

**Всё о вреде кальяна
или
чем опасно восточное баловство.**



**Подготовила: Селиванова В.
Группа: 572-ОМ**

Введение

Многие из нас не понаслышке знакомы с модным ныне увлечением - кальяном. Мягкие диваны, расслабляющая музыка, ароматный табак. И сознание того, что это не так вредно, как курение сигарет.

"Он же фруктовый!" - думают, многие, то есть, как бы не настоящий.

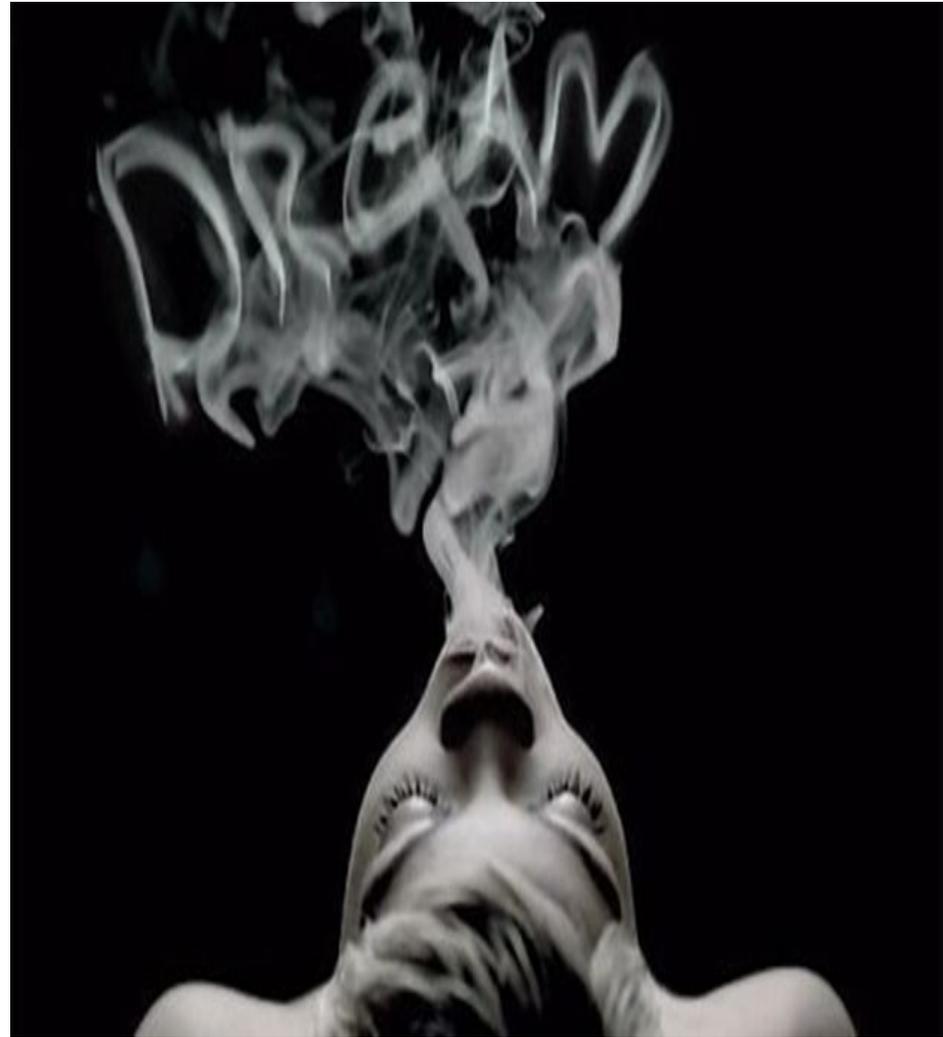
Но так ли это на самом деле? Почему многие думают, что вред кальяна, меньше, чем у сигарет?

Сейчас вы узнаете кое-что о вреде кальяна для вашего здоровья.





