

Tytoń

Powiatowa Stacja
Sanitarno – Epidemiologiczna
we Wrześni

Klaudia Zbieranek

Co to jest tytoń?

- **Tytoń** – produkt tworzony z liści tytoniu, które jest wykorzystywane w formie używki.
- Najpopularniejsze formy takiego wykorzystywania tytoniu to **palenie** (np. w formie papierosa, cygara lub w fajce).



Tytoń jako roślina

- Tytoń to roślina uprawiana w krajach tj Azja (Chiny, Indzie, Turcja), Europa (Włochy, Grecja), Ameryka Pd (Brazylia), Ameryka Pn (USA), Afryka (Zimbabwe).
- **Zastosowanie:**
 - jako surowiec do produkcji wyrobów tytoniowych,
 - jako rośliny ozdobne,
 - jako nawóz-
właściwości owadobójcze
i grzybobójcze.



Tytoń sandera



Tytoń
szlachetny

Tytoń
oskrzydłony



Tytoń
siny

Historia- pochodzenie tytoniu

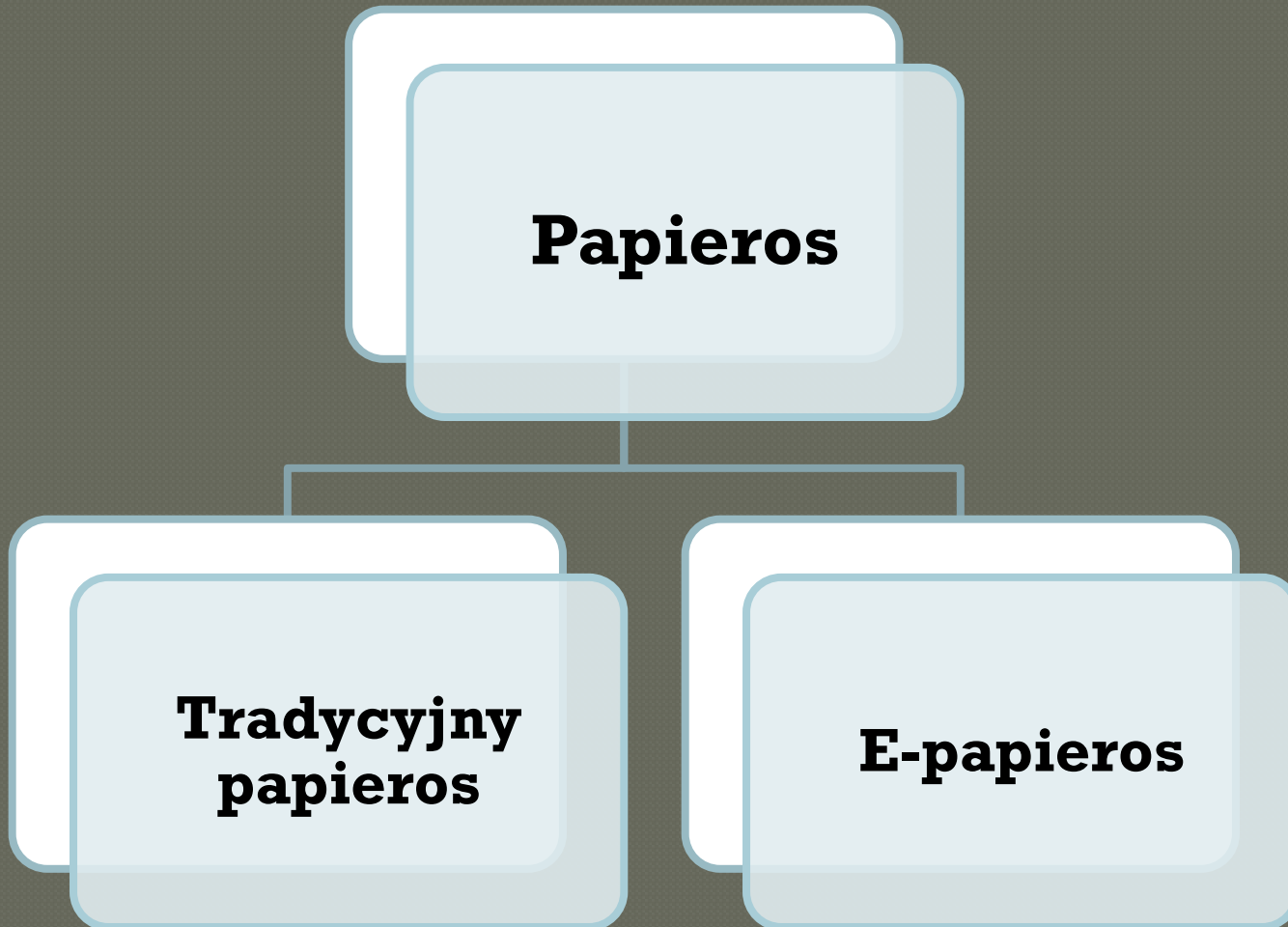
- Wiele plemion **rdzennych Amerykanów** uprawiało i używało tytoń **w Meksyku** już **w latach 1400–1000 p.n.e** (rytuały plemienne- wierzono we właściwości lecznicze).
- **W XV w** Krzysztof Kolumb przywiózł tytoń z Ameryki Środkowej do Europy.



