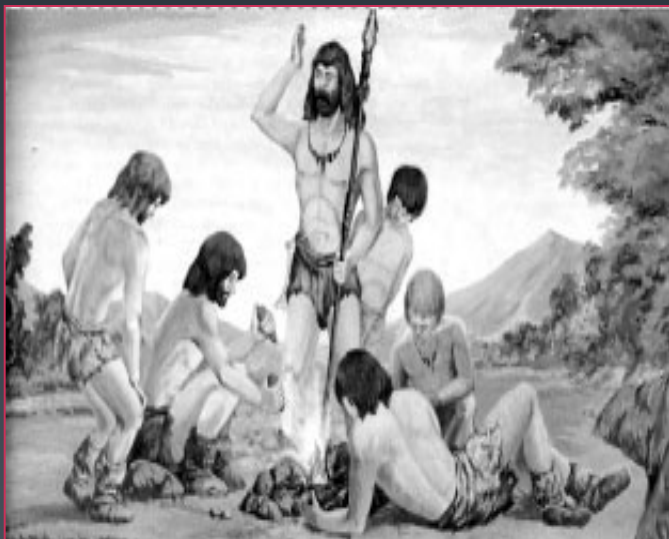




ЖИТЬ ИЛИ КУРИТЬ

Презентацию подготовили обучающиеся объединения
«Основы медико-санитарной подготовки»
Хижняк Милена, Седов Денис

Немного истории



Табакокурение, или вдыхание дыма, человек практикует с начала использования огня. Магия огня и задымленность пещеры успокаивали людей, согревали, а отравление угарным газом притупляло голод и злобу.

Хранители очага заметили это и бросали в огонь те растения, которые оказывали успокаивающее действие на соплеменников.



12 октября 1492 года флотилия Христофора Колумба причалила к берегам «Новой Земли». Колумб и его спутники, высадившиеся на одном из островов Америки, увидели. Что жители острова из сухих листьев какого-то растения свертывали длинные трубки один конец которой брали в рот, а другой поджигали и втягивали через рот образующийся дым, выпуская его через рот и нос. Этот свёрток из сухих листьев растения они называли «табако».





- В качестве подарка местные аборигены преподнесли Колумбу сушеные листья табака. Так Колумб и его команда стали первыми курильщиками – европейцами. С этого времени табак начал распространяться в Европе.





До 15 марта 1493 года в Европе никто не курил. Именно в этот день в Португальском порту причалил маленький корабль «Нинья», на борту которого была привезена трава для курения из провинции Тобако, в честь которой она и была названа европейцами табаком.

Распространение табака



1560 год: Жан Нико де Виллемаин, посол Франции в Португалии, пишет о медицинских свойствах табака, называя его панацеей от всех болезней.

1561 год: Жан Нико привозит в подарок своей королеве Екатерине Медичи листья и семена табака.

Позднее имя французского амбассадора будет увековечено в названии ботанического рода и всем известного алкалоида никотина.





Екатерина Медичи спасалась от головных болей и мигрени курением. Ее окружение также считало, что никотин спасает от зубной боли, расстройств желудочно-кишечного тракта и ревматизма. Так появилась мода на нюхательный табак.



1496 год первые табачные плантации в Испании

1559 год – в Португалии

1560 год – во Франции

**В конце VI - начале VII веков курение распространилось
и на другие материка.**

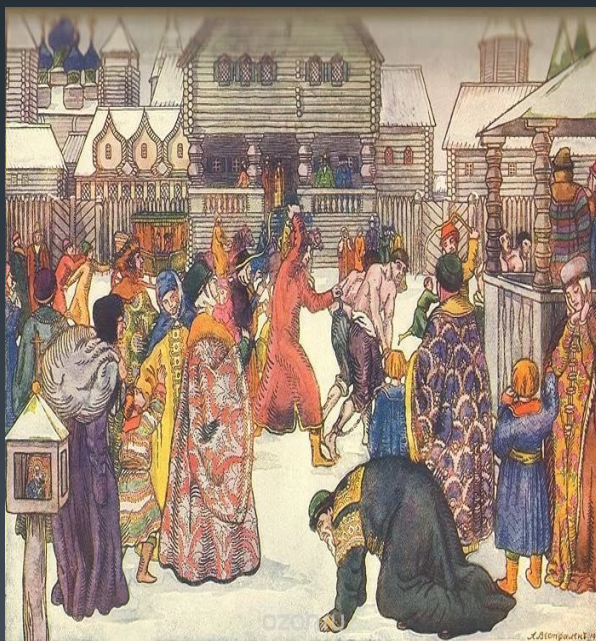


Впервые табак появляется в России при Иване Грозном. Его завозят английские купцы, он проникает в багаже наемных офицеров, интервентов и казаков во времена смуты. Курение на короткое время приобретает временную популярность в среде знати.