- Ни о какой "безвредности" кальяна и не может быть речи! Вред кальяна настолько силён, что выкуриванием 25 грамм кальянного табака, т.е. одной стандартной порции кальяна, человек наносит себе вред аналогичный выкуриванию 60 сигарет. Выкуриванию трех пачек! Согласитесь, совсем не равноценная замена.
- Вред кальяна, может быть нанесён лёгким человека посредством обжигающего дыма. Табак в кальяне тлеет на углях при температуре 450 градусов Цельсия и просто не успевает охладиться до безвредной температуры, даже проходя через воду. Кроме того, постоянное вдыхание 500-600 кубических сантиметров дыма пагубно отражается на способности легких выводить вредные вещества. Лёгкие теряют эластичность, а вместе с ней и эту способность.



- **Вопрос.**
Правда ли что кальян курить безопасней, чем сигареты ? Ведь вода которую используют в кальяне делает табак менее токсичным.

Ответ

Что курение кальяна безопаснее, чем курение сигарет - это миф. Табак не становится менее токсичным. Курильщик кальяна больше вдыхает дыма чем курильщик сигарет.

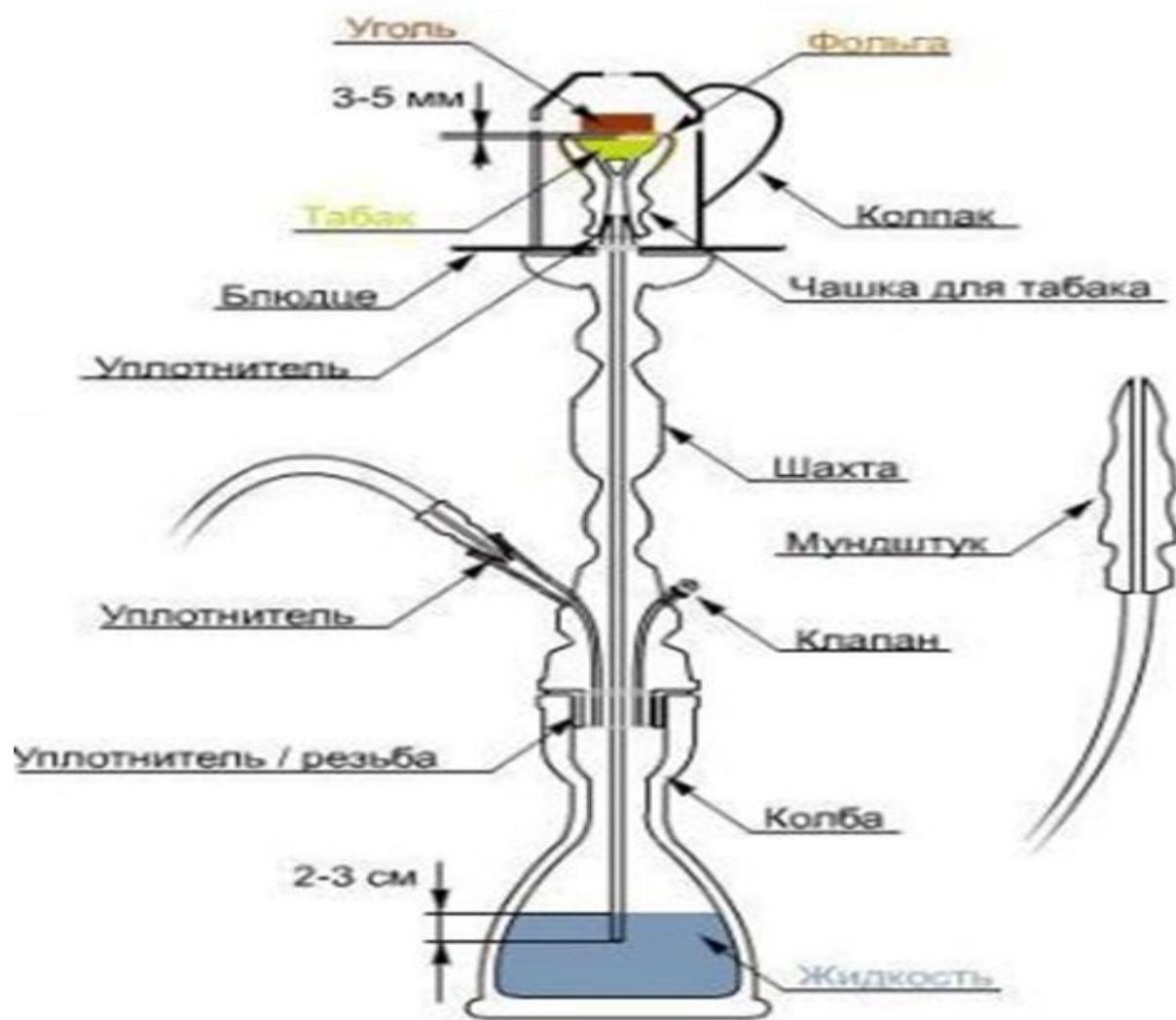


Структура кальяна

- Кальян по сути - это водопровод. Когда курильщик тянет воздух через шланг, силы давления воздуха разогревает уголь который поджигает табак, который выделяет дым. Дым по большой трубке проходит в колбу далее через воду и выходит во вторую трубку к которой подключён шланг, из которой и курят. Хотя многие считают, что вода в кальяне отфильтровывает все "плохие вещи" в табачный дыме, это не правда. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), за один сеанс курения кальяна объем вдыхаемого дыма превышает в 100-200 раз, объем вдыхаемого дыма от одной сигареты. Даже после прохождения через воду, табачный дым содержит еще высокий уровень токсичных соединений, в том числе окиси углерода, тяжёлых металлов и вызывающих рак химических веществ (канцерогенов). Курение кальяна в малой степени за счет содержания в табаке никотина может вызывать привыкание.



Принцип действия



Он запрещен



- 1. кальян не является безопасной альтернативой курению сигарет;
- 2. за обычный одночасовой сеанс курения кальяна человек вдыхает в 100–200 раз большее количество дыма по сравнению с выкуренной сигаретой;
