**Этого ты не знал!!! 40 фактов о курении.**

* Курение – одна из самых вредных привычек. Медики доказали, что в дыме табака находится **более 30 ядовитых веществ:** никотин, углекислый газ, угарный газ, синильная кислота, аммиак, различные смолы и кислоты, другие вещества. В двух пачках сигарет содержится **смертельная доза никотина**.
* Медики выяснили, что по сравнению с некурящими длительно курящие люди в **13 раз** чаще заболевают стенокардией, в **12 раз** – инфарктом миокарда, в **10 раз** – язвой желудка. Из всех, болеющих раком легких, **98 % составляют курильщики.**
* Медицинские исследования показали, что курящие чаще подвержены онкологическим заболеваниям и других органов: пищевода, желудка, гортани, почек. Каждый десятый курильщик со стажем умирает от рака. **90 % случаев рака лёгких связаны с курением.**
* У курящих людей нередко возникает рак нижней губы вследствие канцерогенного действия экстракта.
* Очень часто курение ведет к развитию хронического бронхита, сопровождающегося постоянным кашлем и неприятным запахом изо рта. В результате этого курильщик приобретает определенные отличительные признаки: хриплый голос, одутловатое лицо, одышку.
* Курение увеличивает вероятность возникновения туберкулеза. Это вызвано тем, что табачный дым разрушает защитную систему легких, делая их более подверженными заболеваниям.
* Курение может повлечь за собой никотиновую амблиопию, которая вызывает частичную или полную **слепоту.**
* В Великобритании запрет на рекламу табака по телевидению вступил в силу в **1965 году, в России — спустя 40 лет.**
* **Бросить курить легче, чем кажется.** 60% бросивших заявили, что если бы знали, что будет так легко, давно бы бросили.
* Сегодня в мире около **1.1 миллиардов курильщиков.** В минуту в мире покупается **10 миллионов сигарет**.
* По официальной статистике в России курит **60% мужчин.**
* Фильтр сигареты изготовлен из синтетики и разлагается **от 2 до 10 лет** и наполняет почву токсичными веществами от табачного дыма.
* Никотина, содержащегося **в 5 сигаретах, достаточно, чтобы убить человека**.
* Термин «курение» появился лишь в конце 17 века, до этого его чаще всего называли **«сухим пьянством».**
* **Мочевина** – химическое соединение, обнаруженное в моче, добавляется в сигареты **для дополнительного аромата**.
* Табачный дым содержат мышьяк, формальдегид, свинец, оксид азота, окись углерода, аммиака и еще около **43-х известных канцерогенов**.
* **Два актера, которые участвовали в популярной рекламе Marlboro Man, умерли от рака лёгких.** После чего, сигареты Marlboro получили прозвище «убийца ковбоев».
* Генри Форд и Томас Эдисон выразили протесты против сигарет**, отказываясь нанимать тех, кто курит во время и после работы.**
* Каждый год только в России **330-400 тысяч** человек умирают от связанных с курением заболеваний.
* В течение **ХХ века курение убило около 100 млн.** человек во всем мире. По сути, это 10 вымерших мегаполисов размером с Москву.
* Почти четверть несовершеннолетних курильщиков пристрастились к табаку до того, как им исполнилось **10 лет**.
* Дети курящих родителей более подвержены синдрому внезапной младенческой смерти, заболеваниям органов дыхания и другим проблемам со здоровьем и развитием.
* Почти половина всех детей в мире – **пассивные курильщики**, что существенно увеличивает риск развития астмы. То есть, каждый второй ребенок может серьезно заболеть только потому, что рядом курят взрослые.
* Во время курения **частота сердечных сокращений возрастает на 10-15 ударов**. При этом существенное увеличение нагрузки на сердце не сопровождается увеличением доставки кислорода к сердечной мышце (что бывает, к примеру, при увеличении частоты сокращений сердца при физических нагрузках). Напротив, у курящего доставка кислорода к сердечной мышце резко нарушается из-за блокирования гемоглобина крови окисью углерода из табачного дыма.
* Не потушенная сигарета виновата примерно в **четверти случаев пожаров** в домах, которые уносят каждый год несколько тысяч жизней.
* Согласно данным Всемирной Организации Здравоохранения, **около 25% всех** продаваемых сигарет - поддельные.
* **Полтора миллиарда человек** в мире, являются рабами никотина. Каждый третий взрослый человек на Земле курит.
* **70%** курильщиков хотят бросить курить, **80%** из них попытаются сделать это в этом году. Меньше, чем у **одного из десяти получится** расстаться с этой пагубной привычкой.
* Ежегодно производится **6.3 триллиона сигарет**. Это примерно по 1000 сигарет на каждого жителя Земли.
* Температура горящей сигареты около **300,** а при затяжке, **около 1000 градусов**. Одна сигарета выкуривается, примерно, **за 20 затяжек, т.е. около 20 раз** с каждой новой сигаретой обжигаются слизистые оболочки рта и горла, а также, эмаль зубов.
* **За 1 год** к лёгким курильщика прилипает не менее **1 кг. табачного дёгтя**, который он, частично, выкашливает вместе с гноем и мокротой.
* По данным ВОЗ - каждый пятый человек в мире умирает от табакокурения.
* Ежегодно от причин, связанных с табакокурением, умирает более **400 000 человек!** Это всего лишь в 10 раз меньше, чем ежегодно погибало во Второй Мировой войне, т.е. война с целью массового уничтожения человечества всего лишь в 10 раз эффективней «безобидного» табакокурения!
* Курящие девушки и женщины быстро стареют.
* У девочек-подростков, начавших курить, слабо развивается грудь, они чаще некурящих сверстниц болеют простудными заболеваниями, особенно бронхитом, у них часто происходит нарушение развития, что весьма отрицательно сказывается на их общем развитии.
* **100 выкуренных сигарет** по степени токсичности приравниваются к **1 году работы** на вредном производстве, за что предусмотрена бесплатная выдача молока и дополнительный отпуск.
* При выкуривании папирос и сигарет остаются окурки. Так вот — общая их масса **ежегодно составляет 2 520 000 тонн**. Порядка **70 тысяч тонн ежедневно**.
* Беременные женщины, которые курят, более вероятно, родят малыша не только с маленьким весом, но и агрессивного в последующем развитии.
* В 1970 году, Президент Никсон подписал **закон, предусматривающий размещать на пачке предупреждения о вреде, и запретил рекламу сигарет на телевидении.**