

КУРЕНИЕ ТАБАКА: ВРЕДНАЯ ПРИВЫЧКА ИЛИ БОЛЕЗНЬ?

Табак содержит никотин. **Никотин** является основным действующим веществом, приводящим к зависимости от табака. Одна сигарета содержит от 1,0 до 2,5 мг никотина (есть данные, что содержание никотина достигает до 10 мг), пачка сигарет (20 шт.) – 20–50 мг.

Никотин, в химическом плане - алкалоид, содержащийся в листьях и семенах табака, физически - это летучая, бесцветная маслообразная, сильно ядовитая жидкость с неприятным запахом и жгучим вкусом. В равных количествах никотин **более ядовит, чем стрихнин**, и обладает в три раза большей способностью вызывать смерть, чем мышьяк.

Никотин служит естественной защитой табачного растения от поедания насекомыми. Сульфат никотина применяют для борьбы с вредителями сельскохозяйственных растений

Смертельная доза никотина – 50–100 мг для некурящего человека. Для курящего – 100–400 мг. Даже 3–5 мг никотина могут вызвать одышку, обморок, тошноту, головокружение, спазматическое состояние продолжительностью до трех суток (это связано с возбуждением никотиновых холинорецепторов).

Никотин не является канцерогенным веществом. Он – холиномиметический агент, иначе говоря, имитирует действие ацетилхолина. Известно, что накопление ацетилхолина сначала приводит к ускорению передачи нервных импульсов (возбуждению), возможно, это и является фактором получения удовольствия от курения.

Никотин – это наркотик, который не дает эффекта эйфории, характерного для других известных наркотиков, но способность вызывать привыкание, т.е. зависимость, у него выше, чем у некоторых других наркотиков. При воздействии на дофаминовую систему мозга никотин обладает сходными эффектами с героином, амфетамином и кокаином.

При ранжировании психоактивных наркотиков по степени зависимости, никотин ставится на более высокое место, чем героин, кокаин, алкоголь, кофеин и марихуана.

Развитие табачной наркомании, как и наркомании другого происхождения, характеризуется, практически, одинаковыми стадиями – от привыкания к вдыханию табачного дыма, до развития болезненного пристрастия к нему, вплоть до физической зависимости от табака.

Никотин при курении поступает в кровь в 2 раза быстрее, чем вводимые внутривенно наркотики, в 3 раза быстрее, чем алкоголь.

Никотин в больших дозах весьма токсичен, вызывает паралич нервной системы, остановку дыхания, прекращение сердечной деятельности, попадая в кровь, повышает давление, сужает периферические сосуды. Многократное поступление **в малых дозах вызывает физическую и психологическую зависимость от табака.**

При развитии табачной зависимости курильщик утрачивает контроль над собой, и привычка, тяга к потреблению табачных изделий, управляет его поведением. Табачная зависимость включает два основных компонента:

- 1) психологическую зависимость, основанную на закрепленных условно-рефлекторных связях и стереотипах поведения, и
- 2) физическую зависимость, вызванную никотином.

Никотиновая зависимость возникает уже через 5 месяцев после начала курения. Бросить курить — довольно тяжело, хотя этот процесс индивидуален, и многое зависит от самого человека.

Табачная зависимость (ТЗ) - это болезнь. Всемирная организация здравоохранения включила ТЗ в Международную классификацию болезней и проблем, связанных со здоровьем, 10-го пересмотра (МКБ 10), принятую на 43-й сессии Всемирной Ассамблеи здравоохранения в г. Женева, Швейцария, 7-17 мая 1990 года.

МКБ 10 введена в действие в Кыргызской Республике приказом Министерства здравоохранения №129 от 5 мая 2000 года «О переходе учреждений здравоохранения на Международную классификацию болезней и проблем, связанных со здоровьем 10-го пересмотра».

Согласно МКБ 10 установлены следующие клинические состояния:

F17.0. Психические и поведенческие расстройства, вызванные потреблением табака (**F17.0, МКБ 10**):

F17.1. Психические и поведенческие расстройства, вызванные употреблением табака — **пагубное употребление;**

F17.2. Психические и поведенческие расстройства, вызванные употреблением табака — **синдром зависимости;**

F17.3. Психические и поведенческие расстройства, вызванные употреблением табака — **абстинентное состояние;**

F17.4. Психические и поведенческие расстройства, вызванные употреблением табака — **абстинентное состояние с делирием;**

F17.5. Психические и поведенческие расстройства, вызванные употреблением табака - **психотическое расстройство;**

F17.6. Психические и поведенческие расстройства, вызванные употреблением табака — **амнестический синдром;**

F17.7. Психические и поведенческие расстройства, вызванные употреблением табака — **резидуальные и отсроченные психотические расстройства;**

F17.8. Психические и поведенческие расстройства, вызванные употреблением табака — **другие психические расстройства и расстройства поведения;**

F17.9. Психические и поведенческие расстройства, вызванные употреблением табака — **неуточненное психическое расстройство и расстройство поведения.**