

Статистика курения

1. По информации Роспотребнадзора, **за последние 20 лет количество курильщиков в стране увеличилось на 440 тысяч человек.** Так, в возрасте 15-19 лет курят 40% юношей и 7% девушек, при этом в день они выкуривают в среднем 12 и семь сигарет в день соответственно. Если представить эти данные в абсолютных числах, то окажется, что в России курят более 3 миллионов подростков: 2,5 миллиона юношей и 0,5 миллиона девушек, говорится в пресс-релизе.
2. Согласно последним исследованиям, проведённым в школах мегаполиса, курят 67,7% мальчиков в возрасте 15-17 лет и почти столько же девочек. При этом алкоголь регулярно употребляют 30% столичных школьников. Данные департамента образования за 2010 год.
3. Среди учащихся профессиональных училищ **курит 75% юношей и 64% девушек**, из них выраженная табачная зависимость имеется у каждого десятого.
4. **В последние годы наблюдается отчетливая тенденция к увеличению распространения табакокурения среди молодежи** и более раннему началу регулярного курения. Особенно заметно увеличивается распространение курения среди молодых женщин. Так, в возрастной группе 20-29 лет доля **курящих женщин** в десять раз больше, чем в возрасте старше 60 лет, говорится в пресс-релизе.
5. В России растёт **ежегодное потребление сигарет**: с 201 миллиарда штук в 1985 году, 413,8 миллиарда в 2006 году, 628,2 миллиарда в 2009 году.
6. По данным экспертов, **табачный дым** содержит 4000 химических веществ. Среди них **никотин** один из сильнейших известных ядов, который вызывает физическую зависимость. **Табакокурение в 90% случаев является причиной смерти от рака легких, от бронхита в 75% случаев, от болезней сердца в 25% случаев.**
7. Как сообщает Роспотребнадзор, в России **курение** является самой распространенной вредной привычкой, в стране в настоящее время **курят 65% мужчин и до 30% женщин.**
8. Примерно **25% регулярных курильщиков сигарет умрет преждевременно по причине курения.** Многие из этого числа смогли бы прожить на 10, 20 или 30 лет дольше. Умершие вследствие курения в среднем потеряют 10-15 лет жизни, говорится в сообщении.
9. По информации ведомства, цены на **табачные изделия в РФ** остаются одними из самых низких в мире. Снижение стоимости на сигареты относительно других потребительских товаров делает табак доступным для всех групп населения независимо от уровня доходов.
10. **В мире табак убивает 8 тысяч людей ежедневно.** Исследования показали, что курение является причиной:
 - 98% смертей от рака гортани (98 из 100 умерших, если бы не курили, жили бы дольше!),
 - 96% смертей от рака легких,
 - 30% всех случаев смерти от рака,
 - 75% смертей от хронического бронхита и эмфиземы легких,
 - 20% всех случаев сердечной смерти,
 - 25% умерших от ишемической болезни сердца погубили себя курением.
11. **Легкие курильщика со стажем** — это черная и гниющая масса! Установлено, что люди, начавшие курить до 15-летнего возраста, умирают от рака легких в 5 раз чаще, чем те, которые начали курить после 25 лет.
12. В какой-то мере о самозащите организма позаботилась природа: половые клетки, отравленные токсинами, теряют способность к оплодотворению. Но такая самозащита часто оборачивается серьезными последствиями:
 - бесплодием среди женщин,
 - рождением мёртвых детей...
 - ну и в добавок, специально для девочек, некоторые “мелочи”: курение отрицательно влияет на внешний вид и приводит к синдрому “Лицо курильщика”
 - увеличивается число морщин, желтеют зубы и ногти, появляется желтоватый оттенок белков глаз и кожи, происходит ее преждевременное увядание.
 - курение способствует рождению больных детей,

- стимулирует половое бессилие у мужчин,
- затрудняет заживление переломов,
- увеличивает вдвое вероятность потери зубов по сравнению с некурящими...