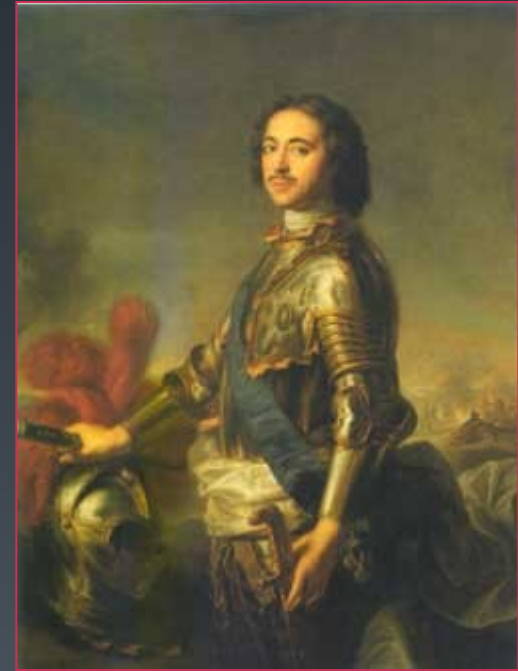
При царе Михаиле Федоровиче Романове отношение к табаку резко меняется. Табак подвергается официальному запрету, контрабандный товар сжигают, его потребители и торговцы подвергаются штрафам и телесным наказаниям.



А после Московского пожара 1634 года, причиной которого посчитали курение. Вышедший вскоре царский указ гласил: "чтоб нигде русские люди и иноземцы всякие табаку у себя не держали и не пили и табаком не торговали". За ослушание полагалась смертная казнь, на практике заменявшаяся "урезанием" носа.



В конце XVII - начале XVIII вв. меры, направленные против курения, стали смягчаться, так как Петр I и сам стал рабом этой привычки. В итоге он не только упразднил все законы, запрещавшие курение, но и разрешил ввозить табак из-за рубежа.



Первые в истории табака курения серьезные заявления о вреде табака сделал еще король Англии Яков I Стюарт. Это был один из наиболее образованных людей в это время. Он еще в 1604 г. опубликовал свою работу под названием "Возражения против табака". В ней он утверждал, что привычка, которую так полюбили его соотечественники, "отвратительна для глаз, разрушительна для мозга, опасна для легких, ненавистна носу". А вонючий дым он сравнивал с "дымом в аду".



Сигарета-химическая фабрика

Сигарета содержит около 2000 химических веществ и соединений.



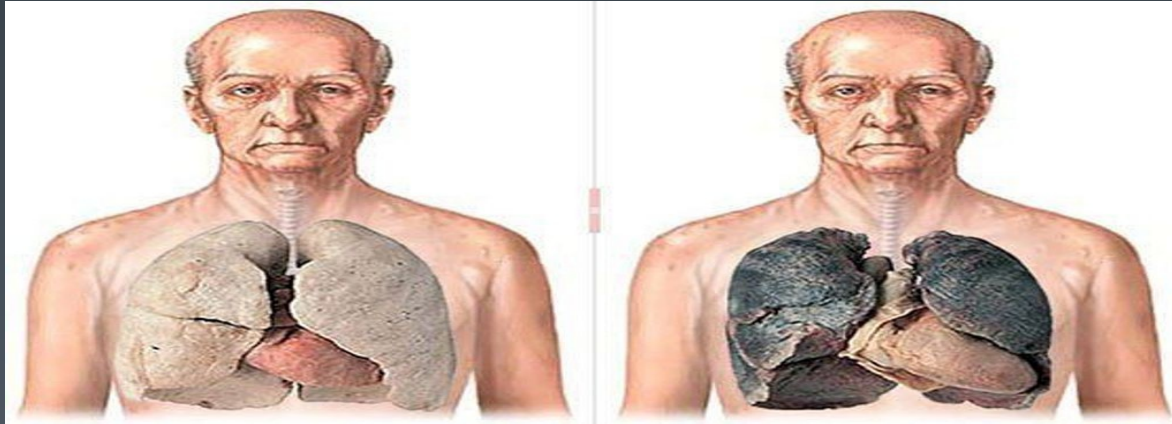
Когда ее зажигают, происходят различные химические реакции. Дым, попадающий в горло, содержит уже около 4700 веществ.

Последствия курения



Система защиты дыхательных путей, которая предохраняет наши легкие от попадания пыли, вирусов и некоторых газов, пропускает большую часть этих веществ. Дым проникает в легкие и постепенно разрушает мягкие незащищенные альвеолы.

Угарный газ, содержащийся в табачном дыме, вытесняет из крови кислород.



В альвеолах кровь и воздух сопровождаются так тесно, что кислород, углекислый газ и угарный газ из сигареты легко переходят из одной среды в другую.

