

БУ «Сургутская городская клиническая поликлиника №4»
Детская поликлиника

Курение вред, так скажем ему нет!



Сургут 2022 г.

Презентация подготовлена
Фельдшером Профилактического
отделения №2
Аминовой А.В

Исследования 2016 года



■ Болезни сердца и сосудов ■ Рак ■ Болезни органов дыхания ■ Другие

КУРЕНИЕ УБИВАЕТ!

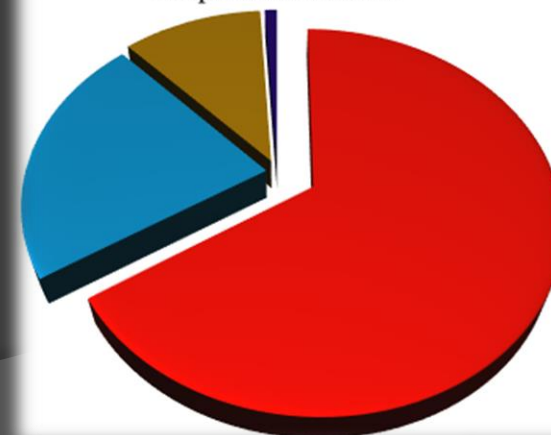
Ежедневно в мире от табака умирает 8 тысяч людей.



- В России от болезней вызванных курением умирают ежегодно 400 000-500 000 человек
- В Европе в год умирает от курения 1,2 млн. человек
- По всему миру ежегодно от курения умирает 8 млн. человек



Смертность в России



● Всего
● Алкоголь
● Курение
● Аварии

Причины начало курения

1. Курение близких (папа, мама, брат, сестра и т.д)

2. В основном начинают курить:

- ✓ « Баловство»
- ✓ « От нечего делать»
- ✓ « За компанию»
- ✓ « Модно»
- ✓ « Из любопытства»
- ✓ « Для снятия напряжения, стресса»
- ✓ « Чтобы казаться старше»
- ✓ « Чтобы похудеть»
- ✓ « Чтобы поднять настроение»
- ✓ « Для того чтобы доказать свою независимость от родителей»



Состав табачного дыма

По последним данным табачный дым содержит более 4000 химических соединений, более 40 из этих соединений вызывает онкологические заболеваний.

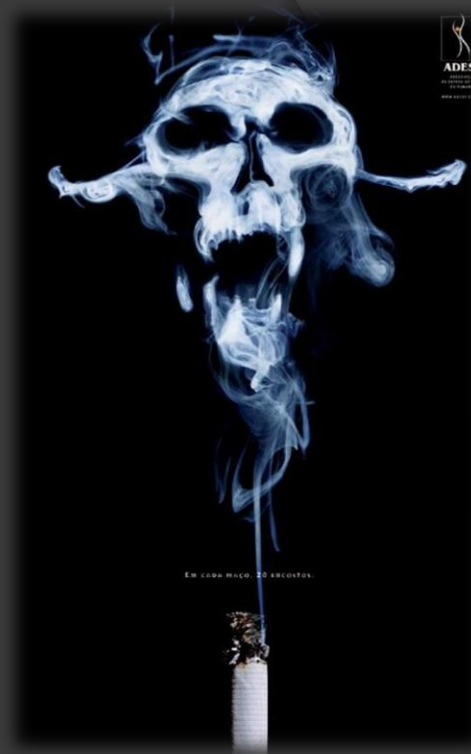
Табачный дым состоит:

А. Из 60% различных газов:

- ☐ Соединения азота (59%), из них - оксиды азота,
- ☐ кислорода (13,4%),
- ☐ оксид углерода (IV) (13,6%),
- ☐ оксид углерода (II) (около 4%),
- ☐ водяной пар (1,2%),
- ☐ цианистый водород (0,1%),
- ☐ акролеин и другие вещества.

Б. Аэрозольные фракции - 40% , которые включают

- ☐ воду (0,4%),
- ☐ глицерин и спирты (0,1%),
- ☐ альдегиды и кетоны (0,1%),
- ☐ углеводороды (0,1%),
- ☐ фенолы (0,003%),
- ☐ никотин (0,02%) и др.