- 3. кальянный дым, даже пройдя через водяной фильтр, содержит большое количество частиц токсичных веществ, в т. ч. окиси углерода, солей тяжелых металлов и химических соединений, вызывающих рак;
- 4. ни водяной фильтр кальяна, ни прочие дополнительные средства защиты не обеспечивают безопасности курения кальяна для здоровья и не исключают возникновения зависимости;
- 5. общее использование мундштука кальяна несколькими курильщиками содержит риск заражения каким-либо тяжелым инфекционным заболеванием, в том числе туберкулезом, гепатитом, герпесом и другими неизлечимыми недугами;
- 6. нахождение в обществе курильщиков кальяна такое же пассивное курение, оно угрожает здоровью некурящего, оказывая действие, равносильное пребыванию в помещении, задымленном сигаретой. При этом добавляются продукты сгорания используемого в качестве горючего вещества для кальяна древесного угля в виде окиси углерода и других химических соединений.

Азарт сменяется привычкой

- Кальян своим приятным ароматом и мягким вкусом является особенной приманкой для подростков, которые никогда раньше не пробовали курить и не курили. Именно это настоящая ловушка — возникновение зависимости без того, чтобы человек сам это признавал. Первоначальный азарт постепенно сменяется привычкой, что открывает путь к курению сигарет, а там уже недалеко и до употребления наркотиков. Также нередки и молодежные кальянные вечеринки, где в кальяне вместо воды используются алкогольные напитки или курительный табак заменяется



От кокоса до наших дней .

- Тюркское слово «кальян», по одним данным, означает небольшой горшочек, в котором арабские женщины хранили свои драгоценные побрякушки и благовония, по другим – это всего-навсего «зола». Так или иначе, всем известный курительный прибор, состоящий из сосуда с водой, опущенной в воду трубки, емкости для тлеющего табака и длинного гибкого шланга с мундштуком на конце, называется именно так. Впрочем, у него есть и другие имена – всего более 40 штук, большинство из которых – персидского происхождения. Среди них встречаются, кстати, весьма поэтичные: например, «наржили» буквально означает «игра огня».



