

# Влияние курения на когнитивные функции

# Когнитивные нарушения

*Когнитивными (познавательными) функциями* называются наиболее сложные функции головного мозга, с помощью которых осуществляется процесс рационального познания мира и обеспечивается целенаправленное взаимодействие с ним: восприятие информации; обработка и анализ информации; запоминание и хранение; обмен информацией, построение и осуществление программы действий



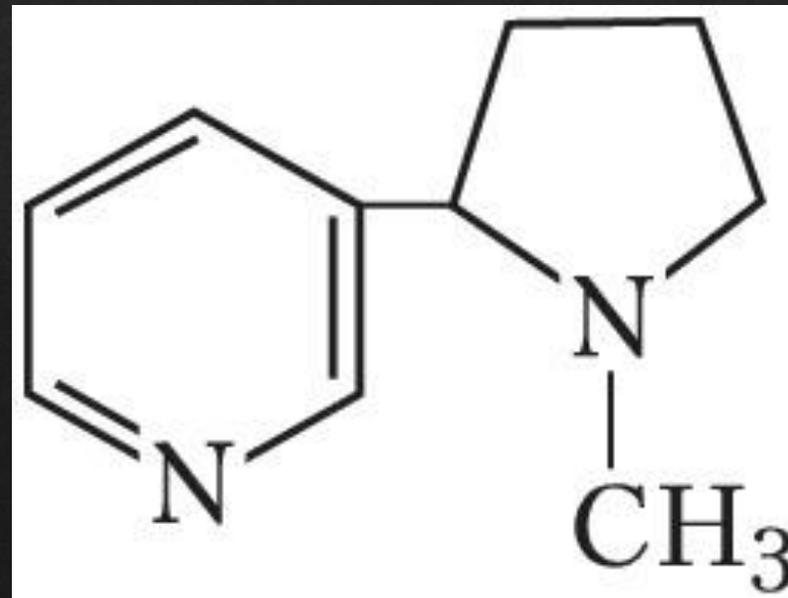
Табачный дым состоит из частиц смолы, а никотин прикреплен к смоле. После того, как никотин оказывается в легких, он всасывается в кровь и переносится в мозг. Затем он начинает влиять на нервную систему.

В составе дыма от сигарет содержится большое количество веществ, сорок из которых — канцерогены и еще 12 ко-канцерогены, то есть способствуют развитию рака. Также сигаретный дым имеет в своем составе множество вредоносных соединений химического происхождения. Каждое из них опасно по отдельности, но в совокупности они представляют собой настоящий «коктейль смерти», чрезвычайно опасный для человека.

