СКАЖИ КУРЕНИЮ «НЕТ»

ЗДОРОВАЯ РОССИЯ

96–99%
больных раком легких в мире — курильщики

35%
россиян ежедневно подвергаются воздействию пассивного курения

На зубах появляется желтый налет и разрушается эмаль. Неприятный запах изо рта

Ухудшается зрение, слух, обоняние, осязание и память

Легкие напоняются концерогенными смолами, уменьшается их объем, затрудняется дыхание

Кровеносные сосуды и сердце работают на пределе своих функциональных возможностей

Риск рождения ребенка с патологиями

Табачный дым вызывает воспаление верхних дыхательных путей, существенно повышает риск рака легких и инфицирования микобактериями туберкулеза

Снижаются тонус мышц, эластичность кожи и жизненная активность

СКАЖИ КУРЕНИЮ «НЕТ»

ЗДОРОВАЯ РОССИЯ

96–99% больных раком легких в мире — курильщики

35% россиян ежедневно подвергаются воздействию пассивного курения

На зубах появляется желтый налет и разрушается эмаль. Неприятный запах изо рта

Ухудшается зрение, слух, обоняние, осязание и память

Легкие напоняются концерогенными смолами, уменьшается их объем, затрудняется дыхание

Кровеносные сосуды и сердце работают на пределе своих функциональных возможностей

Риск рождения ребенка с патологиями

Табачный дым вызывает воспаление верхних дыхательных путей, существенно повышает риск рака легких и инфицирования микобактериями туберкулеза

Снижаются тонус мышц, эластичность кожи и жизненная активность

Профилактика табакокурения среди детей и подростков

Для успешной профилактики курения необходимо знать, почему подростки начинают курить и постараться устранить причины.

Специалисты считают, что риск приобщения к табакокурению у подростков определяется главным образом, следующими причинами:

Курение родителей

Ребенок невольно, с раннего детского возраста фиксирует эту привычку родителей. Она закладывается в его сознании как черта облика родителя. Он учится связывать эмоционально-психологическое состояние родителей после выкуренной сигареты. Регулярно наблюдая родителей с сигаретой, это будет бессознательно восприниматься как атрибут элегантности (если курит мама) или мужественности (если дымит папа).

Злоупотребление алкоголем в семье

Известно, что две эти вредные привычки тесно взаимосвязаны, и как правило в неблагополучных семьях родители, увлекающиеся злоупотреблением алкоголя активно курят.

Нельзя не упомянуть о пассивном курении . Пассивным курением называют вдыхание некурящим сигаретного дыма. Пассивными курильщиками являются те, кто находится в накуренном помещении.

К сожалению, взрослые не придают должного значения своему курению в присутствии детей, не задумываясь о том, что дети, находящиеся в накуренном помещении, фактически тоже курят. Исследования показали следующее:- дети курящих родителей чаще страдают бронхо-легочными заболеваниями; - курение родителей утяжеляет течение бронхиальной астмы у детей, а также увеличивает частоту синдрома внезапной смерти у новорожденных.

ГБУЗ РТ «РЦОЗМП»
Республиканский центр общественного здоровья и медицинской профилактики

Профилактика табакокурения среди детей и подростков

Для успешной профилактики курения необходимо знать, почему подростки начинают курить и постараться устранить причины.

Специалисты считают, что риск приобщения к табакокурению у подростков определяется главным образом, следующими причинами:

Курение родителей

Ребенок невольно, с раннего детского возраста фиксирует эту привычку родителей. Она закладывается в его сознании как черта облика родителя. Он учится связывать эмоционально-психологическое состояние родителей после выкуренной сигареты. Регулярно наблюдая родителей с сигаретой, это будет бессознательно восприниматься как атрибут элегантности (если курит мама) или мужественности (если дымит папа).

Злоупотребление алкоголем в семье

Известно, что две эти вредные привычки тесно взаимосвязаны, и как правило в неблагополучных семьях родители, увлекающиеся злоупотреблением алкоголя активно курят.

Нельзя не упомянуть о пассивном курении . Пассивным курением называют вдыхание некурящим сигаретного дыма. Пассивными курильщиками являются те, кто находится в накуренном помещении.

К сожалению, взрослые не придают должного значения своему курению в присутствии детей, не задумываясь о том, что дети, находящиеся в накуренном помещении, фактически тоже курят. Исследования показали следующее:- дети курящих родителей чаще страдают бронхо-легочными заболеваниями; - курение родителей утяжеляет течение бронхиальной астмы у детей, а также увеличивает частоту синдрома внезапной смерти у новорожденных.