**«Курение и коронавирусная инфекция»**

**Детское поликлиническое отделение № 12 СПб ГБУЗ ГП №37**

**Бытует мнение среди молодежи, что коронавирус не пристает к курильщикам. Давайте разберемся, так ли это.**



**Из литературы известно, что коронавирус, попадая на слизистую верхних дыхательных путей (нос, рот), быстро спускается в бронхи и в ткань легких, где и наносит основной ущерб, в рекордно короткие сроки вызывая фиброзные изменения в легочной ткани. Кроме того, у коронавируса нет ни обонятельных, ни осязательных рецепторов. И, в отличии от людей, вирусу безразлично, пахнет от человека табаком или нет.**

**А вот последствия, которые вирус вызывает у курильщиков и людей, ведущих здоровый образ жизни, могут быть разными. Официальные статистические выводы ещё не сделаны, но давайте обратимся к логике.**

Курение вызывает много вредных последствий, и все они документально подтверждены.

Вещества, содержащиеся в табаке, приводят к резкому сужению сосудов, из-за суженных сосудов нарушается кровоснабжение во всех органах и тканях. Отсюда возникают такие заболевания, как инсульт, сердечная недостаточность, нарушается трофика сетчатки глаза, что в дальнейшем может привести к потери зрения. Курение приводит к таким осложнениям, как импотенция у мужчин, бесплодие, а у женщин появляются сложности в зачатием и вынашивании ребенка.

Но, несомненно, максимально последствия курения сказываются на системе органов дыхания – это и развитие хронического бронхита и эмфиземы легких, и пневмонии. Курящий человек болеет вчетверо чаще, сложнее, чем некурящий. Рассмотрим подробнее, какое действие оказывает никотин на дыхательные пути.

Раздражение слизистой оболочки носа и носоглотки табачным дымом становится причиной постепенного атрофирования («умирание») ресничек, которые должны очищать носовую полость от попадающих в нее веществ и микроорганизмов. Постоянное воспаление слизистой и снижение ее защитной функции становится причиной хронических ринитов, гайморитов и синуситов у курильщиков.

Далее горячий дым, попадая в бронхи, вызывает воспаление и постепенную атрофию слизистой оболочки бронхиального дерева. Это приводит к снижению очистительной функции бронхов – в норме в них вырабатывается секрет, в виде слизи, которая уничтожает болезнетворные микроорганизмы и обволакивает вредные частицы, попадаемые в бронхи с воздухом. Специальные реснички, выстилающие внутреннюю сторону бронхов, препятствуют попаданию микроорганизмов и загрязнителей в легкие и способствуют их выведению в ротовую полость. При курении реснички атрофируются, слизистая оболочка не вырабатывает достаточное количество секрета, а бронхи постепенно сужаются и их проходимость ухудшается.

Легкие при курении страдают больше всего. Из-за накопления никотина, смол и других веществ в альвеолах нарушается функция газообмена, альвеолы теряют свою эластичность, заполняются слизью, их объем увеличивается, а из-за постоянного воздействия горячего дыма, смол и никотина некоторые клетки могут начать перерождаться в раковые клетки.

Кроме того, курение наносит вред не только физическому, но и психологическому здоровью человека. Курильщики нервно истощены больше, чем другие. На фоне стрессов любая болезнь «пристраивается» к человеку быстрее и крепче. А, если здоровье человека подорвано вредными привычками, то и разрушительные последствия любого заболевания будут значительно существеннее.

В настоящий момент в нашей стране, в нашем городе введены строгие карантинные мероприятия, рекомендована максимальная, по возможности, самоизоляция. Но это – не повод для уныния. Наоборот! Появилось дополнительное время на семью, на домашние дела, которые ждут своей очереди очень давно. И, в конце концов, появилось время подумать и озаботиться о своем здоровье и здоровье своих близких. От того, что человек постоянно будет находиться в негативе и прикуривать одну сигарету от другой, ничего в жизни не изменится к лучшему. И пассивное курение не менее опасно для окружающих, чем активное для курильщика. В век современных технологий можно найти много информации и о вреде табачных изделий и о способах победить никотиновую зависимость. Читайте, думайте, делайте выводы.



**Берегите себя и своих близких, будьте здоровы!**