Historia- rozwój tytoniu

- Tytoń napędzał i stanowił główną część gospodarki południowych Stanów Zjednoczonych do czasu, kiedy został zastąpiony **bawełną**.
- Po wojnie secesyjnej wynaleziono maszyny, które zautomatyzowały produkcję papierosów. Wzrost produkcji przyczynił się **do gwałtownego zwiększenia się przemysłu tytoniowego**.

Podział papierosów



PAPIEROSY

Papieros

- ◉ **Papieros** – mieszanka tytoniowa zawierająca spreparowane liście różnych odmian tytoniu. Podczas palenia papierosa zawarta w dymie papierosowym nikotyna dostaje się do krwi i wywiera swoje działanie na organizm palacza. Oprócz nikotyny dym tytoniowy zawiera tysiące innych szkodliwych, rakotwórczych substancji chemicznych.

Strumienie palenia

GŁÓWNY STRUMIEŃ PALENIA

- To dym, który palacz wciąga przez ustnik.
- Wydechając go, **naraża siebie i inne osoby** na choroby.

BOCZNY STRUMIEŃ PALENIA

- To dym z żarzącego się końca papierosa.
- Zwiera **więcej szkodliwych składników** niż główny.

Bierne palenie

- Niepalący zmuszeni do oddychania zadymionym powietrzem to **bierni palacze**.
- Oni także mogą zachorować, choć nie palą.
- Najbardziej zagrożone są niemowlęta i małe dzieci, których rodzice palą w domach.



Skład papierosów

- W papierosie znajduje się **4000** substancji chemicznych. Oprócz trujących są także rakotwórcze składniki jest ich **40**.
- Podstawowymi składnikami są:

Nikotyna + **Substancje smoliste** + **Tlenek węgla** =



Trucizna
przenika do krwi
i mózgu podczas
palenia



Dostają się
do płuc
i oklejają ich
pęcherzyki



Toksyczny blokuje
wchłanianie tlenu
do krwi

Co jeszcze wdycha palący?

- **Benzen** używa się go jako rozpuszczalnika klejów.
- **Formaldehyd** używa się go do balsamowania zwłok.
- **Selen** przyswajany w dużych ilościach z dymem tytoniowym zwiększa ryzyko raka płuc.
- **Beryl** używany do produkcji urządzeń elektrycznych, ceramiki.
- **Kadm** może uszkodzić płód, nerki, prowadzić do utraty węchu.
- **Nikiel** używany jest do produkcji baterii, monet.

Nikotyna

- **Nikotyna**- naturalnie występuje w liściach i korzeniach tytoniu szlachetnego.
- **Działanie na organizm:**
 - zanik bólu i głodu, przyspieszone bicie serca, rozszerzone źrenice,
 - w większych dawkach powoduje trwałe zablokowanie działania układu nerwowego, zmiana postrzegania otoczenia, światłowstręt, zmęczenie, brak energii, uczucie oderwania od rzeczywistości, wymioty, biegunka.

Jak dym papierosowy wpływa na człowieka?

