

Осторожно табак

- **Действие никотина на:**
- **Органы дыхания:**
- **Вещества, содержащиеся в табачном дыме, раздражают слизистую оболочку гортани, трахеи, бронхов. У курильщиков развиваются хронические заболевания дыхательных путей.**
- **Сердечно-сосудистую систему:**
- **Никотин, всасываясь в кровь, вызывает сужение кровеносных сосудов. Это ведёт к тому, что сердце курильщика работает с повышенной нагрузкой.**
- **Нервную систему:**
- **Отмечается повышенная раздражительность, снижение памяти, внимания, работоспособности, нарушается сон, страдает умственная деятельность.**
- **Пищеварительную систему:**
- **Развиваются симптомы заболевания желудка (изжога, тошнота), отмечается нарушение стула.**

