

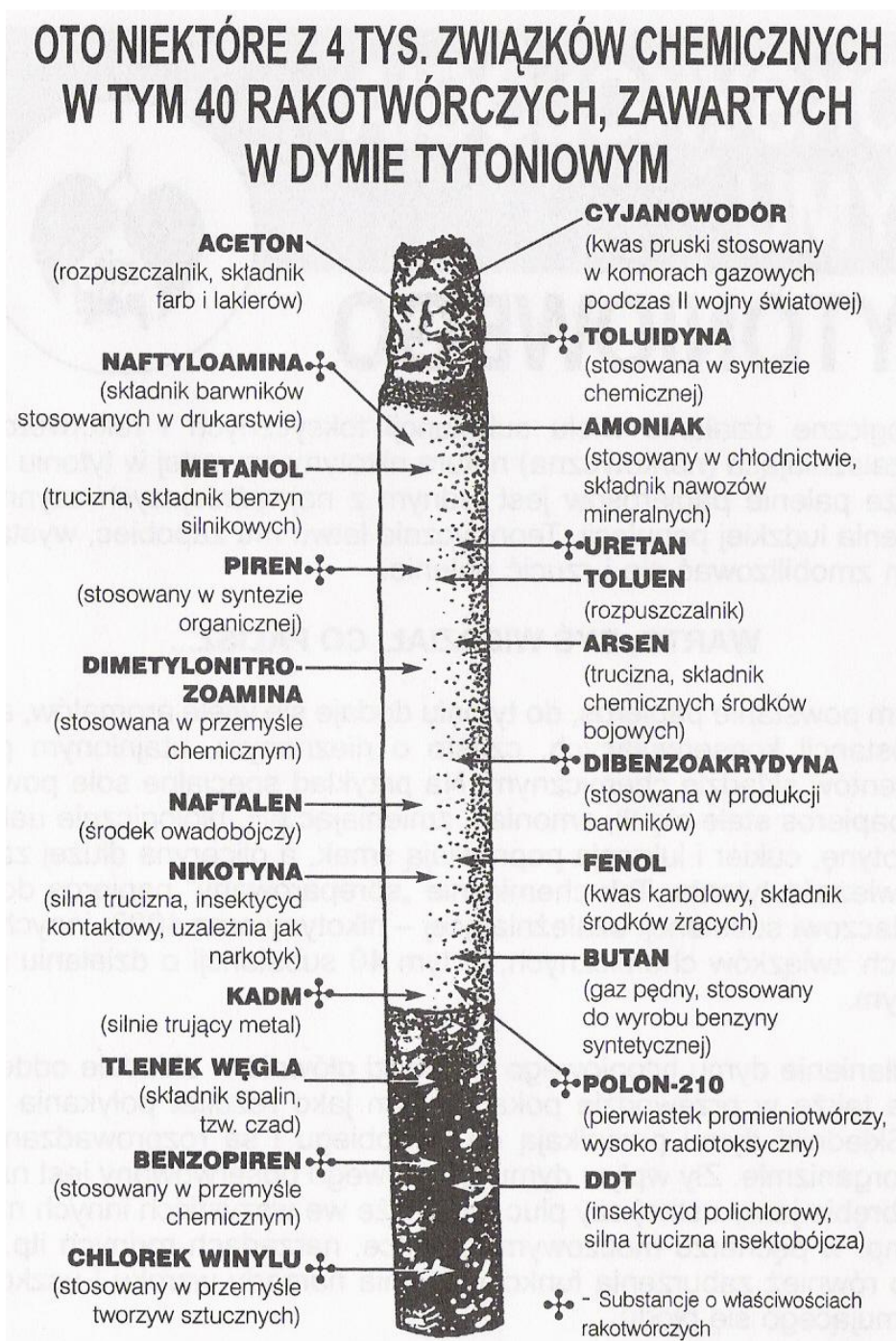
WAŻNE FAKTY DLA PALACZY ☺

Witajcie Kochani :)

Dzisiaj mam dla Was kilka informacji, o których większość z Was zapewne wie, ale czasami nie do końca jest się ich świadomym.

Dlatego dla przypomnienia informacje na temat składników dymu papierosowego.

Gdy palimy papierosa, to do organizmu dostają się wraz z dymem tytoniowym różnego rodzaju substancje:



Najbardziej niebezpieczne z nich to:

- nikotyna,
- tlenek węgla,
- ciała smołowate,
- kwasy i pyły.

Nikotyna jest bardzo silną trucizną (kropla czystej nikotyny jest dawką śmiertelną). Nie wywołuje ona natychmiastowych skutków zdrowotnych lecz odkłada się w organizmie - potrafi zaatakować nieraz dopiero po kilku, a nawet kilkunastu latach. Nikotyna wywiera na układ nerwowy początkowo wpływ pobudzający, a następnie paralizujący. Podczas palenia wchłania się bardzo szybko do krwi przez błonę śluzową jamy ustnej i górnych dróg oddechowych i poważnie uszkadza układ krążenia. Nikotyna jest główną przyczyną uzależniania się od tytoniu.

Tlenek węgla (czad) - jest inną silną trucizną występującą w dymie tytoniowym. Jego podstawowe działanie polega na tym, że bardzo łatwo łączy on się z hemoglobina wypierając z niej jednocześnie tlen. To właśnie "czad" zawarty w dymie papierosowym powoduje zawroty i bóle głowy, tętnienie w skroniach, a niejednokrotnie nudności i wymioty.

Ciała smołowate - większość z nich posiada właściwości rakotwórcze. Te składniki dymu tytoniowego mogą gromadzić się na błonie przewodów oskrzelowych, a więc w miejscu, gdzie zaczyna się większość przypadków raka płuc u ludzi. Inne nowotwory związane z paleniem tytoniu, to nowotwory warg, języka, jamy ustnej oraz krtani.

Kwasy (m. in. octowy, mrówkowy, siarkowodorowy oraz cyjanowodór) - powodują upośledzenie czynności błon śluzowych, są przyczyną nieżytów i przewlekłych zapaleń. Cyjanowodór i kwas siarkowodorowy zakłócają oddychanie, a w większości ilościowych porażają ośrodek oddechowy i są w stanie zatrzymać pracę serca.

Pyły - gromadzą się w węzłach chłonnych palaczy, w związku z czym nie są one w stanie spełniać obronnej roli przed infekcjami dróg oddechowych.

Na dzisiaj tyle w tym temacie.

Mam nadzieję, że powyższe informacje dadzą do myślenia i skutecznie zniechęcą do sięgania po papierosy.



Pozdrawiam
Ola Kowalska