- Palenie prowadzi do ponad **25 różnych chorób**.
- **W krótkim okresie** od rozpoczęcia palenia zauważa się:
 - krótki oddech,
 - szybkie bicie serca,
 - objawy astmy,
 - niepłodność,
 - wysokie stężenie tlenku węgla we krwi.



Po dłuższym czasie palenia

Po dłuższym czasie palenia następuje:

- zawał serca,
- udar mózgu,
- nowotwory płuc, krtani, jamy ustnej, gardła, przełyku, trzustki, pęcherza moczowego, nerek, krwi – białaczka,
- przewlekła obturacyjna choroba płuc,
- gruźlica,
- wrzody żołądka i dwunastnicy.

E-PAPIEROSY

E- papierosy

- **E-papieros**, czyli **elektroniczny inhalator nikotyny**, zawierający nikotynę, którą otrzymuje się z tytoniu.
- W wyniku podgrzaniu „liquidu” z glikolem propylenowym, gliceryną i aromatami oraz innymi składnikami chemicznymi tworzy się **mgła**, którą zaciąga się użytkownik.
- Są popularne w Polsce, a liczba ich użytkowników niestety wzrasta.
- Według prawa dotyczącego ochrony zdrowia są one **traktowane na równi z tradycyjnymi papierosami**, więc np. zakaz palenia zawsze dotyczy obu rodzajów papierosów.

Wdychana mgła

- ◉ **Nikotyna**- aktywator nowotworów i powód chorób serca.
- ◉ **Glikol propylenowy**- drażni górne drogi oddechowe i oczy.
- ◉ **Benzen**- toksyczny, przyczynia się do białaczki i niewydolności szpiku kostnego.
- ◉ **Arsen**- przyczynia się do podrażnienia błon śluzowych, stanów zapalnych skóry, zapaleń spojówek, gardła, nieżyty nosa.

Mity i fakty

PRAWDA

- E-papieros jest mniej szkodliwy niż tradycyjny, zawiera mniej szkodliwych substancji.
- E-papieros **uzależnia tak samo** jak tradycyjny.
- E-papieros może prowadzić do **szybszego i silniejszego uzależnienia**.

MIT

- Nieprawdą jest, że e-papieros jest zdrowy - zawiera **szkodliwą nikotynę** i nie wiemy jaki ma wpływ na zdrowie palaczy i biernie palących w długim okresie czasu.
- Wiele palaczy **błędnie zamienia** tradycyjne papierosy na e-papierosy, żeby łatwiej rzucić palenie.

Dodatkowe informacje

Dlaczego ludzie palą?

- ciekawość,
- chęć przeżycia przygody- adrenalina,
- oznaka dojrzałości,
- naśladowanie palących rodziców, dziadków,
- namowa rówieśników,
- chęć zaimponowania innym i podkreślenia odwagi decyzji,
- moda,
- sposób radzenia sobie problemami,

Na czym polega uzależnienie?



Tylko spróbujesz czy się uzależnisz?

Okres od zapalenia pierwszego „próbego” papierosa do silnego uzależnienia od nikotyny trwa różnie długo, u nastoletnich **około roku.**

Po tym czasie bardzo trudno rzucić palenie, **jest się uzależnionym jak dorosły palacz!**

Jak się zmienia wygląd?

- Skóra palaczy jest **szara i sucha**.
- Na zębach tworzy się widoczny, szary **osad- kamień**.
- **Pożółknięte** palce i paznokcie.
- U nastolatków przez palenie **ostrzej przebiega trądzik**.



Przykładowe choroby wynikające z palenia

- Rak płuc, chorób układu krążenia oraz układu oddechowego (astma, zapalenie oskrzeli).
- Dym tytoniowy uczula.
- Palący żyją średnio o ok. 14 lat krócej niż niepalący.
- **W przypadku odstawienia nikotyny u osób, które są uzależnione, dochodzi do niepożądanych skutków ubocznych tj.:**
 - uczucie zmęczenia,
 - nerwowość,
 - chwiejność emocjonalna,
 - drażliwość,
 - zaburzenia snu,
 - bóle głowy oraz mięśniowe.

