

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ОРЕНБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Факультет среднего профессионального образования

**ПЦК общеобразовательных, гуманитарных и естественнонаучных
дисциплин**

Реферат

по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»

На тему: «ЧС социального характера: Табак и курение»

**Специальность: 40.02.01 Право и организация социального обеспечения
Очной формы обучения**

Подготовил: студент 11 группы ПСО

Неклюдов Н.М. _____
(подпись)

Проверил доцент:

Пожидаева Г.А. _____
(подпись)

Оренбург, 2023

Содержание

Введение.....	3
История табака.....	3
Основные вредные для организма человека вещества в табачном дыму.....	4
Влияние веществ табачного дыма на различные органы человека.....	4
Заключение.....	5
Список литературы.....	7

ВВЕДЕНИЕ

По данным Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ), в мире травит себя табачным дымом одна треть населения в возрасте старше 15 лет. В России примерно две трети мужчин и не меньше трети женщин - курящие.

Согласно оценкам ВОЗ, ежегодно от обусловленных табаком болезней умирает около 5 миллионов человек. Если нынешние тенденции распространения курения будут сохраняться, то к 2030 году 10 миллионов человек будут ежегодно погибать от табака.

В течение двадцатого века табак убил около 100 миллионов человек, то есть больше, чем погибло во Второй мировой войне. Некоторые эксперты предсказывают, что если ничего не предпринимать, табачные изделия вызовут до одного миллиарда смертей до конца XXI столетия.

История табака

Впервые курение было обнаружено в 1492 году на одном американском острове, открытом Христофором Колумбом и получившем название Сан-Сальвадора. Жители острова курили листья растения табака, свернутые в трубочки и подсушенные на солнце. Местные жители называли их "сигаро". В 1493 году траву стали культивировать: порошок, полученный из сушеных листьев, стал называться табаком. В Европе впервые табак из семян вырастил Жан Нико (от имени которого и произошло слово "никотин"). В 1596 году табак стал использоваться при лечении головной боли, путем вдыхания запаха табака. Люди поверили в лечебные свойства табака, и он стал быстро приобретать популярность. Так, к концу 16 века курение распространилось практически по всей Европе. В Россию табак был завезен английскими купцами в 1585 году через Архангельск. Но вскоре было установлено, что курение вызывало тяжелые отравления, многие из которых заканчивались смертью. Испанская королева Изабелла прокляла табак вместе с теми, кто его употреблял. Ее поддержал французский король Людовик XIV. В Англии "виновных" в курении подвергали казни через отсекание головы. На Руси, в царствование Михаила Федоровича, уличенных в курении первый раз наказывали 60 ударами палок по стопам, во второй раз - отрезанием носа или ушей. А после опустошительного пожара Москвы в 1634 году, причиной которого оказалось курение, оно было запрещено под страхом смертной

казни. Однако, к сожалению, даже такие устрашающие меры не имели успеха. Официально торговля табаком и курение были разрешены Петром I в 1697 году.

Основные вредные для организма человека вещества в табачном дыму

1. Никотин (C₁₀H₁₄N₂)
2. Синильная кислота - вызывает общее отравление организма.
3. Стирол - приводит к нарушению действия органов чувств.
4. Нервно-сердечные яды - приводят к нервно-психическим заболеваниям, болезням крови и сердца.
5. Радиоактивные компоненты - полоний-210, свинец-210 и калий-40. Помимо них присутствуют также радий-226, радий-228 и торий-228. Проведенные в Греции исследования показали, что табачный лист содержит изотопы цезий-134 и цезий-137 чернобыльского происхождения.

Четко установлено, что радиоактивные компоненты являются канцерогенами. В легких у курильщиков зафиксированы отложения полония-210 и свинца-210. Это постоянное облучение, либо само по себе, либо совместно с иными канцерогенами способствуют развитию рака.

