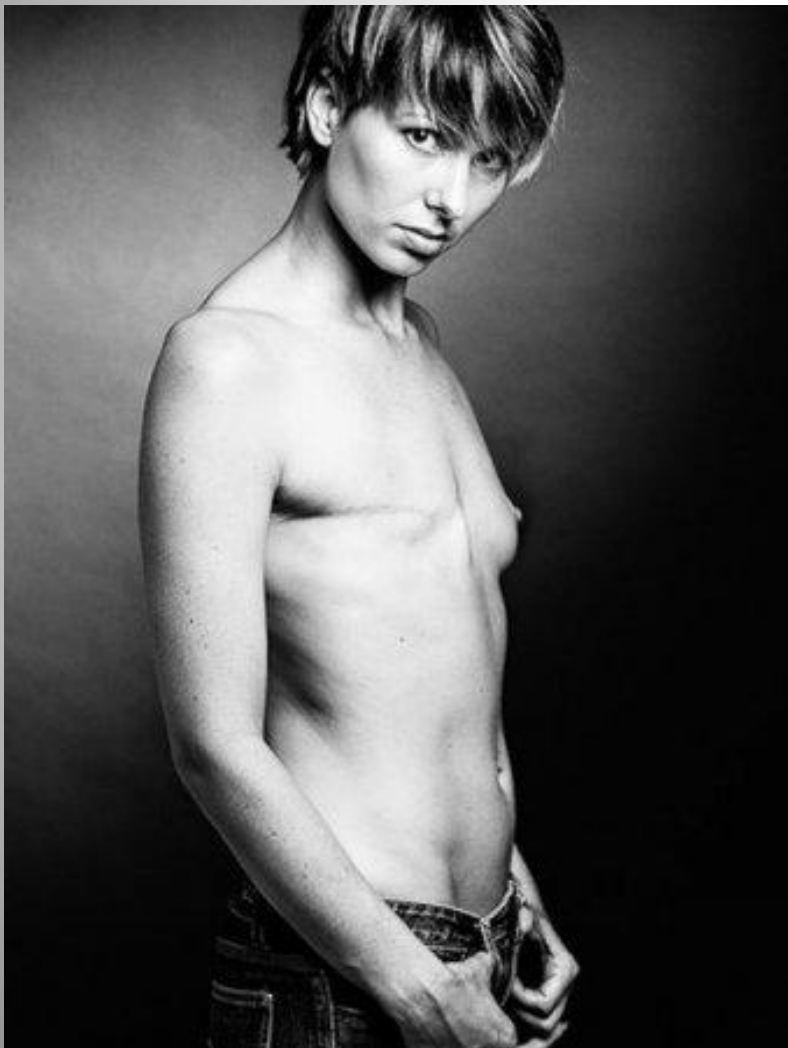


Повреждение зубов



**Smoke contains benzene,
nitrosamines, formaldehyde
and hydrogen cyanide**

Последствия лечения рака груди



Радиоактивность

- Утверждается, что вкус табака зависит от содержания азота. Чтобы уменьшить содержание азота, применяются промышленные удобрения с высоким содержанием фосфатов, изготовленные из апатитов. В апатитах в составе химических соединений содержатся радиоактивные нуклиды: радий-226, свинец-210 и полоний-210. Чем больше удобрений используется, тем выше концентрация радиоактивных частиц. Они накапливаются в поверхностных слоях табачных листьев и затем при курении переходят в табачный дым.

- По данным ВОЗ, в мире в среднем каждые шесть секунд умирает один человек от заболеваний, связанных с курением табака, а ежегодно по этой причине умирают пять миллионов человек.
- Если тенденции нарастания распространённости курения не будут снижаться, то, по прогнозам к 2020 году, ежегодно будут преждевременно умирать 10 млн. человек, а к 2030 году курение табака станет одним из самых сильных факторов, приводящих к преждевременной смерти».