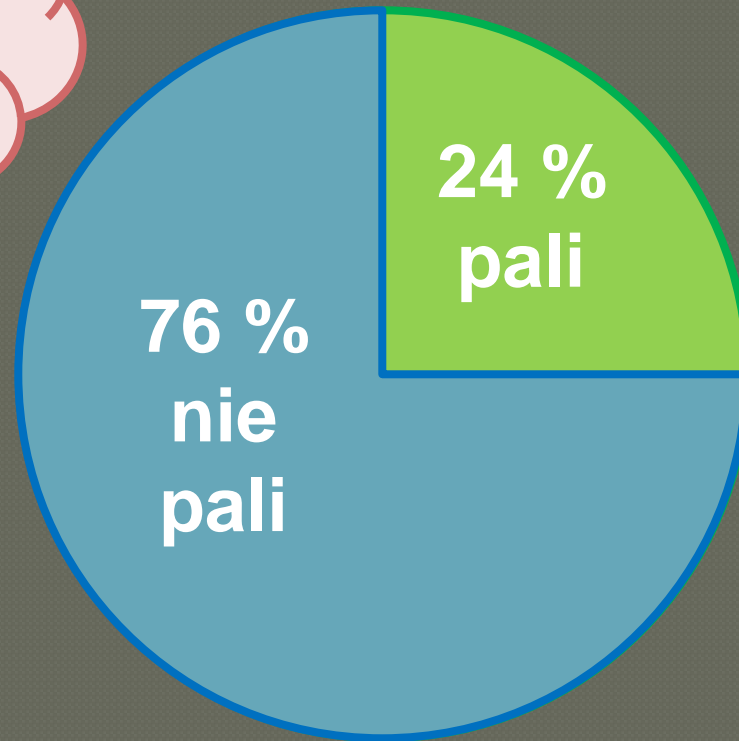
Korzyści z rzucania palenia

- zdrowsza i bardziej zadbana skóra, włosy, paznokcie,
- łatwiej się oddycha,
- ciśnienie krwi, temperatura ciała i puls wracają do wartości prawidłowych,
- organizm zaczyna się oczyszczać,
- ma się więcej energii i chęci do życia,
- zaoszczędza się pieniądze,



Statystyki

**Coraz
więcej
Polaków
rzuca
palenie!**



**Aż 24
miliony
polaków nie
pali !!!**

Sprzedaż

- ◉ Zgodnie z obowiązującym prawem **zabrania się sprzedaży wyrobów tytoniowych (papierosów) i e-papierosów młodzieży do lat 18.**
- ◉ Sprzedaż wyrobów tytoniowych niepełnoletnim jest według prawa polskiego zakazana i grozi grzywną **od 20 do 5000 zł.**
- ◉ Zakazane jest ich używanie w miejscach publicznych a także ich reklamowanie.

Światowe Dni bez papierosów

31 maj-
Światowy Dzień bez tytoniu



Trzeci Czwartek Listopada-
Światowy dzień rzucania palenia

Znak zakaz palenia



ZAKAZ PALENIA

Telefoniczna poradnia



Telefoniczna Poradnia Pomocy Palącym
0 801 108 108

**Więcej na temat nowego prawa
dowiesz się na stronach:**

www.gis.gov.pl

www.mz.gov.pl

**oraz z ustawy o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu
i wyrobów tytoniowych**

(Dz. U. z 1996 r. Nr 10, poz. 55 z późn. zm.)

Spot zrealizowano w ramach Programu Ograniczania Zdrowotnych Następstw Palenia Tytoniu w Polsce oraz projektu "Odświeżamy nasze miasta. TOB3CIT (Tobacco Free Cities)", finansowanego ze środków Światowej Fundacji ds. Walki z Chorobami Płuc (World Lung Foundation) z pomocą finansową Fundacji Bloomberg'a (Bloomberg Philanthropies)

Pamiętaj !!!

- Skutki palenia w młodości są gorsze niż u dorosłych.
- Paląc szkodzisz sobie i twoim bliskim, którzy spędzają z tobą czas.
- Papierosy tradycyjne i e-papierosy są legalnym środkiem wywołującym raka.
- Paląc w miejscach publicznych łamiesz prawo.
- Uzależnienie jest chorobą, aby się z niej wyleczyć potrzeba pomocy.