

## Пассивное курение –

вынужденное вдыхание некурящими лицами табачного дыма, поступающего в окружающую среду в результате курения табака (в жилом помещении, офисе, транспорте и т. д.).

Табачный дым состоит из основной струи, которую курильщик вдыхает при затяжке и затем выдыхает наружу, и из побочной струи, поступающей в помещение между затяжками с тлеющего конца сигареты. При этом, побочная струя дыма образуется при более низкой температуре горения и неполном сгорании табака и по отдельным компонентам дыма более токсично.

Ни вентиляция, ни фильтры не могут снизить воздействие дыма внутри помещений до абсолютно безопасного уровня.



## Существенный вред здоровью плода причиняет курящая беременная женщина!



■ Считают, что в основе негативного влияния курения на плод лежит снижение концентрации кислорода в его крови и развитие хронической кислородной недостаточности

■ Через плаценту продукты табачного дыма проникают в кровеносную систему плода и оказывают прямое воздействие на нервную и иммунную системы.

■ Результатом негативного воздействия продуктов табачного дыма на плод является замедление внутриутробного развития, рождение ребенка с низким весом. Это позволяет говорить о пассивном курении плода или о «табачном синдроме плода».

■ Комитет международных экспертов ВОЗ пришел к заключению, что курение матери («пассивное курение плода») является причиной синдрома внезапной смерти младенцев в 30-50% случаев.

■ **Данные отечественной статистики подтверждают вред пассивного курения для матери и ребенка:**

- токсикоз беременных наблюдается в 80% случаев;
- преждевременные роды, мертворожденность, рождение детей с несовместимыми для жизни пороками развития отмечаются в 2-3 раза чаще, если беременная женщина курит;
- у курящих женщин частота выкидышей увеличивается в 1,5 раза, по сравнению с некурящими.



Люди дышат воздухом, загрязненным табачным дымом, содержащим более 4000 химических веществ (окись углерода, аммиак, фенол, ацетон, окись азота, цианистый водород, радиоактивный полоний и др.). Около 50 из них являются канцерогенами, т.е. вызывают онкологические заболевания.

## Пассивное курение опасно для здоровья людей всех возрастов.



Наиболее часто пассивному курению подвергаются дети и женщины, находящиеся рядом с курящими лицами и вдыхающие табачный дым.

Пассивные курильщики чаще болеют, чаще приобретают те же болезни, что и курящие. Увеличивается риск развития онкологических, сердечно-сосудистых заболеваний, болезней

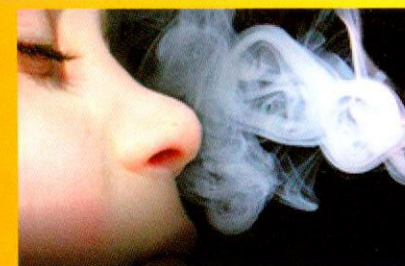
органов дыхания. От причин, связанных с курением, в России ежегодно умирает до полумиллиона человек.

В структуре смертности преобладают сердечно-сосудистые и онкологические заболевания, и основным фактором их развития чаще всего является активное и пассивное курение.

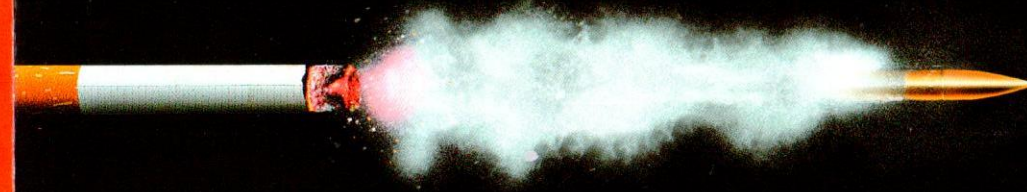
**Тревогу вызывает незащищенность от пассивного курения детей и подростков, так как повышается риск развития никотиновой зависимости у подрастающего поколения. Курение родителей служит плохим примером и передает эту вредную привычку детям.**

**Законодательные меры по ограничению курения ведут к снижению частоты пассивного курения в общественных местах.**

**Для рождения здорового ребенка необходимо приложить максимум усилий для того, чтобы избавиться от такой пагубной привычки как курение, которое влияет на здоровье, как женщины, так и ребенка. Ваше здоровье и здоровье будущего малыша зависит только от вас!**



**ВСЁ РАВНО?!**



**ВДЫХАЯ — УБИВАЕШЬ СЕБЯ, ВЫДЫХАЯ — ДРУГИХ**



■ Каждый человек имеет право дышать чистым воздухом, без табачного дыма

■ Сделав свой дом, рабочие и общественные места свободными от табачного дыма, мы защищаем свое здоровье и здоровье окружающих нас людей

■ Бездымная окружающая среда должна стать для нас нормой

■ Отстаивайте свое право на помещение без табачного дыма



✓ **Защитите свой дом.** Большинство курильщиков хорошо знают, в каком доме они не встретят одобрения по поводу своей привычки.

✓ **Не разрешайте курить в своем автомобиле.** Салон автомобиля - практически замкнутое пространство. Сделайте остановку на перекур при необходимости. О таких остановках, если дорога дальняя, можно договориться заранее. Лучше потеряйте несколько минут, чем здоровье.

✓ **В ресторанах, кафе, барах выбирайте помещение для некурящих.** Если Вам все же мешает запах табачного дыма, проникающий из «курящей зоны» - смело жалуйтесь администратору.



Департамент  
здравоохранения и социальной  
защиты населения  
Белгородской области

**Пассивное курение  
и его влияние  
на организм**

ОГКУЗ особого типа «Областной центр медицинской профилактики»  
г. Белгород, ул. Губкина, 15 «В»  
тел.: (4722) 52-90-13, 52-91-25