

Памятка для населения

Табак и болезни сердца



Табак представляет угрозу для здоровья сердца во всем мире. Если каждый курильщик узнает, как курение влияет на сердце, то его шансы освободиться от этой пагубной привычки возрастут во много раз. Ведь больным не хочет быть никто. Конечно, в организме человека все органы должны нормально функционировать. Но всегда сердцу отводится особенная роль. Каждый знает из нас, что **сердце** - это тот **неутомимый мотор**, который всю жизнь снабжает кровью каждую клеточку организма. И если мотор начинает барахлить, то человек очень быстро теряет здоровье, а то и саму жизнь. Курильщики же разрушают этот мотор изо дня в день, от сигареты к сигарете. После одной выкуренной сигареты в кровь вместе с угарным дымом поступают сильнодействующие отравляющие вещества: **мышьяк, кадмий, бензол, хром, бериллий и подобные**. Все

они приводят к патологическим процессам и разрушению этого сердца. **Никотин, токсины, смолы, угарный газ**, которые поглощает курящий, через кровь переносится к сердцу. Сердце как бы разбухает, увеличиваясь в объеме, причиной этому является нарастание мышечной ткани. У некоторых злостных курильщиков, особенно тех, которые вдобавок мучаются из-за повышенного артериального давления, после выкуренной сигареты может наблюдаться приступ **стенокардии**. Курение приводит к слишком раннему износу сердечной мышцы. Она постоянно работает с усиленной перегрузкой.

Курение же приводит к смерти 1 человека из 25. И болезни сердца играют здесь не последнюю роль. Ведь они очень распространены среди курящих, опаснее их только рак. Курение и сердце – вещи несовместимые. Первый признак поражения сердечно - сосудистой системы - появление одышки при подъеме по лестнице, человек начинает задыхаться. Наступает кислородное голодание как следствие выкуриваемых сигарет. Угарный дым, который поступает в кровь, приводит к постепенному истончению стенок сосудов. Особенно страдают кровеносные сосуды сердца. **Вещества**, содержащиеся в табаке, приводят кровь к **вязкости** и этим увеличивают риск появления **тромбов**. Повышается вероятность инфаркта и инсульта. Сердечно - сосудистые заболевания появляются одно за другим. **Аритмия сердца** – это лишь первая ласточка, свидетельствующая о том, что не за горами более серьезные болезни – инфаркт, инсульт. Именно **табак** служит причиной возникновения так называемых **холестериновых бляшек**. Отсюда возникает **ишемическая болезнь сердца**. **Инфаркт миокарда** – основная причина смертности, возникает из-за того, что коронарная артерия перекрывается тромбом. Если человек выкуривает пачку сигарет в день, то риск возникновения инфаркта миокарда возрастает в 5 раз. У курящего со стажем риск умереть от инфаркта миокарда в 8 раз больший, чем у тех, кто никогда не брал в руки сигарету. Если курильщик не умрет внезапной смертью в результате разрыва сосуда, у него есть все шансы мучительно умирать от сердечной недостаточности. Курение никогда и никому не приносило богатырского здоровья. Нужно помнить о его вреде здоровью и о неизбежных, в связи с курением, болезнях, избавиться от которых куда сложнее, чем, от насморка.

Учебно-консультационный центр по защите прав потребителей,

гигиенического обучения и

воспитания населения

г.Барнаул, ул. Пролетарская 146а,

E-mail:uk-centr 7@altgce/ru,

Телефон: 8(385 2) 503032

2018г.