

Autorem materiálu a všech jeho částí, není-li uvedeno jinak, je Mgr. Anna Polívková, spoluautorem je Mgr. Marie Janečková .

Dostupné ze Školského portálu Karlovarského kraje www.kvkskoly.cz, materiál vznikl v rámci projektu Gymnázia Cheb s názvem Rozvoj školského portálu Karlovarského kraje



SZŠ a VOŠZ Karlovy Vary
autor Mgr. Anna Polívková
spoluautor Mgr. Marie Janečková

Kuřáctví



Historie

**Tabák pěstovali a kouřili již indiáni,
na rozdíl od dnešních kuřáků
bez významného zdravotního
poškození,
nebot' ho užívali jen rituálně.**



Historie

**Do Evropy byl tabák přivezen
námořníky na lodích
Kryštofa Kolumba.**

**Dnes je tabák rozšířen po
celém světě.**



Složení cigarety

**Cigareta obsahuje,
kromě žádoucího nikotinu
ještě kolem 5 000 dalších
chemických látek.**



Složení cigarety

**Pouze nikotin
je látkou návykovou.**



Složení cigarety

Při kouření cigarety se do organismu kuřáka vedle nikotinu dostávají také další látky, například:

arsenik,

kobalt,

čpavek,

dehet,

polonium,

pyridinové zásady a další.



Složení cigarety

Zapálená cigareta

(teplota jejího okraje dosahuje 700 – 1000°C)

obsahuje navíc ještě

kysličník uhelnatý.



Složení cigarety

**Při vykouření jedné cigarety se uvolní
kolem 2 litrů kouře.**

**Vdechovaný kouř se rychle dostane do
krevního oběhu a za 7 až 8 vteřin se
dostane až do mozku.**



Charakteristika nikotinu

Nikotin je prudký jed,
jeho jedovatost je stejná
jako jedovatost obávaného
kyanidu draselného (cyankáli).



Charakteristika nikotinu

Smrtelná dávka nikotinu je
kolem 50 mg a
může být obsažena v jedné
jediné cigaretě.



Charakteristika nikotinu

Po vykouření jedné cigarety se neumírá,
to proto, že při kouření se z cigarety vstřebává
asi jen 1 až 2 mg nikotinu.



U doutníku už je to až 10 mg.

Charakteristika nikotinu

Nikotin se při kouření hromadí až na konci cigarety nebo doutníku, takže například po konzumaci piva,

do něhož byl vhozen nedopalek doutníku, může dojít k prudké otravě nikotinem.



Jednorázové účinky cigarety

Nikotin stahuje kožní cévy,
proto dojde ke snížení tělesné teploty o
2 až 3°C,
ale naopak stoupá tepová frekvence o
10 – 15 tepů za minutu.



Jednorázové účinky cigarety

Kysličník uhelnatý způsobuje
sníženou schopnost krvinek

vázat kyslík,

to vede ke snížení aerobní kapacity

což je významné pro jednorázový

výkon (např. u sportovců).



Jednorázové účinky cigarety

U těhotných žen

jedna jediná vykouřená cigareta

zrychlí tepovou frekvenci plodu

po dobu 90 minut.



Důsledky dlouhodobého kouření

Postižení dýchacího systému:

chronický zánět hltanu,

hrtanu,

průdušnice a průdušek

s typickým kašlem kuřáků

chronická obstrukční plicní nemoc,

astma bronchiale .



Důsledky dlouhodobého kouření

Postižení trávicího systému:

vzniká nechutenství,

střídání průjmů se zácpou,

časté zvracení,

vředová choroba.



Důsledky dlouhodobého kouření

**Postižení endokrinního
systému:**



poruchy funkce štítné žlázy,
cukrovka.

Důsledky dlouhodobého kouření

Postižení oběhového systému:

bušení srdce, nepravidelnosti v rytmu tepu,
pocity svírání v srdeční krajině, vzestup krevního tlaku,

hypertenze,

cévní mozková příhoda,

ischemická choroba dolních končetin,

aneurysmata,

infarkt.



Důsledky dlouhodobého kouření

Mnohé další nemoci vnitřních orgánů jsou způsobeny kouřením.

Jsou to především:

nádorová onemocnění jícnu,
hrtanu, ústní dutiny, žaludku,
ledvin, močového měchýře,
děložního čípku, střeva.



Důsledky dlouhodobého kouření

U mužů

v důsledku užívání nikotinu

dochází

k poklesu potence.



Důsledky dlouhodobého kouření

U žen se dostavují
poruchy
menstruace.



Důsledky dlouhodobého kouření

V těhotenství

může vlivem působení nikotinu

dojít až k potracení plodu.

Protože nikotin prostupuje placentou,

bývá dítě postiženo

otravou různého stupně.



Důsledky dlouhodobého kouření

**Ženy, které kouří a
současně užívají hormonální antikoncepci,
jsou ohroženy rizikem vzniku
tromboembolické nemoci a
ischemickou chorobou srdeční.**



Důsledky dlouhodobého kouření

**Matky, které kouří během
těhotenství, mají děti
s nižší porodní hmotností
ve srovnání
s dětmi nekuřáček.**



Důsledky dlouhodobého kouření

Rakovina plic se u kuřáků
vyskytuje

padesátkrát

častěji než u nekuřáků.

Devadesát procent všech lidí,
kteří u nás ročně umírají na rakovinu plic,
je silných kuřáků.



Důsledky dlouhodobého kouření

Podle odhadů si silný kuřák
zkracuje svůj život ve srovnání s nekuřákem
minimálně o 4 roky.

Můžeme říci, že doba,
kterou kuřák věnuje kouření
se rovná době,
o kterou bude díky kouření
jeho život zkrácen.



Důsledky dlouhodobého kouření

Nikotin je typický nervový jed,
proto se u kuřáků také nejčastěji
vyskytují poruchy nervového systému a
trpí jednotlivá smyslová ústrojí,
nejvíce bývají narušeny čich a chuť.



Důsledky dlouhodobého kouření

I v tabákovém kouři je obsažen

methyllalkohol,

který je specificky jedovatý pro

zrakový nerv,

může však poškodit také

sluchový nerv.



Důsledky dlouhodobého kouření

Tabák

**v podstatě zabije
každého druhého
svého konzumenta.**



Použitá literatura

- KRÁLÍKOVÁ, E. *Tabák a závislost na tabáku*. In KALINA, K. a kol. *Drogy a drogové závislosti 1: mezioborový přístup*. 1. vyd. Praha: Úřad vlády ČR, 2003. 236 s. ISBN 80-86734-05-6.
- SKÁLA, J. *Lékařův maratón: ber a dávej*. 1. vyd., Praha: Český spisovatel, 1998. 291 s. ISBN 80-202-0663-9.

