

ТАБАКОКУРЕНИЕ И ПОДРОСТОК



Согласно последним исследованиям

- у многих подростков выявлена **физиологическая зависимость от табакокурения**
- при этом 1/3 курящих подростков имеют **среднюю и высокую зависимость**, а часть из них хотела бы **отказаться от этой привычки**

В то же время анализ исследований показывает

- что **спонтанно прекращает курить** лишь незначительное число курящих подростков
- примечательно, что **около половины учащихся хотели бы бросить курить**, и одна из причин этого — ухудшение здоровья
- у значительной части курящих подростков уже **имеется сформировавшаяся потребность в помощи для отказа от курения**

КОГДА ЗАКУРИВАЮТ ДЕТИ



КУРЕНИЕ



**Причинный фактор
развития**

- | | |
|--|----------------------------------|
| • Рак легкого | • Рак носа и носовых пазух |
| • Рак полости рта и глотки | • Рак желудка |
| • Рак гортани | • Рак печени |
| • Рак пищевода (плоскоклеточный, аденокарцинома) | • Рак шейки матки |
| • Рак поджелудочной железы | • Миелоидный лейкоз |
| • Рак мочевого пузыря | • Рак ободочной и прямой кишки |
| • Рак почки (переходно-клеточный, почечно-клеточный) | • Рак яичника |
| | • Рак мочеиспускательного канала |

Ежегодно около **300 тыс.** трудоспособных людей
не доживают около **5 лет** своей жизни
Экономические потери – **1,5 трлн. руб.**

**Отказ от
курения**



- Постепенное снижение риска развития рака
- Увеличение продолжительности жизни
- Снижение общей заболеваемости и смертности

**Каждые 8 секунд на планете наступает смерть
от болезней, ассоциированных с курением**

Около 100 млн. человек погибло в 20-м веке
от болезней, ассоциированных с курением

Каждый 10-й курильщик
заболевает раком легких

В среднем на 10-15 лет
курящие люди сокращают себе жизнь

Курение беременных способствует

- **увеличению риска** спонтанных абортов, преждевременных родов, смерти ребенка в перинатальном периоде, внезапной смерти новорожденных
- **росту** частоты недоношенности и рождения маловесных детей
- **нарушению** лактации у женщин

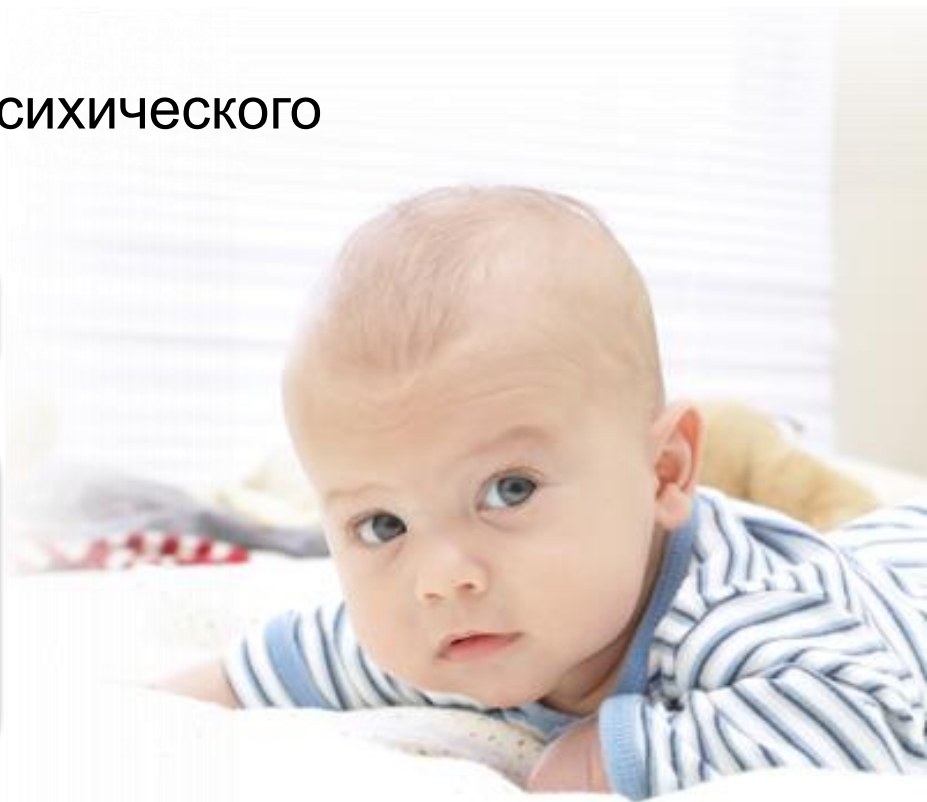


Курение беременных может повлечь

- **снижение** адаптационных возможностей и **рост** риска заболевания новорожденного
- **увеличение риска** рождения детей с пороком сердца, паховой грыжей, косоглазием, волчьей пастью, заячьей губой
- **ухудшение** физического и психического развития детей

Курение отца

Увеличивает риск рождения ребенка с пороками развития в 2 раза в связи с генетическими изменениями