Влияние веществ табачного дыма на различные органы человека

Как табачный дым воздействует на мозг. В течение 10 секунд после вдоха табачного дыма никотин достигает мозга и начинает действовать на определенные группы нейронов, рабочих клеток мозга. На поверхности каждого из этих нейронов находятся рецепторы, подобные замочным скважинам, в которые попадают особые вещества, называемые нейромедиаторами, и открывают их, позволяя мозгу передавать сообщения или вырабатывать те или иные вещества, участвующие в регуляции работы головного мозга или всего организма. Никотин, не являясь ключом-нейромедиатором, оказывается отмычкой, способной "открывать замок", предназначенный для другого вещества - ацетилхолина. Таким образом, никотин запускает в работу ацетилхолиновые рецепторы в отсутствие ацетилхолина. Более того, он делает эти рецепторы неспособными реагировать на воздействие ацетилхолина, снижает чувствительность к нему.

Курение и легкие. Ни один орган не страдает от курения в такой степени, как легкие. Это не удивительно, ведь в одном кубическом сантиметре

табачного дыма насчитывается до 600 тысяч частиц копоти. Человек, который выкуривает на протяжении 30 лет по 25 папирос в день, вдыхает 10 триллионов этих частиц. Из них половина оседает в бронхах и легких.

Курение и ротовая полость. Общеизвестно, что курильщика выдают гнилые, желтые зубы. Даже ежедневный уход за ними не может предотвратить их от разрушения табачным дымом. Чтобы ввести дым из полости рта и носоглотки в легкие, курильщик, слегка приоткрывая рот, вдыхает свежую порцию воздуха, вместе с которым попадает табачный дым. Температура воздуха, поступающего "снаружи" на 35-40 градусов ниже температуры находящегося во рту дыма (обычно около 55-60 градусов). Такой колоссальный перепад температур, наблюдаемый во время выкуривания одной сигареты с количеством "затяжек" в 20-25 раз, разрушает зубную эмаль.

Курение и желудок.

Курение изменяет как секрецию желудочного сока, так и моторику желудка. Попадая в желудок, табачная смесь начинает активно атаковать его стенки, что приводит к выделению соляной кислоты. В результате желудок начинает переваривать сам себя.

Существует миф, что курение снижает чувство голода. Это обусловлено тем, что никотин, всасываясь в кровь, действует на нервные окончания, расположенные на стенках желудка и кишечника, и те блокируют передачу импульсов, сигнализирующих о голоде.

Заключение

Курение является социальной проблемой общества, как для его курящей, так и для некурящей части. Для первой - проблемой является бросить курить, для второй - избежать влияния курящего общества и не «заразиться» их привычкой, а также - сохранить своё здоровье от продуктов курения, поскольку вещества входящие в выдыхаемый курильщиками дым, не на много безопаснее того, если бы человек сам курил и принимал в себя никотин и многое другое, что входящее в зажжённую сигарету.

Подавляющая часть курящих не получает удовольствия от курения и готова бросить эту пагубную привычку, но ссылается лишь на «отсутствие воли». На самом же деле основной причиной является отсутствие мотивации, цели. Именно поэтому до 99% курящих, попадая к врачам с тяжелыми последствиями курения (инфаркт миокарда, инсульт мозга, признаки рака), моментально забывают о курении. Установлено, что более 70% курящих

могут легко бросить курить, так как у них нет истинной потребности в табаке. Поэтому курящему следует, не дожидаясь опасных последствий, осознать, что сама эта привычка может стать серьезной предпосылкой опасного для жизни заболевания.

Борьбу с курением и пропаганду о вреде курения необходимо начинать с младшего школьного возраста, используя для этого все средства (беседы, лекции, кинофильмы, плакаты и т.п.), чтобы выработать у школьника отрицательное отношение к курению. К этой работе необходимо широко привлекать родителей и общественные организации.

Избавление от вредной привычки - прежде всего победа каждого человека над своей слабостью.

Список литературы

Статья “Курение и его пагубное влияние” от Центра гигиены и эпидемиологии в Республике Хакасия

Статья “Курение табачных изделий наносит большой вред здоровью” от МЧС России