13. **Курение во время беременности резко повышает вероятность врожденных дефектов пальцев конечностей у новорожденных.** К таким выводам пришли авторы масштабного исследования, посвященного одной из самых распространенных разновидностей врожденных аномалий. В ходе исследования, охватившего более 6.8 миллионов младенцев, появившихся на свет в США с 2001 по 2002 год, был выявлен 5 171 случай врожденных дефектов пальцев конечностей у детей, матери которых **не смогли бросить курить во время беременности**. Новорожденные с отсутствием пальцев рук или ног, наличием лишних или сросшихся пальцев на конечностях, как правило, не страдали другими врожденными заболеваниями. Согласно результатам исследования, **употребление табачных изделий при беременности** даже в небольших количествах ведет к резкому увеличению вероятности деформаций пальцев конечностей у новорожденных. Будущие матери, выкуривающие от 1 до 10 сигарет в день, повышают риск рождения ребенка с подобными дефектами на 29 процентов. При выкуривании от 11 до 20 сигарет в день риск возрастает до 38 процентов, а в случае, если **курящая мать** опустошает более 1 пачки сигарет ежедневно - на 78 процентов. Синдактилия, или перепончатые и сросшиеся пальцы, встречается у одного из 2-2.5 тыс. новорожденных детей, полидактилия, то есть лишние пальцы на руках и ногах - у одного из 600 появившихся на свет младенцев. Случаи сросшихся пальцев в 2 раза чаще встречаются у детей белых американцев, дети с дополнительными пальцами в 10 раз чаще рождаются у чернокожих родителей. Стремление исправить врожденные дефекты пальцев конечностей является одной из самых распространенных причин обращения граждан США к пластическим хирургам.
14. **Женщины-курильщицы** жертвуют в угоду вредной привычке 11 лет своей жизни, а мужчины - только три года, таков результат исследований голландских ученых в этой области, сообщает 1 февраля онлайн-издание Ananova. Курильщицы, заболевшие раком легких, доживают лишь до 60 лет, а мужчины с аналогичным заболеванием - до 56, пишет британская газета The Sun.
15. **Курение женщины во время беременности может привести к нежелательным изменениям в ДНК ее собственных детей и внуков, говорится в исследовании, проведенном американскими специалистами из Медицинской школы при Университете Южной Калифорнии.** Результаты их работы опубликованы британской газетой The Times. Исследователи попытались выяснить уровень риска заболевания астмой у детей и внуков тех женщин, которые курили во время беременности. С этой целью ученые обследовали 338 детей, заболевших астмой, когда им было меньше пяти лет, а также 570 детей, не страдающих этим заболеванием. Как выяснили ученые, риск заболевания астмой среди внуков женщин, куривших во время беременности, в 2,1 раза выше нормы. А у детей таких женщин риск заболевания больше в 1,5 раза, сообщает. В случае если и мать, и бабушка ребенка курили, то у него вероятность заболеть астмой в 2,6 раза выше нормы, отмечается в исследовании. Выводы, к которым пришли ученые, позволяют говорить о том, что курение может оказать долговременное негативное влияние на здоровье семьи, что никогда прежде не осознавалось, говорит доктор Франк Джилилэнд. Между тем в Британии примерно четверть женщин имеет эту вредную привычку, при этом увеличивается число курящих среди молодых женщин.
16. **Курить, разумеется, вредно, но бросить курить очень трудно.** Разве что Марк Твен делал это легко и непринужденно — раз тридцать. Чтобы помочь людям преодолеть эту пагубную привычку, 31 мая во всем мире отмечается День без табака. По оценкам ВОЗ, курильщиками являются порядка одной трети взрослого населения мира. Согласно прогнозам, к 2020 году табак станет одной из главных причин смертей и заболеваний, ежегодно убивая более 10 миллионов людей. Ежегодно от причин, связанных с курением, преждевременно умирает более 260 тыс. россиян.
17. По данным ВОЗ, от причин, непосредственно связанных с **табакокурением**, в мире ежегодно умирает около пяти миллионов человек. Одна треть всех случаев смерти от раковых заболеваний связана с курением. Общие экономические потери, связанные с табакокурением, составляют не менее \$200 миллиардов в год. "Распространение табакокурения в России - одно

из самых высоких в мире. 42% всех случаев преждевременной смерти мужчин в возрасте 35-69 лет связаны с **курением**", - говорится в пресс-релизе Роспотребнадзора. Ежегодно в России от причин, связанных с курением, преждевременно умирает более 260 тысяч человек. Как отмечается в сообщении, в последние годы наблюдается отчетливая тенденция "**к увеличению распространения табакокурения среди молодежи и более раннему началу регулярного курения**". Так, в старших классах курят 50% мальчиков и 40% девочек. По данным ВОЗ, в ряде стран население бросает курить. Так, в Великобритании число курящих за последние 10-15 лет сократилось примерно на 10 миллионов человек. Это означает, что каждый день курить бросает почти две тысячи человек.

