

# ПАССИВНОЕ КУРЕНИЕ

**Пассивное курение** – это вдыхание окружающего воздуха с содержащимися в нем продуктами сгорания табака (вторичный табачный дым).



Пассивное курение способствует развитию у некурящих людей заболеваний, свойственных курильщикам и повышает риск развития инвалидности и преждевременной смерти человека.

8 часов пребывания в накурленном помещении = 5 выкуренных сигарет

## ВРЕД ОТ ПАССИВНОГО КУРЕНИЯ

### Взрослые



- инсульт
- расстройства памяти и мышления

заболевания уха, горла, носа



бронхиальная астма

сердечно-сосудистые болезни:



- стенокардия
- инфаркт миокарда
- артериальная гипертония



ухудшение состояния кожи



- снижение способности к зачатию
- риск бесплодия



во время беременности:

- неполноценное питание плода
- риск развития врожденных пороков у плода
- угроза прерывания беременности

### Дети

неврологические проблемы:



- снижение памяти
- сложности с засыпанием
- повышенная возбудимость и нервозность

инфекции среднего уха (хронический средний отит)



заболевания органов дыхания (бронхиальная астма, бронхит и пневмония)



- снижение функциональных возможностей легких

аллергический дерматит

- кислородное голодание
- атеросклероз с раннего возраста (повреждение сосудов)

синдром внезапной детской смерти («Смерть в колыбели»)

# ВЫ ИМЕЕТЕ ПРАВО НА ЧИСТЫЙ ВОЗДУХ!

## КУДА ОБРАТИТЬСЯ, ЕСЛИ КУРЯТ



## ЗДЕСЬ ВАМ ПОМОГУТ

Всероссийская бесплатная «Горячая линия»

**8-800-200-0-200**

Консультативный телефонный центр  
оказания помощи в отказе от потребления табака

ОГБУЗ «Томский областной наркологический диспансер»

г. Томск, ул. Лебедева, 4, тел.: (3822) 46-86-28, 44-34-63

ОГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики»

- Школа по отказу от курения
  - Индивидуальные консультации по отказу от курения
- г. Томск, ул. Бакунина, 26, тел.: (3822) 65-02-16, profilaktika.tomsk.ru

Присоединяйтесь к группе «Будь здоров, Томск!»

