Нервная система управляет всеми процессами, происходящими в нашем организме. Она отвечает за связь организма с внешней и внутренней средой. И в первую очередь, от отравления табачными ядами страдает именно нервная система. Одним из первых признаков отравления табаком нервной системы, является головокружение. Обычно головокружения сопровождаются приступами, а иногда и чередой приступов большой интенсивности. Вначале появляется чувство пустоты, человек не может сосредоточиться, появляется ощущение потери сознания. Кажется, что все предметы движутся, а если человек закрывает глаза, появляется чувство кружения собственного тела. У курящих людей со временем развиваются симптомы, характерные для невротического состояния: быстрая утомляемость, раздражительность, ослабление памяти, нервозность, головные боли.

Органы дыхания

Органы дыхания – принимают на себя самый первый удар от табачных ядов. Плотные частицы сажи и тот «букет», который входит в состав продуктов табачного дыма, раздражают слизистую оболочку гортани, трахеи, бронхов, мельчайших бронхиол и легочных пузырьков — альвеол. В результате воздействия развивается хроническое воспаление дыхательных путей. Курильщики часто страдают бронхитом, их постоянно мучает кашель, особенно усиливающийся к утру.

Кашель сопровождается обильным отхаркиванием грязно-серой мокроты. Постоянное раздражение голосовых связок, которое часто встречается у курильщиков, делает его голос грубым, хриплым, неприятным. За один год через легкие курильщика проходит около 800 г табачного дегтя. Поэтому, легкие курильщика становятся более темными, чем легкие не курившего человека.

Сердечно — сосудистая система

Во время курения учащается сердцебиение, и это происходит уже после первой затяжки. У вполне здорового человека сердце сокращается 70 раз в минуту, а во время курения 80-90 раз. За одно сокращение сердце перегоняет 60-70 миллилитров крови, при 70 сокращениях в минуту сердце перекачает 4-6 литров крови, за 1 час эта цифра будет равна 300 литрам, а за 24 часа свыше 7000 литров. Сердце затрачивает больше энергии для того чтобы перегнать кровь через значительно уменьшившийся просвет сосудов. При уменьшении диаметра сосудов ухудшается кровоснабжение органов, температура кожных покровов уменьшается. При вдыхании окиси углерода у курящих в крови увеличивается содержание карбоксигемоглобина, что ухудшает снабжение кислородом сердечной мышцы.

Вред курения на органы пищеварения

Попадая в полость рта, дым от сигарет раздражает язык, десна, зев, он отрицательно действует на зубную эмаль и она начинает трескаться. Очень часто изо рта курильщика неприятно пахнет. Дым от сигарет раздражает слюнные железы, вследствие чего происходит обильное слюноотделение. Яды проникают в систему пищеварения через центральную нервную систему, со слюной, а также через кровеносную систему.

Пассивное курение

Окружающие, которые вдыхают дым курильщика так же подвержены всем тем же болезням, что и сам мученик, так как большая часть дыма с его вредными веществами не вдыхается курильщиком, а рассеивается в окружающем воздухе, и некурящие люди вдыхая этот воздух получают свою дозу яда, который способствует развитию различных заболеваний и у них.

 Карина Сопот

 Инструктор-валеолог