**ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Алтайском крае»**

**Памятка**



**Опасность раннего курения**

 [Практически каждый третий современный подросток уже знаком с сигаретой и большинство из них курят постоянно. В силу юного возраста и присущего легкомыслия, школьники редко задумываются о последствиях, несмотря на угрожающие рисунки картинки: курение убивает, «украшающие каждую сигаретную пачку». Сигарета как «запретный плод». О чем мечтает каждый подросток? Чтобы быстрее стать самостоятельным человеком. Сигарета в представлении школьника – атрибут взрослой самодостаточной жизни. У курящих подростков уже в школе начинают возникать проблемы со здоровьем: ухудшение памяти, падение зрения, что дает развитие глаукомы и повышение внутриглазного давления, слабеет физическое развитие, страдает нервная система у подростков-курильщиков, быстрее появляется утомляемость и раздражительность, падает способность логически мыслить, возникают проблемы с щитовидкой. Никотин запускает разрушительные процессы в щитовидной железе. Происходит глобальное нарушение обмена веществ. Еще одна опасность детского курения - качество потребляемых сигарет, это самые дешевые сорта, зачастую без фильтра. К тому же, нехватка средств приводит к тому, что одна и та же сигарета передается «по кругу» - а это фактор высочайшего риска инфицирования, в том числе вирусом герпеса, ВИЧ, гепатита. По статистике смертность, наблюдаемая в группе людей, пристрастившихся к сигаретам в юном возрасте, в 5 раз выше, чем в той, где с курением познакомились в возрасте 25-30 лет. Дети! Берегите свое здоровье. А родители прикладывайте все силы, чтобы раннее курение не произошло! Желательно личным примером!2322×1646](https://yandex.ru/images/search?source=wiz&img_url=https%3A%2F%2Fznaj.ua%2Fsites%2Fdefault%2Ffiles%2Fimce%2F2017%2F04%2F545%2Ff_12748668061369672502.jpg&p=2&text=%D0%B4%D0%B5%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B5%20%D0%BA%D1%83%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5&noreask=1&pos=75&rpt=simage&lr=197)

***Телефон Единого консультационного центра Роспотребнадзора***

***8 800 555 49 43 (звонок по России бесплатный)***

**Учебно-консультационный центр по защите прав потребителей,**

**гигиенического обучения и воспитания населения**

**г.Барнаул, ул. Пролетарская 146а,**

**E-mail:uk-centr 7@altcge/ru,**

**Телефон: 8(385 2) 503032**

**2019**