**Курение убивает человека.**

Табачный дым состоит из фракции газа и смолы. В его состав входит около 4 тыс. различных компонентов. В газовой фракции содержатся уретан, бензол, винилхлорид, формальдегид и др. В смоле присутствуют ароматические амины, ПАУ, полоний-210, нитрозамины и др.

Курение имеет непосредственное отношение не только к раку легкого, но и к раку слизистой рта, гортаноглотки, пищевода, мочевого пузыря, лоханки почки, поджелудочной железы, шейки матки.

Человек, выкуривающий ежедневно 2 пачки, может заболеть раком легкого в 15 раз чаще, чем некурящий. Значительно возрастает риск при курении сигарет, которые не содержат фильтра, из дешевого табака.

Курение является этиологическим фактором развития острого бронхита, бронхиальной астмы, ХОБЛ, которые проявляются кашлем и продукцией мокроты.

Курение играет активную роль в развитии гастрита, язвенной и гастроэзофагеальной рефлюксной болезни ( появлению изжоги), так как никотин способствует повышению кислотности желудочного сока и одновременно подавляет действие защитных факторов .

Хроническая интоксикация никотином вызывает артериальную гипертензию, атеросклероз, ишемическую болезнь сердца. Между курением и развитием острого лейкоза существует прямая зависимость. Примерно в 20% случаев острый миелолейкоз вызван курением.

Всем известно влияние никотина при «хроническом» курении. Однако, мало кто знает, что возможно и острое отравление никотином.

Ученые подсчитали смертельную дозу никотина: 1 миллиграмм на килограмм массы тела человека. Это означает, если одномоментно выкурить пачку сигарет, человек может погибнуть от острого отравления.

  Никотин оказывает психотропное нейротоксическое действие, возбуждает  ЦНС, что проявляется головной болью, головокружением, тошнотой, рвотой, поносом, холодным потом, шумом в ушах; нерегулярным пульсом; сужением зрачков, нарушением зрения и слуха, судорогами; комой, коллапсом. Некурящие более подвержены к действию никотина, чем длительно курящие.

Не только активное, но и пассивное курение убивает, вероятность развития рака легкого возрастает у жён курильщиков.

 6 миллионов человек в мире умирают от курения, треть смертей из-за рака, остальная часть от сердечно-легочных осложнений. Смертность от рака легкого превосходит смертность от рака молочной железы. С прекращением курения риск уменьшается только  через 12 лет.

Вред курения сказывается и на поведении человека в обществе, его отношению к действительности. С началом никотинового синдрома человек становится раздражительным, вспыльчивым, рассеянным, внимание его ослаблено, память нарушена. Для таких людей характерны бессонница, причудливые сны, лабильность настроения, дереализация, нарушение личностного функционирования. Эти проявления связаны с таким нейротропным ядом, как алкалоид никотина.

Вред курения заключается не только в негативном влиянии на организм курящего, в частности курящей матери, но и на ребенка, находящегося в утробе матери. Под действием никотина происходит сужения сосудов матки, вследствие чего происходит снижение поступления кислорода к организму ребенка. Курение убивает ребенка, являясь патологическим фактором вызывающим невынашивание беременности, преждевременную родовую деятельность, выкидыш, врожденные пороки развития, внезапную смерть плода.

Врач - психиатр нарколог Овчинникова М.Н.[1](https://share.yandex.net/go.xml?service=vkontakte&url=http%3A%2F%2Fwww.my-habits.ru%2Fsmoking-kills-man.html&title=%D0%9A%D1%83%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5%20%D1%83%D0%B1%D0%B8%D0%B2%D0%B0%D0%B5%D1%82%20%D1%87%D0%B5%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D0%BA%D0%B0%2C%20%D0%BF%D0%BE%D1%87%D0%B5%D0%BC%D1%83%20%D0%BA%D1%83%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5%20%D1%83%D0%B1%D0%B8%D0%B2%D0%B0%D0%B5%D1%82%20%D0%BB%D1%8E%D0%B4%D0%B5%D0%B9%2C%20%D0%B2%D1%80%D0%B5%D0%B4%20%D0%BA%D1%83%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F%2C%20%D1%81%D0%BC%D0%B5%D1%80%D1%82%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C%20%D0%BE%D1%82%20%D0%BA%D1%83%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F)[0](https://share.yandex.net/go.xml?service=odnoklassniki&url=http%3A%2F%2Fwww.my-habits.ru%2Fsmoking-kills-man.html&title=%D0%9A%D1%83%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5%20%D1%83%D0%B1%D0%B8%D0%B2%D0%B0%D0%B5%D1%82%20%D1%87%D0%B5%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D0%BA%D0%B0%2C%20%D0%BF%D0%BE%D1%87%D0%B5%D0%BC%D1%83%20%D0%BA%D1%83%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5%20%D1%83%D0%B1%D0%B8%D0%B2%D0%B0%D0%B5%D1%82%20%D0%BB%D1%8E%D0%B4%D0%B5%D0%B9%2C%20%D0%B2%D1%80%D0%B5%D0%B4%20%D0%BA%D1%83%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F%2C%20%D1%81%D0%BC%D0%B5%D1%80%D1%82%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C%20%D0%BE%D1%82%20%D0%BA%D1%83%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F)[0](https://share.yandex.net/go.xml?service=moimir&url=http%3A%2F%2Fwww.my-habits.ru%2Fsmoking-kills-man.html&title=%D0%9A%D1%83%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5%20%D1%83%D0%B1%D0%B8%D0%B2%D0%B0%D0%B5%D1%82%20%D1%87%D0%B5%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D0%BA%D0%B0%2C%20%D0%BF%D0%BE%D1%87%D0%B5%D0%BC%D1%83%20%D0%BA%D1%83%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5%20%D1%83%D0%B1%D0%B8%D0%B2%D0%B0%D0%B5%D1%82%20%D0%BB%D1%8E%D0%B4%D0%B5%D0%B9%2C%20%D0%B2%D1%80%D0%B5%D0%B4%20%D0%BA%D1%83%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F%2C%20%D1%81%D0%BC%D0%B5%D1%80%D1%82%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C%20%D0%BE%D1%82%20%D0%BA%D1%83%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F)