

Влияние курения на женский организм



До начала прошлого века табакокурение считалось исключительно мужской привилегией. Курение среди женщин считалось признаком дурного тона. С развитием эмансипации дамы начали принимать на себя не только мужские функции, но и перенимать вредные привычки представителей сильного пола.

Сегодня женское курение превратилось в настоящую социальную проблему. Основная опасность заключается в том, что наибольший процент любительниц подымить относится к категории женщин репродуктивного возраста, второе место среди потребителей табачной продукции занимают девушки в возрасте 14–15 лет. Это создает угрозу не только для здоровья самой курильщицы, но также ставит под вопрос возможность зачатия и рождения здорового ребенка.

О вреде курения для женщин знают все, но не каждая женщина находит в себе силы отказаться от вредной привычки. Дело в том, что, поступая в головной мозг, никотин стимулирует синтез гормона удовольствия (дофамина). Это улучшает настроение, помогает бороться со стрессом. Со временем чувствительность рецепторов дофамина снижается. Для поддержания эффекта требуются все большие дозы никотина. Количество выкуренных сигарет растёт. По результатам исследований, женщины более восприимчивы к табаку, чем мужчины. Риск развития опасных заболеваний на фоне курения у дам выше в несколько раз. От воздействия никотина страдают все системы организма.

Вредная привычка многократно повышает риск развития рака лёгких, причем у женщин он выше, чем у мужчин. Болезнь у дам формируется в более раннем возрасте. Поэтому раз в год любительницам табака нужно ежегодно делать флюорографию. Также курение многократно увеличивает вероятность рака шейки матки, яичников, молочных желёз.

Негативно сказывается сигаретный дым на способности забеременеть. Под воздействием табака сокращается синтез женского гормона – эстрогена. Его нехватка провоцирует сбой менструального цикла, месячные протекают болезненно. Менопауза наступает раньше, чем у некурящих дам.

Самое опасное заблуждение (или оправдание для себя) – беременным нельзя резко бросать курить, так как из-за этого нарушится гормональный фон. Научных подтверждений этому нет. Напротив, работа систем организма нормализуется, процесс вынашивания ребенка будет протекать гораздо легче. Если продолжать курить, плоду будет нанесен огромный вред. Любители кальяна утверждают, что он безвреден для организма – это не так! Табачный дым, действительно, частично нейтрализуется жидкостью, через которую он проходит. Но угарного газа и ядовитых смол в нём даже больше.

Выглядеть молодо и привлекательно мечтает каждая женщина. Но это несовместимо с пристрастием к никотину. От курения больше всего страдает кожа, которая вместе с дымом впитывает все токсические вещества.

Как вернуть привлекательность после отказа от курения? Первое, что нужно сделать для возвращения привлекательности, – навсегда бросить курить. Со временем

организм очистится от сигаретного яда, активируются метаболизм и механизмы клеточной регенерации. Лицо посвежеет, уйдёт желтушность. После восстановления нормальной работы сальных желёз пропадут воспаления. У девушек, которые курят непродолжительное время, красота восстановится за несколько месяцев интенсивного ухода.

Н.Д. БУРАК,
заместитель главного врача по медицинской части
УЗ «33-я городская студенческая поликлиника»

Поздравляем с юбилеем!

- ПАВЛОВСКУЮ Ирину Александровну**, методиста 1 квалификационной категории (отдел по идеологической и воспитательной работе), **01.03**
- БУХТИЛОВУ Елену Михайловну**, уборщика помещений 1 разряда работы (общезжитие № 3), **07.03**
- БОНДАРЬ Наталию Филипповну**, лаборанта 1 квалификационной категории (научно-исследовательская аналитическая лаборатория), **08.03**
- ВЫШЕМИРСКУЮ Валентину Георгиевну**, библиотекаря 1 квалификационной категории (отдел обслуживания и хранения фондов), **08.03**
- ДМИТРИЧЕНКО Александра Кирилловича**, начальника хозяйственного отдела, **13.03**
- ТИУНЧИКА Александра Александровича**, заведующего кафедрой высшей математики, **17.03**
- ПАВЛОВСКОГО Владимира Александровича**, старшего преподавателя кафедры автоматизированных систем управления производством, **25.03**
- АДАСЬ Галину Михайловну**, начальника планово-финансового отдела, **31.03**
- МЕТЛИЦКОГО Сергея Валерьевича**, водителя 6 разряда работы (производственная бригада водителей гаража), **31.03**