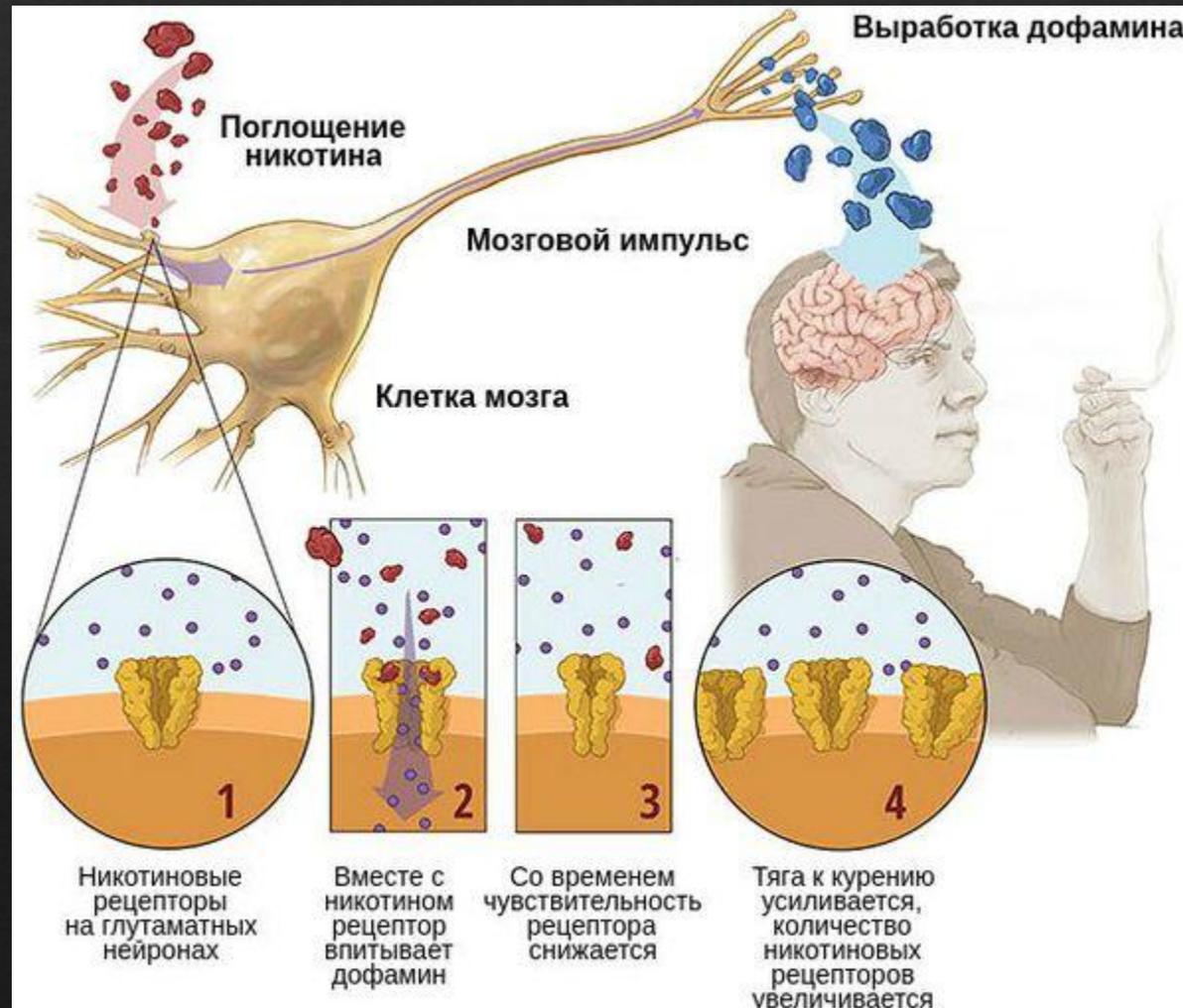


Никотин — нейротоксический яд, нарушающий гармоничное протекание электрохимических процессов нервной системы и вызывающий отмирание нейронов.

На сегодняшний день механизм никотиновой зависимости хорошо изучен. В целом, никотин воздействует на никотиновые ацетилхолиновые рецепторы (n-AХЛ), которые связаны с высвобождением важнейших нейромедиаторов головного мозга. Среди них — дофамин (отвечает за чувство удовлетворения и привязанности), норадреналин (отвечает за ускорение реакций организма, но активирует их слабее, чем адреналин), серотонин («гормон счастья»), а также ГАМК В-эндорфины (регулируют тормозящие процессы мозга).