История кальяна



- Где именно кальян появился впервые, коварная история продолжает умалчивать, ограничиваясь многочисленными любопытными версиями. На роль матери хитроумного курительного прибора ученые предлагают как Индию, Персию и Африку, так и Америку, а некоторые – так и вообще старушку Европу. Наиболее распространенная версия все-таки индийская. Предполагается, что самыми первыми кальянами служили выхолощенные кокосовые орехи, которые раскуривались через вставленную в отверстие соломинку. Тогда кальян использовали как аппарат для получения обезболивающего лекарства. В сосуд помещали смесь гашиша, специй и лекарственных трав, после курения в кокосе оставалась смола, которую и применяли наподобие современного анальгина. С течением времени и сменой места жительства кальян, естественно, заметно преобразился. Считается, что нынешний роскошный вид он приобрел в XIV веке на территории Османской империи. Именно там кальяны как следует «огламурились»: колбу делали из хрусталя, стекла или драгметаллов, а шланги увивали шелком и золотыми нитями. В Европу повальная мода на кальяны пришла вместе с романтическим увлечением Востоком, в XIX веке. Относительно быстро кальян стал непременным атрибутом званых обедов, дамы бравовали своим умением картинно вдыхать и выдыхать дым и охотно фотографировались, приобняв сосуд. Более того, курение кальяна считалось делом государственной важности: совместное потягивание ароматного дыма дипломатическими представителями двух стран означало доверие и готовность к сотрудничеству. В 1841 году даже разразился громкий международный скандал, когда султан Османской империи не предложил французскому послу приятно отдохнуть за табачком.



Хотя еще в семьдесят-лохматом году Большая советская Энциклопедия утверждала, что кальян выходит из употребления, в ОАЭ его до сих пор позволено курить даже женщинам и малолетним карапузам. В современных арабских семьях этот курительный прибор подают к столу за чаем после блюд с фруктами «на сладкое». Причем подают и старым, и малым, что вызывает серьезную обеспокоенность у медиков. А в Америке, Европе и России кальян весьма популярен у молодежи – и как способ покурить «травку», и как возможность получить больше удовольствия от прискучившего в сигаретном виде табака.



Вред для здоровья

Несмотря на то, что внешне курение кальяна выглядит довольно безобидно, этот процесс наносит вред здоровью курильщика:

За один час курения кальяна человек выкуривает в 100—200 раз больше дыма чем при выкуривании одной сигареты, при этом происходит попадание большого количества угарного газа, что уже впечатляет, несмотря на меньшее содержание вредных веществ и никотина. Если говорить про конкретные цифры, то исследования показывают, что при сеансе длительностью в 45 минут курильщик потребляет больше угарного газа, чем содержится в пачке сигарет (при температуре угля в кальяне 600° - 650°C).

Необходимость прикладывать определённое усилие приводит к проникновению дыма в более глубокие участки лёгких (в нижние дыхательные пути). Если курение происходит в непроветриваемом помещении, то добавляется эффект пассивного курения.



- Кальян обычно курится в компании, поэтому есть опасность передачи через слюну на мундштуке некоторых заболеваний.
- Оценка воздействия кальяна на здоровье человека весьма субъективна. Если, например, сигареты создаются по международному стандарту табачной промышленности, то с кальяном все гораздо сложнее, т.к. содержание вредных веществ зависит от многих факторов, среди которых качество и вид табака (в различных табаках содержание никотина и смолы различны), качество угля(основа угля бывает сернистой или органической), температура горения табака (зависит от многих факторов). При курении «некачественного» кальяна или просто длительном курении возможно отравление (возникает чувство головокружения и тошноты), а также краткосрочное образование одышки. Также не советуют комбинировать употребление алкоголя и кальяна, эффект может быть самым неожиданным.
- По заявлению Всемирной организации здравоохранения, кальян не является безвредной альтернативой сигарет.





Благодарим за внимание!!!

