

## «О вреде табакокурения»

**Табакокурение** — одна из самых распространенных **вредных привычек**, охвативших значительную часть населения, в том числе подростков и женщин. Во многих случаях эта привычка может перейти в пристрастие.



**Вредное** влияние курения на организм связано с содержащимися в **табачном дыме** никотина и других **вредных веществ** (*окись углерода, аммиак и др.*). Основной токсический фактор **табачного дыма** — **никотин**. Он непосредственно влияет на внутренние органы и нарушает их нервную регуляцию.

Вызывая сужение сосудов во многих органах, никотин при систематическом курении предрасполагает к гипертонической болезни, ишемической болезни сердца и облитерирующему энтериту. В связи с нарушением нервной регуляции желудочно-кишечного тракта возникает предрасположение к язве желудка и двенадцатиперстной кишки. Действие никотина на нервную **систему** проявляется головокружением, повышенной раздражительностью и утомляемостью. При систематическом курении отмечено угнетающее влияние никотина на половую функцию мужчин, что связывают с подавлением спинальных половых центров. Все авторы отмечают полное восстановление или значительное улучшение половых функций после прекращения курения.

**Подростки и женщины** еще более подвержены отравлению никотином. Давно отмечено **вредное влияние табака** на половую сферу женщины.

Оказывая действие на подбугровую область промежуточного мозга, никотин нарушает менструальный цикл и другие биологические процессы в женском организме. Расстройства менструального цикла могут проявляться его усилением или сокращением, болезненностью менструаций, а иногда преждевременным их прекращением. Систематическое курение приводит к раннему климаксу, пагубно влияет на красоту женщины, приводя к быстрому ее увяданию.

Особенно **вредно** курение беременным женщинам. Плацента является мощным биологическим барьером, препятствующим проникновению **вредных веществ к плоду**. Экспериментальные работы показали, что никотин очень легко попадает через плацентарный барьер в организм плода, а выводится гораздо медленнее, чем из организма матери. В связи с этим концентрация никотина в крови плода становится выше, чем у самой курящей женщины.

На территории нашего детского сада **КУРЕНИЕ ЗАПРЕЩЕНО!!!** С 15 ноября 2013 года вступил в силу Закон «О штрафах за курение» организации и граждане теперь могут быть оштрафованы за нарушение «антитабачного закона».