УГАРНЫЙ ГАЗ: $- 8,8 + 27,2 = 18,4 \text{ мг}$

НИКОТИН: $1,56 - (- 1,44) = 3 \text{ мг}$

МЫШЬЯК: $- 2,5 \cdot (- 0,32) = 0,8 \text{ мг}$

АЦЕТОН: $- 5,1 : (- 17) = 0,3 \text{ мг}$

АММИАК: $- 4,5 \cdot (- 3,6) = 16,2 \text{ мг}$

**СИНИЛЬНАЯ
КИСЛОТА:** $- (0,195) : 6,5 = 0,03 \text{ мг}$

**ОКИСЬ
УГЛЕРОДА:** $- 12,6 + 35,6 = 23 \text{ мг}$



Смертельная доза никотина 1 мг на 1 кг массы тела. От одной сигареты в организм поступает 3 мг никотина

Чем «заражают» сигареты

Курение может «наградить» раком легких через 20 лет, а гипертонией — уже через полгода

ТАБАЧНЫЕ N-НИТРОЗАМИНЫ

(канцерогены)

Злокачественные опухоли легких, пищевода, поджелудочной железы, ротовой полости.

АКРОЛЕИН

Поражение нервной системы, провоцирует астму, повышает риск развития онкозаболеваний, цистита.

БЕНЗАПИРЕН

Раковые опухоли.

АЦЕТАЛЬДЕГИД

Дефекты плода, злокачественная опухоль слизистой оболочки носа, рак гортани, органов дыхания.

БЕНЗОЛ

Развиваются инфекции, возникают проблемы со сворачиваемостью крови, анемия, угнетение костного мозга, нарушение роста клеток крови, мутации клеток.

УГАРНЫЙ ГАЗ

Уменьшает способность крови переносить кислород, сказывается на работе мозга и мышц (включая сердечную), сердечные приступы.

1,3-БУТАДИЕН

Увеличение новообразований.

ФОРМАЛЬДЕГИД

Раздражение глаз, носа и кожи, тошнота, головная боль и головокружение, головная боль, сильное сердцебиение, аллергия, астма, поражение почек.

Сроки возникновения

Возможные заболевания у курильщиков:

от 6 месяцев
до 5 лет

Сердечно-сосудистые заболевания, гипертония, дистония и др.

до 15
лет

Заболевания желудочно-кишечного тракта

до 20
лет

Проблемы с почками, угнетение костного мозга, анемия, проблемы со сворачиваемостью крови и др.

20—30
лет

РАК

Стоит задуматься...



1. Курение – основной фактор риска заболеваний органов дыхания, сердечно – сосудистых заболеваний.
2. Курение табака – фактор риска заболеваний нервных, эндокринных, нефрологических заболеваний.
3. Курение – фактор риска онкологических заболеваний .
4. Курение табака в период беременности приводит к недоразвитию плода, паталогий плода и ранним выкидышам.

Действие табакокурения на дыхательную систему

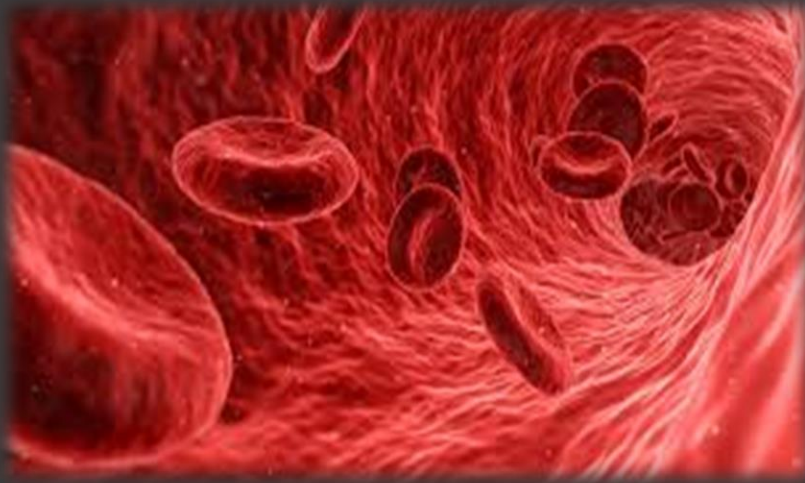
Под влиянием окиси азота, цианидов, твердых и жидких веществ табачного дыма, аммиака, металлов (76) и др. веществ появляются:

- воспалительные процессы в носоглотке, гортани;
- развивается *гипоксия*
- *кашель, одышка, слабость;*
- *аллергические заболевания;*
- курильщики чаще страдают *простудными заболеваниями.*
- В связи с гибелью дыхательного эпителия развивается *хронический бронхит,*
- развивается *рака легких.*



Действие табакокурения на кровь

Красные кровяные пластинки — эритроциты — соединяются с угарным газом (СО) и оксидами азота



1. Соединение гемоглобина эритроцитов с СО приводит к образования в крови в 300 раз более стойкого соединения - **карбоксигемоглобина, что приводит к развитию гипоксии.**
2. При отравлении оксидами азота в крови образуются нитраты и нитриты, приводящие к образованию **метгемоглобина. Эти 2 соединения дают развитие малокровия**
 - проявляется бледностью кожных покровов и видимых слизистых оболочек; утомляемостью и сонливостью;
 - одышкой, особенно при физической нагрузке;
 - головокружениями и обмороками; учащением пульса (тахикардией),
 - сердцебиениями.

