

ГАУЗ «ЗАИГРАЕСКАЯ ЦЕНТРАЛЬНАЯ РАЙОННАЯ БОЛЬНИЦА» МЗ РБ

# **ПОСЛЕДСТВИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ НИКОТИНА**

пгт. Заиграево,  
2023 год

# СОСТАВ СИГАРЕТЫ

”  
Курильщик  
курит из-за  
никотина, а  
умирает от  
СМОЛЫ

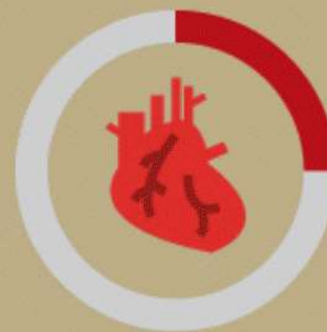
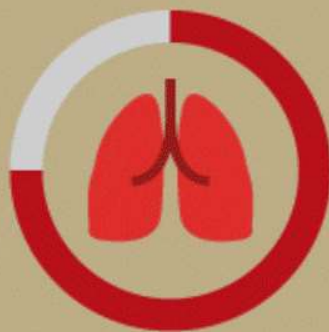
Майкл Рассел,  
психиатр, активный борец  
с табаком



# СТАТИСТИКА СМЕРТНОСТИ



## Обусловлены курением



# ВРЕД КУРЕНИЯ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ

- Из-за постоянного раздражения глаз табачным дымом, постепенно снижается острота зрения. В результате пагубного воздействия никотина на сетчатку глаза происходит снижение чувствительности к свету, повышается внутриглазное давление. Со временем развивается глаукома;
- Ухудшается память. Экспериментально доказано, что курение (особенно в подростковом возрасте, когда память ещё формируется) значительно снижает объём памяти и скорость заучивания информации;
- Замедляется рост;
- Снижается мышечная сила, выносливость, замедляется реакция и координация движения;
- Истощаются нервные клетки;
- Нарушается работа эндокринной системы (угнетается работа щитовидной железы),
- возникают различные поражения кожи: себорея, угри;
- Происходит изнашивание сердечной мышцы, что в будущем проявляется в виде различных проблем с сердцем: ишемической болезни, стенокардии, инфаркта;
- Курение сильно снижает работоспособность у подростков, они становятся вялыми и раздражительными.

# ВЕЙПИНГ

Ароматизаторы в электронных сигаретах при нагревании превращаются в формальдегид.



По содержанию альдегидов — канцерогенных веществ — электронные сигареты сравнимы с обычными сигаретами.

Чем выше в вейпе концентрация ароматических добавок, чем он «вкуснее», тем больше ядов попадает в твой организм при курении.

**1** Как и сигареты, вызывают рак.

Кроме никотина, в них содержатся пропиленгликоль, глицерин, ароматизаторы, формальдегид и другие опасные вещества.

**2** Взрываются.

И делают это очень сильно. Например, во Флориде мужчине оторвало язык 😞

**3** Вызывают аллергию.

Никотин в вейпах химический, он еще опаснее, чем природный. Даже пестициды на основе никотин-сульфата были запрещены из-за высокой токсичности.

**4** Вредят на клеточном уровне.

Ученые установили: чем дольше в ароматизированный пар от вейпов находится в легких, тем сильнее вредит им.

**5** Выпускаются почти бесконтрольно.

Это значит, что у производителей нет ограничений на то, что добавить в состав жидкости. Не получится проверить и дозировку никотина и других опасных веществ.

**6** Наносят двойной вред действующим курильщикам.

Часто на вейпы переходят, чтобы отказаться от сигарет. Но исследование показало, даже через год после перехода на вейпы курильщики возвращаются к сигаретам.

**7** Создают угрозу пассивного курения.

Насколько велики риски заболевания, пока неизвестно, но по данным ВОЗ, негативное влияние на организм есть.

**8** Вейпы — это просто способ заработать.

Они не помогают бросить курить. Производители только создают такое впечатление и «подсаживают» людей на электронки.

# КУДА ОБРАЩАТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ?

<https://www.takzdorovo.ru/>



- врач-педиатр/врач-терапевт– проводит анкетирование, определяет группу риска.

Низкая группа риска – подписываемся на телеграмм канал – БРОСАЮЩИЕ – при любой группе риска!

Средняя группа риска – отделение мед.профилактики фельдшер – Егорова Ф.К., клинический психолог Александрова М.М. 18 кабинет поликлиники Заиграевской ЦРБ по записи через колл-центр

Высокая группа риска - Врач психиатр-нарколог Дармаева Э.Б. 16 кабинет поликлиники ЗЦРБ живая очередь пн-ср-пт

**СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ**