Влияние пассивного курения на организм

Пассивное курение – вдыхание окружающего воздуха с содержащимися в нём продуктами горения табака.

При этом надо обязательно учитывать тех, кто живет или трудиться рядом с курильщиками и поневоле вдыхает табачный дым, и утверждение о всепланетарности проблемы отнюдь не преувеличение. 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. В результате проведенных исследований было установлено, что 35–40 процентов сигаретного табака в сигаретах с фильтрами сгорает во время затяжек курящего, а остальная часть (60–65 процентов) – во время тления между затяжками. Именно эти проценты активный курильщик и делит с присутствующими.

При пассивном курении происходит такое же отравление организма, как и при обычном курении — никотином, окисью углерода и другими вредными веществами. Пассивное курение наносит вред здоровью человека значительно больше, чем считают некоторые. Уже давно доказано, что нахождение человека в помещении загрязненном табачным дымом на протяжении 8 часов, равносильно 5 выкуренным сигаретам.  
Вред от пассивного курения может отражаться на организме немедленно, или спустя какое-то время. Результаты пассивного курения, которые проявляются незамедлительно – раздражение дыхательной системы, носоглотки, а также глаз. Некурящие гораздо чувствительнее к дыму табака, у них может появиться головокружение, тошнота, мигрень, а также может вызвать обострение сердечно-сосудистых заболеваний или послужить толчком для приступа бронхиальной астмы. Вредное влияние пассивного курения может проявиться спустя время, различными заболеваниями сердечно-сосудистой, дыхательной и пищеварительной системы, может привести к раку лёгкого.  
У детей, в семьях, в которых курят родители , наблюдается повышенное число простудных заболеваний, дети заметно отличаются слабым здоровьем и низким иммунитетом. Пассивное курение нарушает правильное развитие и формирование дыхательной системы у детей. Сигаретный дым негативно проявляется и на умственных способностях — никотин, попадая в организм, блокирует развитие творческого мышления у ребенка, что затем приводит к плохой успеваемости в школе. Дети, которые дышали табачным дымом по вине своих курящих родителей, будут иметь высокую предрасположенность к курению и отличаться хилым здоровьем.  
  
Главный врач Е.В.Шейбак

Валеолог Н.И.Юреня