Каков вред от курения на нервную систему?

С каждой затяжкой головной мозг испытывает кислородное голодание, которое проявляется в головокружениях, потере ориентации, ощущении чувства усталости, кратковременных отключениях сознания, что особо опасно при управлении автомобилем.

Под действием никотина ЦНС (центральная нервная система) сначала возбуждается, а затем угнетается. Человек становится легковозбудимым и раздражительным. Дополнительно о вреде курения на нервную систему говорит статистика медиков — зачастую злостными курильщиками являются неврастеники и люди, страдающие неврозом и даже психическими заболеваниями, например, шизофренией.

Сужение мозговых сосудов и уменьшение притока крови к тканям приводят к ослаблению памяти и появлению частых головных болей.

Согласно исследованиям, курение ухудшает умственную деятельность, ослабляет внимание и нарушает интеллектуальные способности. Многие курильщики утверждают, что выкуренная сигарета помогает сконцентрироваться и лучше думать. Однако этот кратковременный миг сменяется последующим угнетением нервной системы, который совсем не окупает первоначальный эффект.

Особенную опасность сигареты представляют для людей, которые перенесли различные травмы, отрицательно воздействовавшие на нервную систему, к примеру, сотрясение мозга, контузию или какие-либо нервные заболевания.

Статистические данные говорят о вреде курения и его значительной роли при возникновении некоторых неврологических расстройств, что напрямую влияет на центральную нервнуюсистему.

Подростковый организм получает больше токсинов, чем тело взрослого. Это объясняется меньшей массой и особенностью «стиля» употребления сигарет.

Скрывая привычку от родителей и воспитателей, дети курят быстро, совершая непродолжительные и глубокие затяжки. Это приводит к тому, что в организм проникает на 20 % больше отравляющих веществ. Кроме того, дети могут использовать недокуренные сигареты, которые имеют повышенное содержание ядовитых элементов.

Какой еще вред приносит курение? Оно подавляет физическое развитие.

Гормональные взрывы делают уязвимой половую систему, в этот период сигареты приводят подростка к невозможности рождения детей в будущем. 96 % выкидышей и 31 % недоношенных детей —вот результаты употребления табака.

Вред курения заключается в приостановке интеллектуального развития, отрицательном влиянии на память и мышление.

Каждый год жертвами пассивного курения становятся от 9 до 26 тыс. детей, заболевающих астмой, от 155 до 305 тыс. — бронхитом, причем от 136 до 212 из них умирают.

Хорошей новостью является то, что можно обрести существенные преимущества для здоровья, бросив курить в любом возрасте.

Берегите свое здоровье!