При курении никотин из сигареты быстро всасывается в кровь и разносится по всему организму. В мозге находятся нервные клетки со специальными рецепторами для никотина. Никотин - яд, на который организм поначалу реагирует тошнотой и рвотой. Никотин активизирует так называемую систему поощрения мозга. Чтобы справиться с ядом, мозг вырабатывает новые никотиновые рецепторы. Привыкание возникает примерно после 60 сигарет.



Главной причиной возникновения и развития «табачного кашля» становятся капли дегтя, осевшие в легких. Вследствие этого возникает постоянный воспалительный процесс- хронический бронхит и постоянный спазм легких- эмфизема. Это, в свою очередь, приводит к легочной недостаточности: одышке, бронхиальной астме, раку легких. Гораздо чаще, чем у некурящих, возникает рак губы, языка, полости рта, гортани, пищевода.



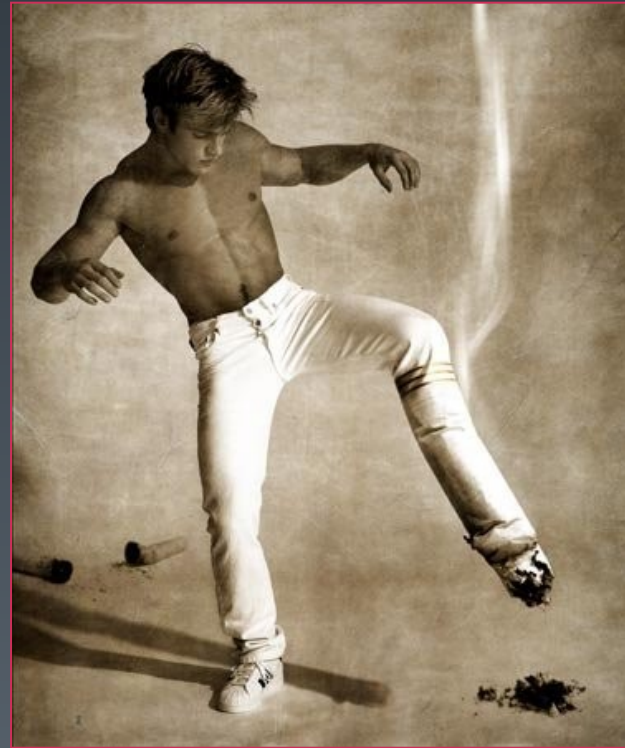
Курение и язва желудка

Курение ведет к сужению кровеносных сосудов, нарушая кровоснабжение внутренних органов и создавая тем самым благоприятные условия для изъязвления слизистой оболочки желудка и двенадцатиперстной кишки. В большинстве случаев язвы этих органов возникают в связи с курением.



Поражение сосудов НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ

В народе это заболевание отмечено как «ноги курильщика». Суть заболевания - сужение просветов артерий из-за действия никотина. В результате нарушается питание тканей, происходит их омертвление(гангрена). В начальной стадии болезнь проявляется такими симптомами как зябкость ног, чувство онемения в пальцах. Затем наступает перемежающаяся хромота. Завершается заболевание гангреной и ампутацией.



Курение и сердце

- **Риск заболеть и умереть от болезни сердца (гипертония, стенокардия, инфаркт миокарда, инсульт) выше, если человек кури. При курении никотин способствует повышению частоты сокращений, в результате чего сердце вынуждено работать интенсивнее, и ему требуется больше кислорода.**



Газ, образующийся в легких из дыма ,уменьшает количество кислорода, поступающего в кровь и к сердцу. Таким образом, в то время, когда организм требует большее количество кислорода, он его недополучает. Кроме того, курение временно повышает кровяное давление, сужая сосуды и учащая сердечный ритм.

Курение

и работа мозга

Малые дозы никотина вначале повышают возбудимость головного мозга, вызывая кратковременное небольшое возбуждение. Затем наступает фаза угнетения, т.е. ухудшение работоспособности головного мозга. Мозг переутомляется и требует возбуждающего допинга, что заставляет человека курить.

Так развивается зависимость нервной системы в дополнительных раздражителях, которая переходит в привычку табака курения.

Куриво портит память!



Ologin

Курение и беременность

Если беременная женщина курит, ядовитые вещества передаются плоду, вызывая кислородное голодание.

Концентрация угарного газа в крови плода почти в два раза выше, чем у матери. Если будущая мать выкуривает 20 сигарет в день, то плод получает количество никотина, соответствующее 38 сигаретам. Поэтому неудивительно, что эти дети в первые дни после рождения страдают никотиновой абстиненцией, становятся нервными и беспокойными, когда перерезается пуповина.



