



Вдыхание воздуха с табачным дымом называется пассивным курением.

Табачный дым вреден не только для самого курильщика, но и **для тех, кто находится** с ним **рядом**.

Особенно достается маленьким детям в семьях курильщиков. Расстройства сна и аппетита, нарушение работы желудка и кишечника, повышенная раздражительность, плохая успеваемость и отставание в физическом развитии – вот далеко не полный перечень последствий окуривания родителями своих детей.

Исследования показали, что **опасность пассивного курения весьма реальна**. Дым, струящийся от зажженной сигареты, - это неотфильтрованный дым. Он содержит в 50 раз больше канцерогенов, вдвое больше смол и никотина, в пять раз больше окиси углерода и в 50 раз больше аммиака, чем дым, вдыхаемый через сигарету. Для людей, работающих в сильно накуренном помещении, степень пассивного курения может достигнуть эквивалента в 14 сигарет в день, что приближает их к обычному курильщику. Вдыхаемый пассивно табачный дым является для легких сильным раздражителем. У людей, страдающих астмой, и особенно у детей, пассивное курение может спровоцировать приступы этой болезни. Исследования показали, что дети, выросшие в домах курящих, демонстрируют признаки расстройств, которые тесно связаны с заболеваниями сердца во взрослом возрасте.

Таким образом, важно понимать, что даже пребывание некурящего в компании курильщиков подвергает его тем же рискам, что и курящих.