ЕСЛИ ЖЕНЩИНА КУРИТ

она крадет у себя 14,5 лет жизни

если курение началось в школе-18 лет

выглядит старше своих лет

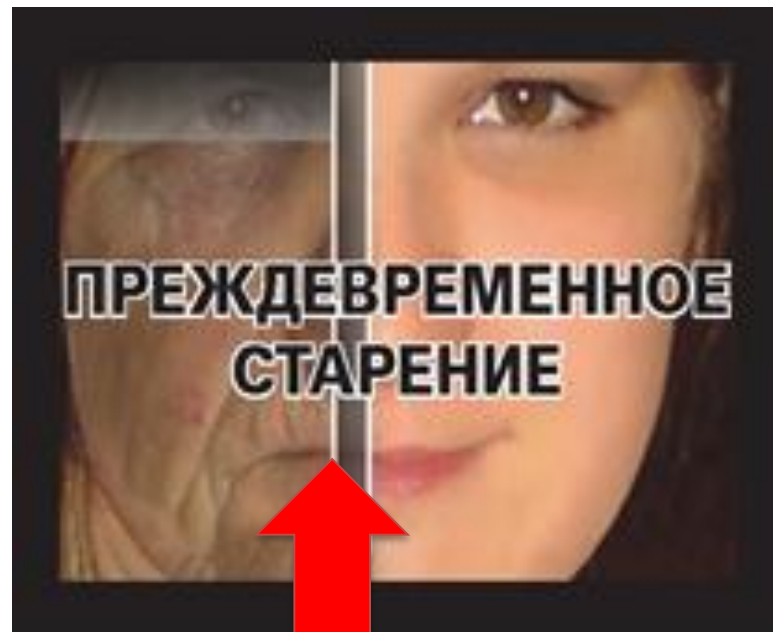
грубый, хриплый голос

желтая кожа

тусклые волосы

плохой запах изо рта

больные зубы



В «легких» и «мягких» сигаретах высокое содержание канцерогенов

Тест «Мальборо», «Кента», «Лаки
Страйк» и др. показал, что
содержание **нитрозаминов**
(самые сильные канцерогены
табака) было высоким

Самые высокие концентрации в
«Вирджинии слимс»

Нитрозамины вызывают
аденокарциному лёгкого и
пищевода, рак полости рта, гортани,
глотки, желудка, печени



КУРЕНИЕ И ПОДРОСТОК

- частые головные боли
- ухудшение концентрации
- снижение внимания
- ухудшение памяти
- нарушение сна

- раздражительность
- апатия
- равнодушие к окружающей действительности

- Ухудшение внешнего вида
- Задержка развития: физического и умственного
- Снижение способности к обучению
- Снижение успехов в спорте
- Отсутствие возможности учебы в престижных учебных заведениях за границей
- Отсутствие возможности получения престижной работы



РИСКИ ПАССИВНОГО КУРЕНИЯ

- В боковом потоке дыма содержится в **3,4 раза больше бенз(а)пирена**, чем в основном потоке.
- В побочной струе табачного дыма концентрации летучих нитрозаминов **в 50-100 раз выше**, чем в основной струе. Наиболее опасным из этих соединений является **диметилнитрозамин**, поражающий в основном печень и легкие.



РИСКИ ПАССИВНОГО КУРЕНИЯ

- *Риск развития рака легкого у детей зависит от курения их родителей, причем большее влияние при этом оказывает курение матери.*
- *После рождения ребенок, находящийся в атмосфере табачного дыма, расплачивается **нарушением функции органов дыхания и рядом других последствий**.*
- *если экспозиция в табачном дыму начинается в раннем детском возрасте, то вероятность заболевания в дальнейшем **раком легкого** увеличивается*



ПАССИВНОЕ КУРЕНИЕ

Влияние на взрослых и детей

	Общие последствия пассивного курения	Частые последствия пассивного курения
Взрослые 	• Рак легкого • Коронарная болезнь сердца • Бронхиальная астма - Симптомы заболеваний сердца • Обострения бронхитов	• Инсульт • Снижение эмбрионального роста (уменьшение массы тела новорожденных) • Преждевременные роды
Дети 	• Госпитализация • Заболевания среднего уха (ушные инфекции) • Респираторные инфекции • Обострения бронхиальной астмы • Приступы бронхиальной астмы	• Замедление развития легких

**Табакокурение
вызывает
сначала
психическую,
а потом и
физическую
зависимость**



Есть выход из
сигаретных джунглей!

***Бросить курить легко, я это делал,
по крайней мере, 127 раз.***

Марк Твен

По данным Всемирной Организации Здравоохранения



НИКОТИН – ЭТО вещество, вызывающее сильнейшее привыкание и влияющее на мозг курящего



НИКОТИНОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ СРОДНИ героиновой и кокаиновой.



только 5% людей способны победить ее без помощи.

ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ С ПОДРОСТКАМИ

О вреде курения необходимо говорить
с указанием



**НА ФАКТОРЫ, НЕПОСРЕДСТВЕННО
КАСАЮЩИЕСЯ ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА,**

**а не о заболеваниях в отдаленном будущем —
риске сердечно-сосудистых заболеваний
и онкологических заболеваний.**

- Ухудшение внешнего вида
- Снижение способности к обучению
- Снижение успехов в спорте
- Отсутствие возможности учебы в престижных учебных заведениях за границей
- Отсутствие возможности получения престижной работы

ЗАДАЧИ ПРИ РАБОТЕ С ПОДРОСТКАМИ

- ▶ привлечь внимание курящих подростков к табакокурению как к **важнейшей для их здоровья проблеме;**
- ▶ сформировать у детей и подростков **мотивированное решение об отказе от курения;**
- ▶ на основе психологических, немедикаментозных методов помочь подросткам **прийти к самостоятельному решению об отказе от курения,** основанному на правильном и осмысленном отношении к своему здоровью как к зрелому, позитивному поведению взрослого человека и зрелой личности.

