



Пассивное курение - вдыхание воздуха с токсинами табачного дыма — является источником более чем 7000 летучих субстанций, среди которых 70 канцерогенов, способных вызвать рак у ребенка.

До 85% сигаретного дыма не оседает в легких виновника, а уходит в атмосферу. Считается, что продолжительное нахождение в накуренном помещении опаснее для здоровья, чем активное курение. **Ребенок, чьи родители курят, ежегодно употребляет дозу никотина, эквивалентную 60-150 сигаретам.** По приблизительным оценкам, пассивное курение ежегодно вызывает свыше 600000 преждевременных смертей во всем мире. Такой показатель, как уровень «минимально допустимого» вдыхания сигаретного дыма, не установлен.

Пассивное курение и дети

Проблемы со здоровьем детей, вызванные пассивным курением:

- Респираторные инфекции. Под воздействием табачных токсинов тяжесть и частота респираторных инфекций, таких как пневмония и бронхит, увеличивается в среднем в 1,5 раза. Это объясняется раздражением и воспалением дыхательных путей, а также нарушением функций иммунных клеток в легких. Риск респираторных заболеваний выше на 60-70%, если курит один или оба родителя, и «всего» на 30%, если курит другой член семьи.

- Астматические приступы. У ребенка, страдающего астмой, в результате пассивного курения риск обострений на 20% выше, а приступы становятся более частыми и тяжелыми. Такие дети чаще требуют госпитализации и ИВЛ, дольше пребывают в стационаре и получают более высокие дозы лекарств. Табачный дым называют одним из главных провокаторов астмы.

- Средний отит. У детей курильщиков риск рецидивирующих ушных инфекций (средний отит) увеличивается на 50%. Врачи объясняют этот феномен тем, что табачный дым вызывает дисфункцию евстахиевой трубы и повреждение реснитчатых клеток эпителия, набухание слизистой оболочки, гиперплазию аденоидов.

- Снижение легочной функции. Нарушение функционирования легких происходит из-за повторяющихся респираторных инфекций в раннем возрасте и возможного внутриутробного воздействия токсинов на развивающиеся легкие плода.

- Неврологические нарушения.

Внутриутробное пассивное курение вызывает: - повышение риска нейробиологических нарушений - умеренное снижение маркеров интеллектуальных, лингвистических, перцептивных и других способностей в школьном возрасте - многократное повышение риска поведенческих проблем, дефицита внимания и гиперактивности к возрасту 10 лет.

- Онкологические заболевания. Новые исследования указывают на связь между пассивным курением и развитием нескольких видов рака у детей.

- Синдром внезапной детской смерти. Дети курильщиков умирают безо всякой видимой причины на 94% чаще по сравнению с малышами, чьи родители ведут здоровый образ жизни. **Каждый год в мире СВДС уносит 20-30 тысяч детских жизней.**

Почему дети так уязвимы перед пассивным курением и табачным дымом? Ответ на этот вопрос кроется в физиологии растущего организма ребенка.

Влияние табачных токсинов на ребенка определяют:

- размер частиц;
- высокая частота дыхания;
- длительное проживание с курильщиками;
- эффективность абсорбции легкими.

Чтобы защитить здоровье детей и предотвратить непоправимое, врачи настоятельно рекомендуют всем будущим родителям:

- отказаться от сигарет задолго до зачатия;
- избегать активного и пассивного курения при беременности;
- выбирать детские сады, школы и площадки, где борются с курением;
- разьяснять детям вред курения и подавать достойный пример.

Хрупкая судьба наших любимых малышей – в ваших руках!