

Зубы желтые, голос хриплый, даже косметика не может скрыть землистый оттенок кожи...

Разговаривает и время от времени отхаркивает мокроту...

Так почти всегда выглядит девушка через 10 лет после начала курения.

Избежать последствий, которые приносит курение, легче всего одним способом - НИКОГДА НЕ КУРИТЬ.



СОЦИОГИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ

Подросткам задавали вопрос:

«Почему вы курите?».

60% девушек ответили: это красиво и модно, а 40% - потому, что хотят нравиться мальчикам.

Были опрошены и юноши.

Им предложили три вопроса и, соответственно, три варианта ответов.

Вопрос первый: «В твоей компании девушки курят.

Как ты к этому относишься?»

4% положительно, 54% безразлично, 42% отрицательно.

Вопрос второй: «Девушка, с которой ты дружишь, курит.

Как ты к этому относишься?»

1% положительно, 15% безразлично, 84% отрицательно.

Вопрос третий: «Хотел бы ты, чтобы твоя жена курила?»

99,2% - буря протестов!

0,8% ответили, что им все равно.

Милые девушки!

У Вас впереди целая жизнь..

Курение

или

здоровье и счастье материнства?

Пора делать выбор

и отвечать за него!



Брестская городская
Детская поликлиника №2

Автор: А.С. Калитюк.

Министерство здравоохранения Республики Беларусь
филиал Брестская городская детская поликлиника № 2
УЗ «Брестская центральная поликлиника».

224023, г. Брест, улица Советской Конституции, 8.
Телефон: 8 (0162) 42-45-51, факс: 8 (0162) 42-04-17.

[Http: zdorovie-rebionka.brest.by](http://zdorovie-rebionka.brest.by), e-mail: zdorovie@brest.by.

2012г. Тираж 100 экз.



Зачем Вы, девушки,
КУРИТЕ?

Курение или счастье материнства?

Курение - одна из наиболее распространенных привычек, наносящих значительный вред женскому здоровью.

Когда человек курит, табак медленно сгорает и образуется дым. Дым состоит из множества вредных веществ, среди которых большое количество ядовитых, 43 вызывают рак.

Из составляющих табачного дыма наиболее известен никотин. По своей ядовитости он равен синильной кислоте.

Никотин всегда вызывает зависимость (привыкание) к сигаретам.

Зависимость – подчиненность другим при отсутствии самостоятельности, свободы.

С.И.Ожегов, Н.Ю.Шведова,
толковый словарь русского языка.

ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ НИКОТИНОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ

• Первые пробы курения не приносят приятных ощущений. Отмечаются признаки отравления никотином легкой степени (першит в горле, учащенно бьется сердце, во рту появляется неприятный вкус).

• При развитии психической зависимости токсическое действие никотина постепенно ослабевает, и на первый план выходит приятное возбуждающее действие табака.

При ежедневном курении уже через 2 месяца может сформироваться психическая зависимость от никотина.

• Развитие физической зависимости: человек начинает осознавать, что курение приносит ему не только удовольствие, но и неудобства; без курения появляется состояние абстиненции – раздражительность, нервозность, угнетенность, слабость, нарушение сна, боли в сердце и т.д.

На этом этапе развиваются осложнения курения.

ОСЛОЖНЕНИЯ КУРЕНИЯ

«Сотни твоих курящих ровесниц я встречаю на улицах. Сотни людей я прооперировал по поводу рака лёгких. И сотням — я не оговорился — сотням вынужден был отказать, поскольку ничего уже нельзя было сделать... Нет для хирурга ничего более тяжёлого, нежели отказ больному в помощи ввиду собственного бессилия. А мне не раз приходилось признавать своё бессилие, когда речь шла о спасении поражённых лёгких и жизни многолетних курильщиков...»

Академик РАМН, врач-хирург Ф. Г. Углов, 2004г.

У курящих девушек возникает склонность к частым заболеваниям дыхательных путей, нарушается работа сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта.



Многочисленные исследования позволяют связать курение со многими формами злокачественных новообразований (опухолей).

От токсических веществ, содержащихся в табачном дыме, страдают почти все слабые детородной функции.

Женские яйцеклетки – своего рода долгожители, их жизнь исчисляется годами (12 – 55 лет). В течение всей жизни женщины они накапливают много токсических веществ, в том числе при курении. Женские половые клетки, отравленные токсинами, теряют способность к оплодотворению. Поэтому у курящих женщин часто возникают проблемы с зачатием ребенка.

Курение у молодых женщин медики сопоставляют с удалением одного яичника.

Во время беременности токсичность табачного дыма многократно возрастает. Никотин очень легко проникает через плаценту, его концентрация в организме плода нередко даже выше, чем в крови матери. При курении в дыхательные пути женщины поступает масса других опасных веществ (угарный газ, бензпирен, радиоактивные изотопы и др.). Ещё часть ядовитых продуктов образуется в организме матери во время распада табачных составляющих. Это может привести к преждевременным родам.

После каждой выкуренной сигареты плод в течение нескольких минут испытывает кислородное голодание. А если женщина курит регулярно, её ребёнок почти постоянно испытывает недостаток кислорода, и из-за этого обязательно возникает задержка его внутриутробного развития.

Замечено, что малыши, рождённые курящими мамами, почти всегда имеют проблемы с центральной нервной системой, отличаются слабым здоровьем, отстают в физическом и умственном развитии, чаще и тяжелее болеют инфекциями дыхательных путей, именно они часто пополняют ряды аллергиков и астматиков.

У курящей мамы малыш получает дозу никотина с грудным молоком и через дыхательные пути. Даже если мамочка не кормит грудью и не курит в комнате, где находится ребёнок, она всё равно выделяет никотин при дыхании; кроме того, вредные вещества оседают в складках её одежды и на волосах.