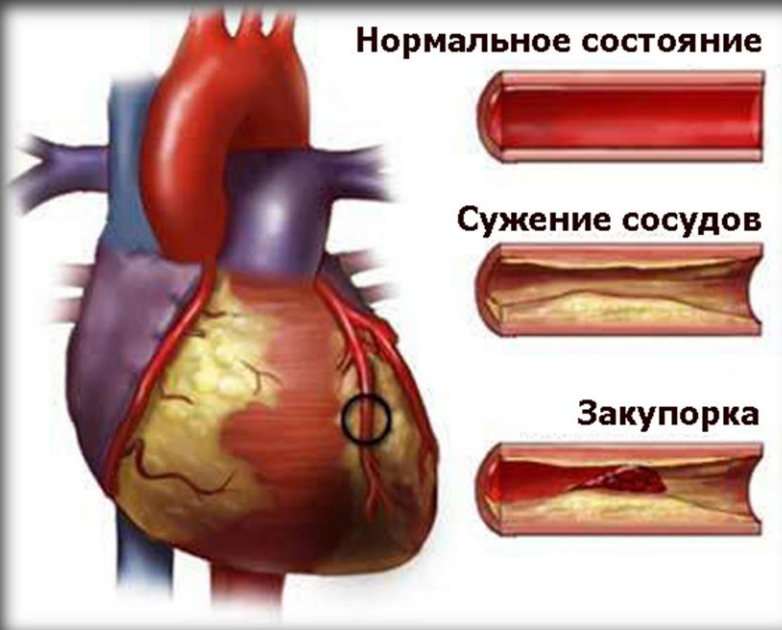
Действие табакокурения на нервную систему

Под влиянием акролеина, никотина и других веществ возникает резкий спазм сосудов, в результате чего наступают различные мозговые расстройства, которые проявляются в неврозоподобном состоянии.

- Постоянная головная боль, усиливающаяся при умственной работе.
- Быстрая утомляемость и пониженная работоспособность.
- Ослабление памяти и понижение концентрации внимания.
- Расстройстве сна и потеря аппетита.
- Нарушение половой деятельности.



Действие табакокурения на сердечно - сосудистую систему



Гипоксия приводит к развитию

- более стенокардического характера,*
- признаков атеросклероза коронарных артерий,*
- возникновению инфаркта миокарда.*
- Нагрузки на сердце приводит к его увеличению – гипертрофии.*
- Развивающийся атеросклероз приводит к возникновению эндоартериита сосудов нижней конечности с развитием некроза (гангрены), ампутации конечности и инвалидности.*



Влияние табакокурения на ЖКТ



Никотин, аммиак, кислоты, смола и другие вещества, содержащиеся в табачном дыме, раздражают слизистые полости рта, слюнные железы

Желтеют и портятся зубы. При действии плюс к этому высоких температур рано портится эмаль, разрушаются и кровоточат десны, развивается кариес.

Табачные яды раздражают слизистую пищевода, что способствует *развитию раковых опухолей*.

В желудке проглоченная никотиновая слюна приводит к образованию *эрозивного гастрита, язвы и рака*.

Из-за неостребованности желчи повышается её концентрация в желчном пузыре, что приводит к *образованию в нем камней*.

Хроническое отравление табаком заставляет работать печень постоянно, это приводит к функциональным нарушениям и *возникновению цирроза печени*.

Процесс "самопереваривания" поджелудочной железы приводит к возникновению *панкреатита*.

Влияние табакокурения на обмен веществ

У курящих людей

нарушаются обменные процессы в организме, особенно усвоение витаминов А, В1, В6, В12. Витамин С разрушается полностью в организме при действии табачных ядов.

Это является причиной того, что останавливается общее развитие, замедляется рост подростка.

Снижение веса может наблюдаться некоторое время, а затем человек начинает быстро набирать прежний вес.

Это объясняется развитием нарушения холестеринового обмена в организме, который приводит не только к последующему ожирению, но и развитию атеросклероза артерий.



