

Зачем же, девочки, вы курите!



Употребление табака – эпидемия, приводящая к болезням, нетрудоспособности, снижению производительности труда, увеличению инвалидности и, как следствие, преждевременной смертности.

От болезней, связанных с курением, ежегодно умирает больше людей, чем от употребления алкоголя, наркотиков, насильственной смерти, дорожно-транспортных происшествий вместе взятых.

Основные болезни курильщиков:

- **онкологические заболевания** (рак легких, губы, рта, горла, пищевода, гортани);
- **сердечно-сосудистые заболевания** (высокое давление, ишемическая болезнь сердца, инфаркт миокарда);
- **респираторные заболевания** (воспаление легких, хронический бронхит, бронхиальная астма);
- **заболевания пищеварительной системы** (язва 12-ной кишки, желудка, желудочное кровотечение);
- **заболевания мочевыводящей системы** (рак почек, мочевого пузыря).

Курение мужчин – беда, курение женщин – дважды беда, ибо угроза от женской сигареты опасна и для самой курящей женщины, и для ее будущего ребенка. Курение у женщин повышает риск возникновения патологии беременности и родов, выкидышей, увеличения числа случаев внутриутробной гибели плода и синдрома внезапной младенческой смерти, снижения массы тела новорожденных, задержки в физическом и умственном развитии плода. В последнее время сплошь и рядом можно видеть, когда курят совсем девчонки, а молодые мамы одновременно дымят и ведут ребенка за руку или везут его в коляске.

О каком же здоровом потомстве можно вести речь? Выбор здесь достаточно прост: здоровый ребенок или сигареты.



Каждая из курящих женщин прекрасно знает, что эта привычка пагубно сказывается на ее здоровье. Однако далеко не любая дама способна бросить курить. Такие женщины оправдывают себя, руководствуясь различными мифами и заблуждениями насчет этой привычки.

Девочки, девушки, женщины! Не стоит начинать курить, потому что так модно и потому что курят все вокруг вас. Вы должны помнить, что курение не является чем-то оригинальным. Ярким примером вашей индивидуальности и выделения из массы станет то, что вы не курите. Отказ от курения означает продление молодости и красоты.