Разное

- К негативным последствиям курения относятся жёлтые зубы, неприятный запах изо рта, неприятный запах от волос.
- В ночное время курящие военнослужащие демаскируют расположение своих частей и кораблей, а сами становятся мишенью для снайперов.

Разное

- Курение — частая причина пожаров.
- Окурки сильно загрязняют улицы и помещения.
- Табакокурение считается грехом в некоторых религиях.
- Окружающие страдают от последствий пассивного курения.

Разное

- Если в табачном дыму достаточно долго находится электронное устройство (например, компьютер), его внутренние части покрываются липким жёлто-коричневым осадком. Этот осадок приклеивает пыль. Части, покрытые склеенной пылью, плохо выделяют тепло, что приводит к последующему перегреву и отказу компонентов. Дальнейшее воздействие может привести и к отказу механических частей (например, вентиляторов).
- К примеру, компания «Apple» может отказать в гарантийном обслуживании на этом основании.

Позитивные изменения при отказе от курения

- через 2 часа никотин начинает удаляться из организма и в этот момент чувствуются первые СИМПТОМЫ ОТМЕМЫ
- через 12 часов окись углерода от курения выйдет из организма полностью, лёгкие начнут функционировать лучше, пройдёт чувство нехватки воздуха
- через 2 дня вкусовая чувствительность станут более острыми



Позитивные изменения при отказе от курения

- через 7-9 недель тонкие обонятельные каналы окончательно очистятся от смолы и копоти, и острота запахов приобретет неожиданно «яркое звучание»
- через 12 недель (3 месяца) функционирование системы кровообращения улучшается, что позволяет легче ходить и бегать
- через 3-9 месяцев кашель, одышка и проблемы с дыханием становятся значительно менее выраженными, функция лёгких увеличивается на 10 %
- через 5 лет риск инфаркта миокарда станет в 2 раза меньше, чем у курящих



БРОСАЙТЕ КУРИТЬ!



Источники информации (иллюстрации к слайдам)

- <http://i039.radikal.ru/0806/72/bb15edab9594.jpg>
- <http://www.lormed.ru/images/stories/rak.jpg>
- http://russlav.ru/pict/foto_rak_lang3.jpg
- <http://www.euroonco.ru/images/articles/rak-legkikh.png>
- <http://medspravkaufa.ru/upload/medialibrary/1fb/nyt%20jinbdp%203.jpg>
- <http://re-port.ru/uploads/content/19609419364d6f756c9bb04.jpg>
- <http://www.polismed.ru/u-img/stomach-cancer1.jpg>
- <http://medvito.ru/wp-content/uploads/2011/11/56547-586980564-3525245245.jpg>
- http://diseases.academic.ru/pictures/diseases/594_594_1.jpg
- <http://classical-hypnosis.ru/images/photos/63.jpg>
- <http://dentist.ua/uploads/articles/tumbs/81808340492.jpg>
- http://russlav.ru/pict/foto_rak_sheki.jpg
- <http://temza.com/all/smoking-kills-pictures/damaged-teeth.gif>
- <http://img.zzweb.ru/img/743714/sigareta.jpg>
- <http://loveopium.ru/content/2012/01/tabak/02.jpg>
- <http://nekur.ru/wp-content/uploads/2012/04/tk1.jpg>
- <http://www.pravmir.ru/wp-content/uploads/2012/10/smoking-map-2.jpg>
- http://os1.i.ua/3/1/10274279_c2a583d0.jpg
- <https://encrypted-tbn3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcTGkC9bULhwWGIP-itnVKEv2xcrGuaKcouG85wH9X7loy2V4gC8iA>
- http://www.narco-net.ru/uploads/SmokingKills2_Page_09.jpg
- http://www.likar.info/pictures/news/cropr_200x200/0064090_1385109799.jpg
- http://www.pohl-boskamp.ru/ccds_cache/img/ef/ef66774da6e9d40ed734cccb91091e01.320x1000x0.jpg
- http://ecoinfo.bas-net.by/calendar/images/d_bez_tabaka.jpg