# Основа физиологической зависимости при употреблении никотина



# БОЛЕЗНИ, ВЫЗЫВАЕМЫЕ КУРЕНИЕМ

## ЗЛОКАЧЕСТВЕННЫЕ ОПУХОЛИ

## ХРОНИЧЕСКИЕ БОЛЕЗНИ

Гортань

Рот и глотка

Пищевод

Трахея, бронхи, лёгкие

Острая миелоидная лейкемия

Желудок

Поджелудочная железа

Почки, уретра

Толстая кишка

Мочевой пузырь

У курящих женщин –  
рак шейки матки

Инсульт

Слепота, катаракта

Периодонтит

Аневризма аорты

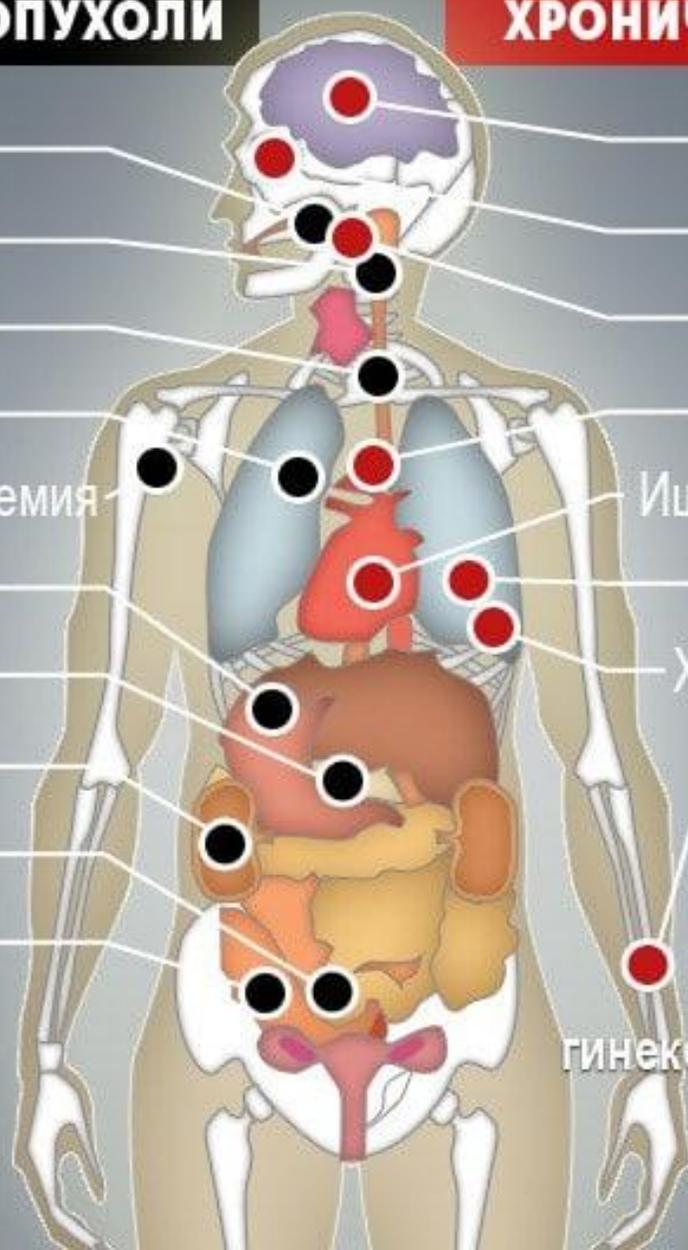
Ишемическая болезнь сердца

Воспаление легких

Хронический бронхит, астма

Атеросклероз  
периферических артерий

У курящих женщин –  
гинекологические заболевания  
(включая бесплодие)



1) Хроническая недостаточность мозгового кровообращения, вызванная атеросклерозом и артериальной гипертонией. Такое состояние называется дисциркуляторная энцефалопатия. Начальными симптомами данного состояния являются головная боль, головокружение, ухудшение памяти и работоспособности.

2) Один из трех типов инсульта: ишемический, геморрагический и смешанный. Восстановление памяти, мышления и двигательной активности после такой патологии может занять годы.





Из-за длительного насыщения организма вредными компонентами, активность клеток мозга снижается.  
Как итог – у курящего возникают **проблемы с памятью, ухудшаются интеллектуальные возможности.**

# Положительное влияние никотина. Возможно ли это?

Исследование, опубликованное в журнале *Brain and Cognition* в 2000 году, показало, что «никотиновая стимуляция может быть перспективной для улучшения как когнитивных, так и двигательных аспектов больных с болезнью Паркинсона.»



# Профилактика и лечение

- 1) Отказ от курения
- 2) Консультация у специалиста
- 3) Физическая активность
- 4) Правильное питание



Спасибо за внимание!

# Источники

- ◇ <https://nplus1.ru/material/2020/09/08/ways-to-quit-smoking>
- ◇ <https://shilovo-med.medgis.ru/materials/view/vliyanie-nikotina-na-centralnuyu-nervnuyu-sistemu-3516>
- ◇ <https://crb-kolomna.ru/bolezni/kurenje-delaet-mozg-cheloveka-menshe.html>