ПАССИВНОЕ КУРЕНИЕ



Всем известно, что курение вредит здоровью. Но далеко не все осознают тот факт, что пассивное курение также приносит огромный вред.

Пассивный курильщик, находящийся в помещении с активными курильщиками в течение одного часа, получает порцию табачного дыма, которая равносильна выкуриванию половины сигареты.

35-40% табака в сигаретах с фильтрами сгорает во время затяжек курящего, а остальная часть (60-65%) – во время тления между затяжками. Именно эти проценты активный курильщик и делит с присутствующими.

Пассивное курение формирует ту же патологию, что и активное, таким образом, пассивные курильщики имеют риск заболеть болезнями органов дыхания, сердечно-сосудистой и нервной систем, раком легких.

Ежедневное нахождение в течение длительного времени в помещении, заполненном табачным дымом, увеличивает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний на 30%.

По статистике ежегодно от 37 до 40 тысяч человек в мире умирают от сердечно-сосудистых заболеваний, вызванных "пассивным" курением.

Повышение уровня оксида углерода при пассивном курении способствует развитию стенокардического приступа у больных с поражением коронарных сосудов.

Высокий уровень СО ведет к более быстрому развитию одышки у больных с хроническим гипоксическим поражением легких.

Как активное, так и пассивное курение ускоряет процесс развития атеросклероза. Причем у "пассивных" курильщиков атеросклероз прогрессирует в 1,2 раза быстрее, чем у некурящих, а у активных курильщиков - в 1,5 раза быстрее.

Пассивное курение оказывает отрицательное воздействие на функцию легких и приводит к уменьшению жизненной емкости легких.

Состояние возбуждения и раздражительность у курящих пассивно в значительной степени связаны с неприятием табачного дыма. Особенно чувствительны к нарастающему загрязнению помещения токсическими продуктами табачного дыма слизистая оболочка носа и глаз.

Происходят изменения психомоторных функций, в частности, внимания и способности к усвоению знаний. Нарушения нервной системы способствуют нарушению сна и увеличению психоэмоционального напряжения.

Если мы позволяем кому-то курить в нашем присутствии, то мы превращаемся в пассивных курильщиков со всеми вытекающими последствиями вдыхания табачного дыма.

Если мы хотим защитить себя и не превратиться

ни в активных, ни в пассивных курильщиков,

то нам придется научиться осознавать свои права на чистый воздух и научиться их защищать.

УЗ «Дятловская ЦРБ» врач педиатр Родькина И.С.