**Пассивное курение опаснее обычного**

По данным исследования, в настоящее время в Республике Беларусь курит 30% населения в возрасте от 16 лет и старше, из них: постоянно курит более 20%.

В Могилевской области курит 29% взрослого населения, наибольшее число курильщиков сосредоточено в возрастной группе 41-50 лет.

Согласно данным, более 90% населения подвержены пассивному курению. Наиболее часто людям приходится сталкиваться с пассивным курением в компании друзей и знакомых, на остановках общественного транспорта, у себя дома.

Одним из основных принципов деятельности по профилактике табакокурения является формирование в обществе нетерпимого отношения к курению.

Много десятилетий табачные компании применяют изощренные методы вовлечения молодежи в употребление табачной и никотиновой продукции: от дизайна продукции до маркетинговых кампаний, призванных обеспечить приток новых, молодых потребителей на смену миллионам людей, ежегодно умирающих от связанных с табаком болезней.

Как производители табачных и никотиновых изделий манипулируют

**молодежью?**

использование в составе табачных и никотиновых изделий ароматических добавок отвлекающих внимание от рисков для здоровья и служащих поводом попробовать такие изделия;

стильный дизайн и привлекательная форма изделий, которые легко носить с собой и можно принять за что-то другое (флеш-карты или конфеты);

продвижение якобы «менее вредных» или «более чистых» альтернатив традиционным сигаретам;

скрытая реклама табачной продукции в кинофильмах, телепередачах и онлайновых потоковых трансляциях;

- размещение в часто посещаемых местах автоматов по продаже сигарет с ярким рекламным оформлением.

**Курильщики даже не задумываются о том, что могут причинить вред некурящим людям, находящимся рядом**.

Реакция здорового организма некурящего человека на табачный дым наступает незамедлительно – это проявляется головной болью, головокружением, слёзотечением, сильным кашлем, иногда появляется тошнота и рвота.

**Специалисты предупреждают, развитие злокачественных опухолей лёгких (рак лёгких) напрямую связано с пассивным курением.**

Легкие — главный орган дыхательной системы человеческого организма. Заболевания легких в последнее время стали достаточно частым и распространенным явлением и представляют собой одну из самых главных угроз для жизни и здоровья человека. Болезни легких занимают 6 место среди причин высокой смертности, часто приводят к инвалидности и ранней потере трудоспособности.

Сильное вредное влияние пассивное курение оказывает на детей. Организм ребёнка развивается стремительно и влияние неблагоприятных факторов в этот период крайне нежелательны во избежание развития различного рода патологий. Больше всего у таких детей страдает дыхательная система – частые простудные заболевания, бронхиты, астма. Опасным пассивное курение является и для беременных женщин. Вдыхание табачного дыма приводит к снижению концентрации кислорода крови, что в свою очередь приводит к кислородному голоданию плода (мёртворождение или рождение ребёнка с разнообразными пороками развития).

**Если Вы курите, то задумайтесь о своём здоровье и здоровье окружающих, особенно о родных людях и детях**!

Не стоит начинать курить, только потому, что так модно или курят все вокруг вас.

Желание сохранить крепкое здоровье – важная социальная потребность человека, необходимое условие полноценной жизни, высокой творческой активности, счастья.

Болезни, вызванные курением, употреблением алкоголя, подкрадываются тихо, незаметно, вылечить же человека, вернуть ему здоровье очень трудно, а в ряде случаев и невозможно.

Разумное чередование труда и отдыха, рациональное питание, занятия физкультурой и спортом, интересное и увлекательное проведение досуга, отказ от курения и употребления алкоголя сохранят и укрепят ваше здоровье, продлят работоспособность, активную творческую деятельность.

Избежать последствий, которые несёт в себе курение, легче всего – никогда не курить.