Курение родителей и здоровье детей

Никого не удивишь тем фактом, что курение вредно. При этом (по данным ВОЗ – Всемирной Организации Здравоохранения) в мире 1,3 миллиарда человек, то есть почти каждый пятый житель Земли, зависим от табачных изделий. По степени привыкания курение табака уступает лишь алкоголизму, обходя при этом героиновую и кокаиновую зависимости. По данным выборочного исследования состояния здоровья населения, проведенного Росстатом в 2019 году, табак потребляли 24,2% россиян. Доля курящих среди мужчин составляла 40%, среди женщин — 11%. Цифры впечатляют, учитывая, что курение является одним из наиболее опасных факторов риска для россиян. Но общей тенденцией за последнее десятилетие стало снижение уровня курения. По данным исследования, в 2009 году активными курильщиками табака были 39% или почти 44 млн человек взрослого населения России. Среди мужчин таковых было 60,2% (30,6 млн человек), среди женщин — 21,7% (13,3 млн).

В последнее время все чаще принимаются такие меры административного характера, как запрет на курение в общественных местах. Это делается для того, чтобы значительно уменьшить на некурящих людей влияние пассивного курения. Но, как правило, заядлый курильщик считает, что это вредное пристрастие является его личным делом, совершенно забывая об окружающих людях. Табачный дым не только вдыхается курильщиком, он также поступает в окружающий воздух. Врачи выделяют несколько типов табачного дыма. Первичный дым - тот, что человек вдыхает в процессе курения, вторичный - дым, которым дышат пассивные курильщики. Третичный табачный дым оседает во время курения на волосах и одежде окружающих людей.

Согласно исследованию, опубликованному в журнале Nicotine & Tobacco Research, около 63% младенцев и детей младшего возраста, участвовавших в тестировании, имели значительный уровень котинина, что свидетельствует о сильном влиянии вторичного и третичного табачного дыма. Исследователи обнаружили, что родители знают о том, что пассивное курение может навредить детям, но часто не знают, каким образом. Каждая женщина мечтает иметь

физически и душевно здорового ребенка. Но эта мечта может не осуществиться из-за пагубного пристрастия родителей к курению.

У курящих женщин затруднено зачатие из-за того, что токсические вещества табачного дыма тормозят выработку необходимых при беременности гормонов, затрудняют созревание яйцеклеток и их движение по маточным трубам. Кроме того, курение уменьшает репродуктивный возраст женщины на 1–2 года и вызывает раннюю менопаузу, так как токсины из табачного дыма негативно влияют на железы внутренней секреции и подавляют выработку «женских» гормонов эстрогенов. Даже если женщина не курит, забеременеть от курящего мужчины ей будет гораздо сложнее, чем от некурящего. Никотин сужает сосуды - в том числе и в малом тазу, что может привести к снижению способности к эрекции и увеличивает риск импотенции на 50 процентов. Это серьезно уменьшает шансы на зачатие. Кроме того, токсины из табачного дыма повреждают сперматозоиды, делая их нежизнеспособными, а, значит, снижают шансы на то, что хотя бы один из них достигнет яйцеклетки и оплодотворит ее.

Всемирной организацией здравоохранения был сделан вывод о том, что пассивное курение у детей вызывает заболевания бронхитом, пневмонией, кашель и свистящее дыхание, приступы астмы, воспаление среднего уха, внезапную младенческую смерть и, возможно, повреждение сердечно-сосудистой системы и неврологические и биологические отклонения. Исследования показали, что вероятность респираторных заболеваний у детей у которых мамы курят в 1,7 раза выше, чем у детей, чьи матери не курят. Отцовское курение приводит к увеличению риска респираторных заболеваний в 1,3 раза.

Около 40% детей, появившихся на свет от курящих родителей, страдают теми или иными дефектами физического и психического развития, отличаются повышенной предрасположенностью к различным инфекционным и неинфекционным болезням. В результате курения отравляющие вещества могут сильно повредить росту будущего ребенка. Именно поэтому у курящих матерей дети обычно рождаются с пониженным весом. А это может стать причиной огромного количества осложнений в дальнейшем. Наиболее распространенным хроническим заболеванием в детстве является астма. У детей курящих родителей возрастает риск заболеваний астмой и появления респираторных симптомов (одышка, нарушение дыхания и мокрота).

Дети, вынужденные дышать дымом сигарет, хуже успевают в образовательном учреждении, имеют сложности с засыпанием, памятью, адаптацией в коллективе из-за повышенной возбудимости и нервозности.