Влияние табакокурения на рост молодого организма

1. Не усвоение витамина С влияет на рост организма.
2. Снижение выработки соматотропного гормона гипофизом, что приводит к замедлению роста курильщика.
3. Влияние на щитовидную и паращитовидную железы, регулирующих обмен кальция, приводит к уменьшению не только роста, но и *объёма груди у курящих подростков*.
4. Уменьшается рост скелетной мышечной ткани, в ней быстро развивается усталость за счет
 - ❖ снижает уровень тестостерона – мужского полового гормона (надпочечники, семенники);
 - ❖ влияния на дыхательную систему, развития гипоксии.



Влияние табакокурения на органы чувств

1. Происходит *патология зрительной коры:*

- ☐ Изменение зрительного восприятия.
- ☐ *Быстрая утомляемость при чтении.*
- ☐ Мелькание и двоение в глазах.
- ☐ Снижение остроты зрения за счет хронического воспаления зрительного нерва.
- ☐ Снижение цветовосприятия.

2. Развитие глаукомы – постоянного и периодического повышения внутриглазного давления с последующим снижением зрения и атрофией зрительного нерва.

3. Патология слуховой коры:

- ☐ Ухудшение слуха.
- ☐ Невозможность различать низкие тона.



Влияние табакокурения на железы внутренней секреции

1. Изменение деятельности щитовидной железы приводит к:

- ✓ Учащается пульс,.
- ✓ Повышается температура тела,.
- ✓ Возникает жажда.
- ✓ Появляется раздражительность.
- ✓ Нарушается сон.

2. При возбуждении гипофиза и надпочечников повышается выделение в кровь *адреналина*.

- ✓ Нарушение функции сердечно - сосудистой системы,
- ✓ Нарушение функции пищеварительной системы;
- ✓ Нарушение функции нервной системы.

3. Влияние на поджелудочную железу

- ✓ Возникновение сахарного диабета.

4. Влияние на железы внутренней секреции на кожу

- ✓ Возникают поражения – угри, себорея,

Влияние табакокурения на репродуктивную систему

Табак разрушает генетический код молодого человека (юноши или девушки).

- ☐ Потомство курящего будет гораздо слабее и болезненнее.
- ☐ Возможно рождение малыша с врожденными аномалиями.

2. Курение способствует развитию импотенции у мужчин.

3. Половые клетки мужчин обновляются каждые 3-4 месяца, а женские — половые клетки живут от 1 до 4 лет.

- ☐ Может возникнуть бесплодие.
- ☐ Развитие апоптоза — гибели яйцеклеток.
- ☐ Развитие вторичной аменореи (отсутствия менструации) и нерегулярность менструального цикла.

4. Возникновение рака молочной железы.



Влияние пассивного курения на некурящих людей

Сразу при пассивном курении возникает:

- раздражение глаз (конъюнктивиты),
- раздражение носоглотки (кашель, сухость в горле и чиханье),
- раздражение бронхолегочной системы (обострение предшествующих легочных поражений),
- ухудшение сердечнососудистых заболеваний,
- подверженность аллергии к табачному дыму.

Некурящие, как более чувствительные к раздражению табачным дымом, могут ощущать:

- головную боль,
- подташнивание,
- головокружение.



Не курите
при
некурящих!



КУРЕНИЕ СОКРАЩАЕТ ЖИЗНЬ

- Выкуривая в день 1-9 сигарет, мы сокращаем свою жизнь на 4,6 года по сравнению с некурящими людьми
- При выкуривании 10-19 сигарет, жизнь сокращается на 5,5 лет
- При выкуривании 20-39 сигарет на 6,2 года.



Запомни!

1. Каждая выкуренная сигарета стоит человеку 15 минут жизни!
2. «Пассивные» курильщики тоже получают свою дозу никотина (Не губите невинных!)

Что нужно, что бы бросить курить.

1. Захотеть
2. Изменить окружение, попасть в некурящий коллектив
3. Усложнить добычу сигарет, не покупать их и не стрелять у других
4. Измениться:
 - ✓ Развить волю. Понять, что от чего-то в жизни нужно отказаться потому, что это ведет к разрушению.
 - ✓ Курить не каждый день





ЛЕГКИЙ СПОСОБ БРОСИТЬ КУРИТЬ

Что происходит в организме бросившего курить



Брось курить сегодня!

ставлю
точку



Спасибо за внимание!



**Хочешь заживо
сгореть в пожаре
или сгинуть заживо
- кури!**



Плохие привычки?



**ты можешь! их
СЛОМАТЬ!**

Береги свое здоровье!