Курящие матери более подвержены инфекциям, у них чаще, чем у некурящих, случается отслоение плаценты, выкидыши и преждевременные роды. Они чаще рожают детей со значительным дефицитом веса - как те, кто голодал во время беременности.



Исследования подтверждают наличие связи между курением родителей и синдромом внезапной смерти у младенцев. Если мать курит, кормление грудью налаживается значительно труднее. Никотин придает материнскому молоку горький вкус, ребенок беспокоится, срыгивает, страдает от колик.

Пассивное курение

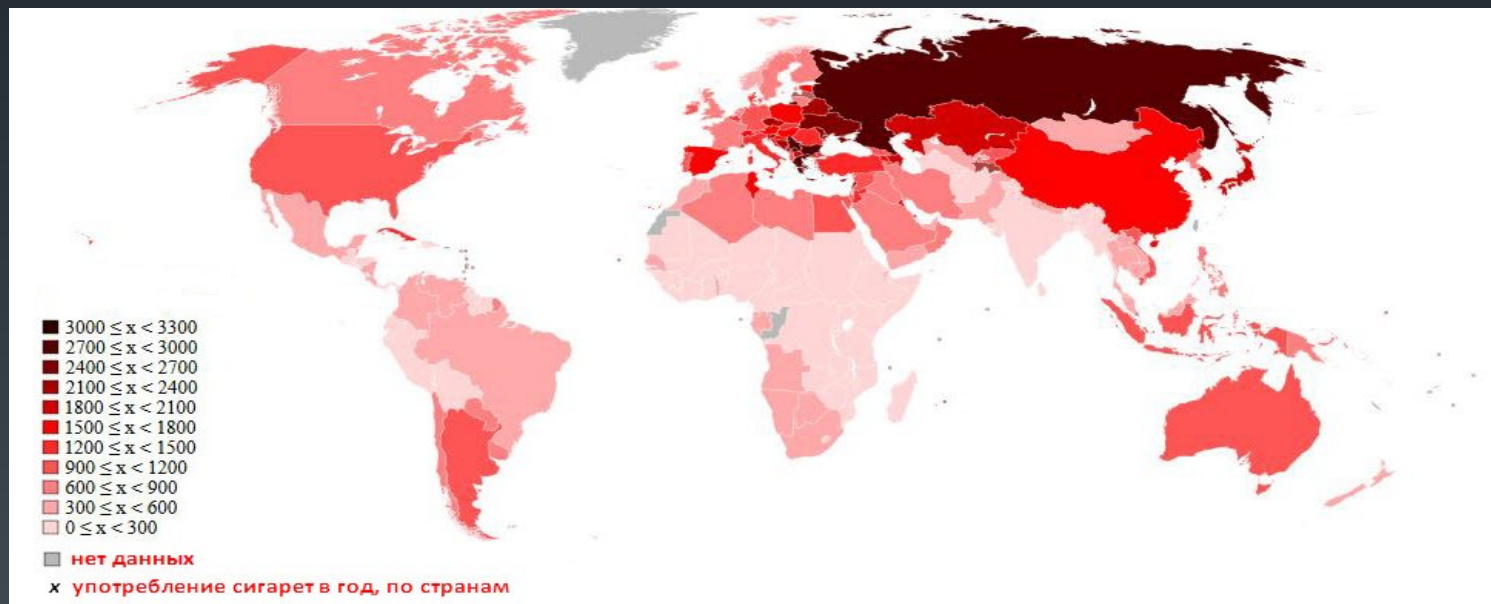
Вдыхание табачного дыма некурящими называется пассивным курением. От обычного курения оно отличается тем, что чаще всего является отнюдь не добровольным. Тысячи некурящих ежегодно умирают от сердечных заболеваний, связанных с пассивным курением. Исследования показывают, что пассивное курение не только вызывает головную боль, кашель, раздражение слизистой оболочки глаз и аллергические реакции, но и приводит к раку легких .



Статистика курения

- на планете более 1.3 млрд. человек употребляют табак;
- более 1 млн. человек ежегодно умирают от болезней, спровоцированных табакокурением;
- каждые 6 секунд на планете умирает 1 курильщик от никотинового отравления.





Большая часть курильщиков живет в азиатских странах – "большую тройку" этого анти рейтинга занимают Китай, Индия и Индонезия, где почти 400 миллионов мужчин регулярно курят сигареты, трубки и другие табачные изделия. Больше всего женщин курят в США, Китае и Индии, где около 13-17 миллионов представительниц слабого пола регулярно или эпизодически употребляют табак. Россия по аналогичному показателю находится на четвертом месте: у нас потребляют 2786 сигарет в год на человека.



- **Представители всех профессий, люди из разных эпох, - все они сходятся на том, что вред курения действительно огромен. Давайте попробуем сегодня бросить курить.**