



Wpływ palenia papierosów na organizm młodego człowieka

Jak wskazują badania, większość ludzi zaczyna palić tytoń przed ukończeniem 18 roku życia. Oznacza to, że około 250 mln obecnie palących młodych osób może umrzeć w przyszłości z powodu chorób odtytoniowych.



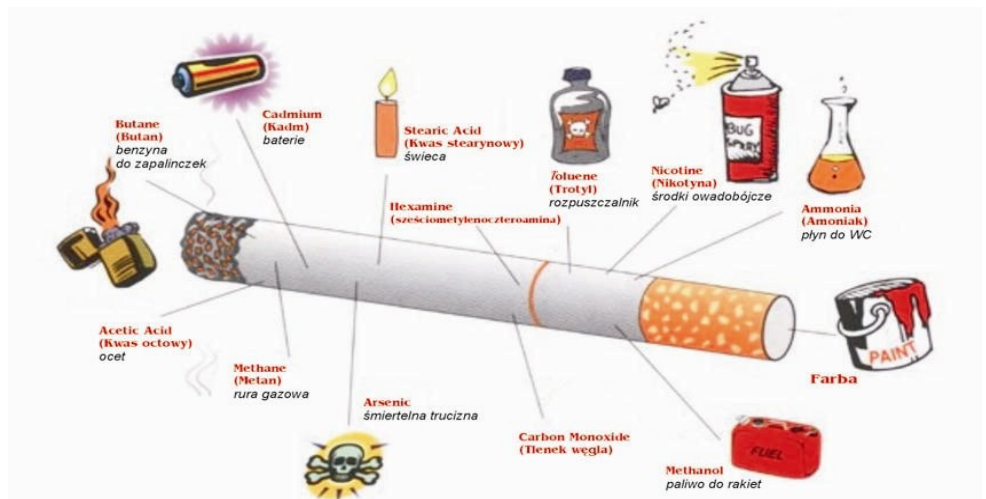
Ja już zdecydowałem.
Nie będę palił!

A Ty??

Tytoń stał się najpopularniejszą używką stanowiącą zagrożenie dla zdrowia dzieci. Styl życia i składające się na niego zachowania zdrowotne kształtują się już od okresu dzieciństwa pod wpływem obserwacji, przekazywanych wiadomości, wzorców przekazywanych przez rodzinę, szkołę, rówieśników czy środki masowego przekazu. W większości przypadków palenie tytoniu przez dzieci to próba naśladowania osób dorosłych, sposobu trzymania papierosa, mimiki twarzy, zaciągania się dymem.

Do kontaktu z papierosami przyznaje się aż 70% uczniów w wieku 12 lat, ale jak wynika z przeprowadzonych badań, po papierosa często sięgają dzieci w wieku 8 lat, a bywa, że i w wieku 5 lat. Im wcześniej dana osoba sięga po papierosa, tym dłużej pozostaje nałogowym palaczem.

często jest to dostosowanie się do panującego w szkole stylu oraz forma protestu przeciwko ograniczaniu przez rodziców prawa decydowania o sobie. Palenie w odczuciu młodych ludzi podnosi poczucie własnej wartości i traktowane jest jako sposób radzenia sobie z różnymi problemami i napięciami. Na decyzję o rozpoczęciu palenia przez młodocianych bez wątpienia wpływają reklamy, które firmy tytoniowe kierują do tej grupy wiekowej.



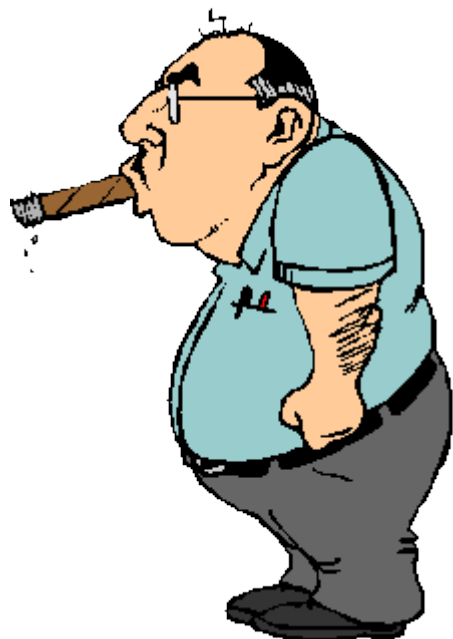
Skład papierosa

Ochrona przed dymem tytoniowym

Dym tytoniowy zawiera kilka tysięcy różnych związków chemicznych, z których większość działa toksycznie na organizm człowieka. Najważniejsze z nich to nikotyna i jej główny metabolit – kotynina oraz tlenek węgla, formaldehyd, metale ciężkie i rakotwórcze węglowodory aromatyczne. Toksyczność substancji zawartych w dymie tytoniowym jest tak duża, że papierosy można nazwać legalnie sprzedawaną trucizną.

Palenie tytoniu uważa się za główny czynnik ryzyka rozwoju raka płuc oraz przewlekłej obturacyjnej choroby płuc. U palaczy częściej występuje zawał serca, udar mózgu i nadciśnienie tętnicze, a także choroba wrzodowa żołądka i dwunastnicy oraz zarostowe zapalenie tętnic obwodowych, prowadzące do martwicy kończyn i konieczności ich amputacji. Szacuje się, że w Polsce jest około 10 milionów palaczy, a każdego roku z powodu chorób związanych z paleniem tytoniu umiera 100 000 osób.

W związku ze znacznym rozpowszechnieniem nałogu tytoniowego, wiele dzieci jest narażonych na działanie dymu tytoniowego w środowisku domowym. **Zapamiętaj, że toksyczne substancje zawarte w dymie tytoniowym przenikają przez łożysko do płodu, a po urodzeniu niemowlę wchłania je z mlekiem matki oraz przez płuca, wdychając dym.**



“Hej małolaty palenie to same straty”

<http://pediatria.mp.pl/pielegnacja/70475,wplyw-palenietytoniu-nastan-zdrowia-dzieci-i-mlodziezy>

<http://www.bibliotekawszkole.pl/inne/gazetki/37/index.php>

<http://pediatria.mp.pl/pielegnacja/52427,ochrona-przed-dymem-tytoniowym>

<https://redro.pl/obraz-szablon-paczka-papierosow-z-roznych-katow,45211388>

<http://greatfon.com/pl/pictures/120000/version/1931x1213>

Opracowanie: Piotr i Eryk kl. II a



Jeden palacz na czterech skracza swoje życie o 20 lat i umiera przed 65 rokiem życia. Pomimo tych niepokojących wyników, osoby palące często bagatelizują niebezpieczeństwa, jakie niesie ze sobą uzależnienie od papierosów. Mimo wielu ostróg i kampanii antynikotynowych, wielu lu-

dziom trudno wyrwać się z sidła nałogu. Palą papierosy, gdyż uzależnili się fizycznie i psychicznie od dawek nikotyny.

