

## **Родителям на заметку: табакокурение несовершеннолетних**

16.04.2015

Во всем мире ряды курильщиков значительно помолодели. Все больше людей пробуют свою первую сигарету в подростковом возрасте. По статистике, более 60% курящих людей начали курить до того, как стали совершеннолетними.

Все больше становится девочек, которые курят. Среди 14-летних курильщиков их почти половина.

Вред, который табак может нанести детскому организму, в несколько раз больше, чем взрослому. У подростка еще не до конца сформированы все внутренние органы и системы организма. Большинство внутренних процессов в организме, в том числе и обмен веществ, может дать сбой вследствие малейшей причины, не говоря уже о такой, как курение сигарет.

Организм курящего подростка начинает плохо усваивать витамины А, В1, В6, В12 и С. Вследствие этого дети хуже развиваются, у них замедляется рост, могут возникнуть малокровие и различные воспалительные процессы в носоглотке. Курящие подростки также рискуют своим зрением. У них чаще, чем у их некурящих сверстников, развиваются близорукость и астигматизм. Слух курящих детей также ухудшается, они практически перестают слышать низкие звуки.

У курящих подростков нарушается работа центральной нервной и сердечно-сосудистой систем. Такие дети чрезвычайно уязвимы, легко раздражаются и отличаются вспыльчивым и жестоким характером. Помимо всего прочего, нарушается способность концентрироваться, они становятся невнимательными, рассеянными и плохо запоминают новую информацию.

Подросток еще не до конца умеет управлять своими эмоциями и контролировать вспышки гнева. Табак еще больше усиливает это состояние. Сколько преступлений было совершено подростками, одурманенными сигаретным дымом, алкоголем и наркотиками!

## **Причины табакокурения:**

Какие же причины побуждают людей начать курить сигареты? В зоне риска находятся дети и подростки. Более 70% курящих людей начали курить еще в подростковом возрасте. В этот период организм еще окончательно не сформирован и быстрее привыкает к каким-либо нововведениям. Редкий подросток имеет большую силу воли и, как следствие, не может самостоятельно бросить курить.

Подростки начинают курить по разным причинам. Многие это делают из любопытства, но большинство – чтобы поддержать свою компанию. Если почти все его друзья курят, подростку трудно удержаться от этого. Некоторые хотят быть как все или боятся прослыть среди сверстников белой вороной.

Многие подростки начинают курить от безделья. Современный подросток предоставлен самому себе. Именно вследствие этих причин с наступлением темноты на улице сейчас можно увидеть толпы бездельничающих подростков, не умеющих и не знающих, чем занять свой досуг.

Если родители, один или оба, курят, вряд ли их ребенок вырастет некурящим. Как известно, родители являются для своего ребенка примером, и он будет делать то, что делают они. Поэтому курящим родителям подчас бывает сложно объяснить своему ребенку, почему им можно курить, а ему нельзя.

Некоторые подростки воспринимают сигарету как неременный атрибут взрослой жизни. Закуривая, ребенок чувствует, что повзрослел. Это ошибочное мнение. Взрослый человек как раз в силу своего возраста никогда не будет с помощью чего-то доказывать окружающим, что он взрослый. Но ведь подросткам этого не объяснишь, особенно если со стороны друзей они постоянно слышат разные подначки: «Ты боишься закурить, потому что ты еще маленький!», «Что, курить мама с папой не разрешают?» и т. д.

Человек, решивший закурить сигарету, очень рискует. Эффект от курения заключается в моментальном расслаблении и чувстве краткосрочной эйфории. Человек, не куривший, например, полдня, уже после первой долгожданной затяжки испытывает, можно сказать, настоящее счастье.

Приятные чувства, которые испытывает человек благодаря курению сигареты, расположены лишь на поверхности. В глубине же проблемы находится множество негативных последствий, которые возникают в результате пристрастия к этой вредной привычке.

**Обращайтесь за помощью (АНОНИМНО) в Наркодиспансер №2 !!!**

Адрес: г. Москва, ул. Зои и Александра Космодемьянских, д.6 (м. Войковская).

Тел.: (499) 150-06-64

*Ежедневно с 9:00 до 16:00 (кроме субботы и воскресения)*

---

Адрес страницы: <http://aeroport.mos.ru/presscenter/news/detail/1750527.html>

---

[Управа района Аэропорт города Москвы](#)