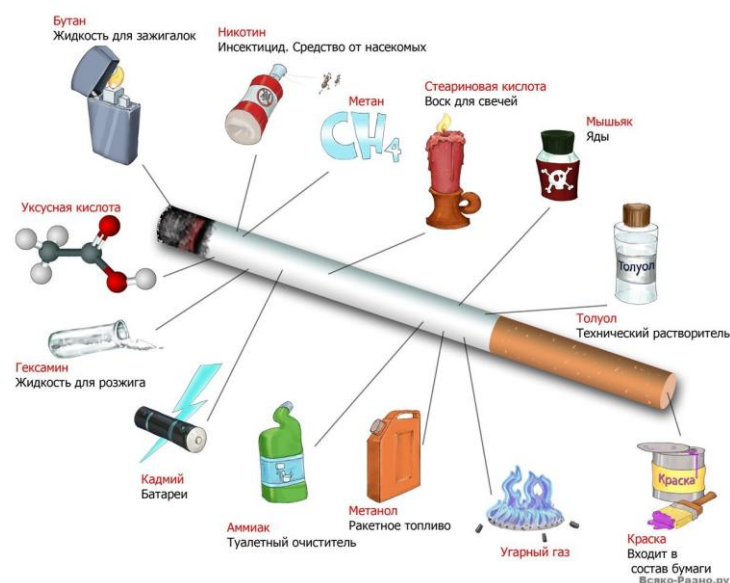


# О ВРЕДЕ КУРЕНИЯ

Чтобы организм школьника мог нормально развиваться, к его клеткам должно поступать необходимое количество кислорода, питательных веществ. Но только не токсинов из табачного дыма.

Вред курения для подростков и школьников. Допустим, то чего вы опасались, уже

свершилось. Ваш ребенок сказал вам, что курит, и это не первая сигарета, он уже зависим от курения. Как помочь школьнику бросить курить? Не только родители должны запретить курить, но и сами дети должны понимать всю ответственность перед собой и понимать, что курение наносит вред их здоровью.



Тяжелое дыхание Анатомически к 12 годам у ребенка завершается формирование легких. А физиологически завершается к 18 годам, а у некоторых завершается до 21 года. Во взрослом режиме все остальные органы работают после совершеннолетия. При курении в

организм поступает много угарного газа, после чего он вступает в контакт с гемоглобином. Задача гемоглобина в том, что он транспортирует кислород к клеткам тканей. Когда угарный газ заменит кислород и присоединится к гемоглобину, это приведет к тому, что из-за кислородного голодания произойдет смерть. В результате у всех тканей и органов наступает «удушье», а именно недостаток кислорода. А так как организм ребенка еще растет, это может привести к большой опасности.

Курение плохо сказывается на сердечно-сосудистой, дыхательной системах школьника. Если ребенок стал курить еще в младших классах школы, то к 12 годам у него появится одышка и нарушится сердечный ритм.

Согласно наблюдениям ученых, если стаж курения полтора года, то у подростков нарушены механизмы регуляции дыхания.

Врачи отмечают у малолетних курильщиков ухудшение самочувствия – слабость, одышку, кашель. У них нередки ОРЗ, расстройства работы желудочно-кишечного тракта, частые простуды. Встречаются подростки, у которых часто встречается обостряющийся хронический бронхит.

Опять двойка

Так же сильно токсические вещества и никотин сказываются на уме ребенка. Чем младше курящий подросток, тем сильнее нарушается кровоснабжение мозга под действием никотина. У курящих школьников ухудшаются координация движений, способности к логике, объем кратковременной памяти, внимание. Курящие подростки



хуже переносят нагрузки в школе, часто переутомляются. Наибольшее количество двоечников обнаруживается среди курильщиков.

Раннее увлечение табаком приводит к тому, что став взрослым, человеку трудно отказаться от никотиновой зависимости. У ребенка очень быстро формируется никотиновая зависимость. Потому что в этом возрасте нервная система не зрелая, и воздействие психоактивного вещества – табак вызывает гораздо сильный эффект для здоровья ребенка, чем у взрослого человека.

Подумать о будущем

У подростка под влиянием никотина нарушается гормональный статус, который еще к тому времени не успел толком сформироваться. Никотин влияет на железы внутренней секреции, в т. ч. на половые железы у девочек и мальчиков.

В результате нарушаются репродуктивные возможности человека в будущем, возникает появление лишнего веса и недоразвитие всего организма.

К примеру, у курящих школьников бывают болезненные менструации, они увеличиваются в 1,5 раза по сравнению с теми девочками, которые не прикасались к табаку. Если в детском возрасте сделана первая затяжка, то к 30 годам человек может быть инвалидом с избыточным весом и больным сердцем, с хронической болезнью легких. О вреде курения школьников говорит тот факт, что состояние здоровья у него будет намного хуже, чем у того человека в 50 лет, который закурил позже совершеннолетия.

Можно обратиться в наркологию, где консультативную помощь окажут врачи и психологи. Психологи помогут школьнику подготовиться отказаться от курения и помогут ему найти замену курения, преодолеть зависимость и поддержат в борьбе с никотиновой зависимостью. Врачи подберут эффективный способ как отказаться от курения, дадут совет, если есть проблемы со здоровьем.