18. **Предрасположенность к курению** определяют особые биохимические реакции головного мозга. Есть сведения о том, что курение притягивает личностей, склонных к пессимизму. В связи с этим медицинским фактом счастливые лица на рекламных щитах продавцов дыма выглядят как насмешка над здравым смыслом.
19. А теперь факты. **Курение - это не просто привычка, а форма наркотической зависимости**, вроде зависимости от героина. **Курение** - это, несомненно, атрибут определённого стиля жизни. Например, если ты периодически **куришь в туалете, то это клозетный стиль**.
20. **Курение**, согласно статистике, является гораздо более серьёзным злом по сравнению с несчастными случаями, вроде авиа- или автокатастроф. Несмотря на **убежденность курильщиков-фаталистов** в обратном. *После проникновения сигаретного дыма в лёгкие уже через 7 секунд никотин попадает в головной мозг. 1-2 сигареты могут слегка простимулировать его работу, но дальше наступает обратный эффект: спад умственной и физической активности. 1-2 пачки сигарет содержат смертельную дозу никотина.*
Курильщика спасает только то, что эта доза вводится в организм не сразу, а по частям.
21. **Никотин - не самое страшное зло в сигарете**. Именно поэтому широко распространённое мнение о том, что сигареты с низким содержанием никотина менее опасны, в корне неверно.
22. **Средний курильщик делает около 200 затяжек в день. 200 глотков какого-то отстоя из 4000 химических соединений, 30 из которых особенно ядовиты**. Аммиак, ацетон, бензол, метанол, пестициды, полоний, сероводород, синильная кислота, углекислый газ, формальдегид плюс удобрения для хорошего роста злокачественных опухолей: бензпирен и дибензпирен - вот подлинный, но далеко не полный список составляющих особого вкуса табачного дыма. Можно сказать, что, затянувшись, ты приложился подышать к трубе химического завода.
23. **Состояние лёгких курильщика с 25-летним стажем не лучше, чем у ликвидаторов аварии на Чернобыльской АЭС, вдыхавших радиоактивную пыль.**
24. **Курение** приводит к развитию трех заболеваний со смертельным исходом:
 - **РАК ЛЁГКОГО. Курильщики** составляют 96-100% всех больных этим жутким заболеванием. **Вещества табачного дыма** вызывают мутации гена p53, а половина всех злокачественных опухолей человека образуется из-за нарушений именно этого гена. Не случайно у **курящих людей** в 20 раз чаще возникают раковые опухоли нижней губы, языка, гортани, пищевода, желудка, почек и шейки матки.
 - **ХРОНИЧЕСКИЙ БРОНХИТ. Курение препятствует самоочищению дыхательных путей и провоцирует развитие воспаления**. Бронхит - это постоянный кашель плюс неприятный запах изо рта. Далее развивается эмфизема легких, при которой грудная клетка раздувается, как бочка, и жить становится совсем невмоготу.
 - **ИШЕМИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ СЕРДЦА. Курение вызывает сужение коронарных сосудов, питающих кровью сердечную мышцу**. В результате хронического недополучения "манной каши" живой "мотор" начинает медленно гаснуть. Риск внезапной смерти и инфаркта миокарда повышается в несколько раз. Чем больше человек **курит**, тем больше у него шансов умереть раньше срока. **25% регулярных курильщиков сигарет умрут преждевременно по причине курения**. Умершие вследствие курения в среднем потеряют 10-15 лет своей жизни.
 - Микроинсульты. Разрывы маленьких сосудов в "неважных" областях головного мозга. **Курильщики** имеют их в два раза чаще, чем **некурящие**. Пережив такой инсульт, ты можешь ничего не почувствовать, кроме тихо прогрессирующей дебильности. Далее ты имеешь все

шансы вписать в свою биографию инсульт обширный, а это тот случай, когда лежишь пластом и не помнишь как выглядит твоя любимая вещь.

24. **Курение** тормозит обмен микроэлементов растительной пищи, защищающих орган зрения. Риск превращения в крота возрастает в три раза.
25. Слюна во время затяжек обогащается **полным списком составляющих сигарет**. Эта агрессивная жидкость разъедает слизистую оболочку желудочно-кишечного тракта до язва желудка и двенадцатиперстной кишки.
26. **У мужчин курение имеет прямое отношение к развитию импотенции и бесплодия**. По мере поражения половой системы **никотином** угол эрекции становится всё меньше и меньше, а сперматозоиды всё хуже и хуже.
27. **У женщин курение может препятствовать зачатию**, а если такое чудо всё же случается, то курение во время беременности на 50% увеличивает риск иметь ребёнка с умственной отсталостью, а иногда оборачивается выкидышем, гибелью плода или внезапной смертью младенца. Особенно опасно курение в последние 6 месяцев: родившийся ребёнок почти обязательно (в 85% случаев) будет умственно отсталым, а может быть ещё и глухим.
28. **Каждый седьмой курильщик болеет облитерирующим эндартериитом** - тяжким недугом. Это заболевание ведет к нарушению питания, гангрене и в итоге к ампутации нижней конечности.
29. **При регулярном курении табачная зависимость может развиться всего за 3-18 месяцев**, причём у женщин она формируется более стремительно, чем у мужчин. При **табачной зависимости** в организме человека включается механизм регулирования уровня никотина в крови. С прекращением его поступления происходит угнетение дыхания и появляются симптомы табачной абстиненции: нарушение аппетита, неприятные ощущения в желудке, замедление сердечного ритма, падение артериального давления, тревога, раздражительность, ощущение запаха сигаретного дыма и тяга, непреодолимая тяга к сигарете. **Бросать курить** ты можешь самостоятельно или при помощи медицинских специалистов.

Вот такая Вам ужасающая статистика курения