

УТВЕРЖДАЮ
Врио главного врача Гайского филиала
ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии
в Оренбургской области»
_____ А.А. Ляпин
«___» _____ 2020 г.

Памятка о вреде табачной продукции



Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Оренбургской области в Гайском, Кувандыкском городских округах, городе Медногорске, Саракташском, Беляевском районах»

Молодежная ул., д. 4В, г. Гай, 462631

Тел./факс (8-35362) 4-23-57

E-mail: gai_fguz@mail.ru <http://www.orenfbuz.ru>

Никотин – основной алкалоид листьев табака, его содержание в сигаретах составляет примерно 95% от всех алкалоидов, содержащихся в этом растении, которых насчитывается более десятка. Он является основным индуктором табачной зависимости.

Табачные изделия отличаются по содержанию никотина. В трубочном табаке его примерно столько же, как в обычных сигаретах, а в сигарах и жевательном табаке никотина содержится меньше. В табачном дыме выявлено более 4000 химических веществ, из них, около 250 опасны для здоровья и более 50 могут стать причиной рака

Курение табака через трубки, кальяны не снижает риск развития заболеваний, ассоциированных с табакокурением. При курении кальяна увеличивается частота сердечных сокращений и артериальное давление, может снижаться барорефлекторная чувствительность, вариабельность ритма и толерантность к физической нагрузке. К долгосрочным негативным последствиям курения кальяна относится ишемическая болезнь сердца.

Электронные сигареты (ЭС) – один из наиболее распространенных типов электронных систем доставки никотина. ЭС – это устройство для испарения жидкости, содержащей никотин, который попадает в легкие пользователю. В химической смеси кроме никотина обычно содержится пропиленгликоль и другие химикаты. Каждое устройство содержит электронную систему испарения, батареи, электронные системы управления и картриджи с жидкостью, которые испаряются. Последние исследования убедительно доказывают, что вдыхаемая аэрозоль содержит очень мелкие частицы, проникающие в альвеолы и кровеносную систему, что может вызвать развитие патологических процессов.

Использование бездымного (некурительного) табака также является небезопасным для здоровья. Более 25 соединений в бездымном табаке могут провоцировать рак. Наиболее вредными соединениями являются табачные нитрозамины, уровень которых напрямую связан с риском развития рака. Никотин, содержащийся в жевательном табаке, также вызывает зависимость. Опасность представляют формальдегид, бензопирены, свинец. Вред бездымного (некурительного) табака связан не с раком легких и хронической обструктивной болезнью легких, как при курении, а с поражением слизистой желудочно-кишечного тракта и ротовой области, где длительное время находится табак.

Курение табака в большинстве стран считается одной из ведущих причин предотвратимой смертности. Вред табакокурения обусловлен в первую очередь вдыханием дыма, никотин в большей степени ответственен за привыкание, за развитие зависимости от табака. В результате курения и потребления табака возникают заболевания практически всех органов и систем человека. Сложные воспалительные процессы и изменения в иммунной системе имеют решающее значение в патогенезе заболеваний, связанных с курением, таких как хроническая обструктивная болезнь легких, эмфизема легких, рак легких и атеросклероз. Чаще всего при курении развиваются болезни сердца и сосудов, дыхательной, пищеварительной, эндокринной систем, остеопороз и т.д. Сигаретный дым может быть причиной атеросклероза, тромбоза, повышения резистентности к инсулину и развития метаболического синдрома .

Познакомьте с данной информацией знакомых, друзей и родственников-курильщиков. Возможно, она поможет узнать вашему близкому человеку о настоящем вреде курения и отказаться от пагубной привычки.