

PASYVAUS RŪKymo ŽALA VAIKO SVEIKATAI

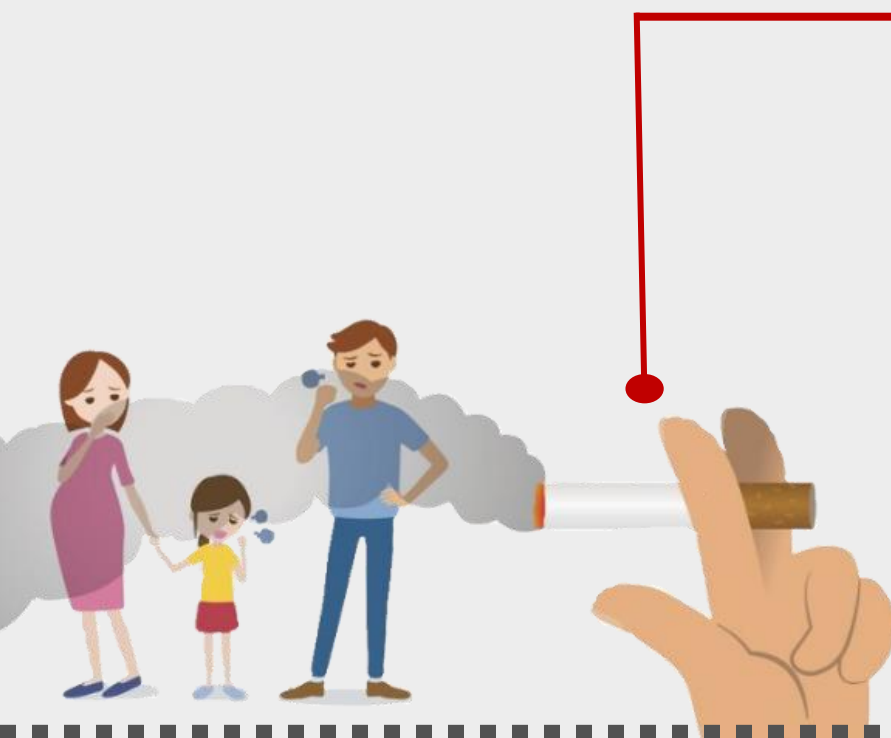


Tabako dūmas – antroji pagal dažnumą viso pasaulio žmonių mirčių priežastis.

Pasyvus rūkymas – tai kvėpavimas tabako dūmais užterštu oru. Nerūkantis, kurį laiką išbuvęs prirūkytoje patalpoje, gali jausti intoksikacijos požymius: galvos skausmą, pykinimą. Be to, šie dūmai dirgina akių, burnos, nosies gleivines, o tai sukelia akių ašarojimą, kosulį. **Tačiau didžiausia problema kyla tuomet, kai kalbame apie pasyvaus rūkymo poveikį vaikams, kurie yra itin jautrūs cigarečių dūmams.**

Vaikams, kurie pasyviai „rūko“, didėja rizika susirgti daugeliu ligų:

- Staigios mirties sindromu;
- Astma;
- Rimtomis kvėpavimo takų ligomis, tokiomis kaip bronchitas ar plaučių uždegimas;
- Meningitu;
- Peršalimo ligomis;
- Vidurinės ausies uždegimu, kuris gali baigtis apkurtimu;
- Vystymosi sutrikimai.



Tabako dūmuose yra apie 4 tūkstančius nuodingų medžiagų!

Nikotinas

Ciano vandenilis

Azoto oksidas

Amoniakas

Anglies monoksidas

Įvairios dervos ir t.t.

Vaikai būdami šalia rūkančiųjų ne tik įkvepia cigarečių dūmų, tačiau dėl jų plonos odos kenksmingos medžiagos lengvai per ją patenka ir į kraują.



SVARBŪS FAKTAI

- Pasaulyje pasyvus rūkymas kasmet nusineša 603 000 nerūkančiųjų gyvybes.
- Ūmus pasyvaus rūkymo poveikis pasireiškia akių sudirginimu, čiauduliu, sloga, kosuliu, pykinimu, galvos skausmais ir kitais simptomais.
- Ilgainiui pasyvus rūkymas gali 25-30 proc. padidinti širdies ligų riziką ir 20-30 proc. padidinti plaučių ligų riziką.
- Pasyvus rūkymas gali sukelti plaučių vėžį net tiems žmonėms, kurie niekada nerūkė.
- Rizika susirgti astma žmonėms, veikiamiems aplinkoje esančių tabako dūmų, išauga 40-60 procentų.
- 70 proc. vaikų dėl pasyvaus rūkymo susiduria su sveikatos sutrikimais, o vaikams, kurie dažnai būna prirūkytose patalpose, tikimybė susirgti plaučių ligomis išauga net 50 proc.

**1 VALANDA PRIRŪKYTOJE PATALPOJE = 1
SURŪKYTA CIGARETĖ!!!**

RŪKYMAS MAŠINOJE

Važiuojančioje mašinoje rūkydami žmonės galvoja, kad dūmai greit išsivėdins. Deja, yra ne visai taip. Pirmiausia, kol rūkoma, šalia sėdintys spėja prisikvėpuoti dūmų ir juose esančių sveikatai žalingų medžiagų, o kitas aspektas, apie kurį nesusimąstome, yra tas, kad toksiškos medžiagos susigeria į minkštus paviršius – sėdynes, kilimėlius, ir juose išlieka dar kurį laiką.



Nėra tokios ventiliacijos ar oro filtrų sistemos, kuri galėtų visiškai pašalinti tabako dūmų nuodingąsias medžiagas iš patalpų oro.