

Какие вредные вещества содержатся в сигаретах

Сигарета может показаться достаточно безобидной – листья табака в обычной белой бумаге. Но при горении выделяется опасная смесь около 4000 химических веществ, в том числе следующих.

- **Смолы.** Это соединения твердых частиц, которые вдыхает человек, когда закуривает сигарету. Курение опасно тем, что многие из смол, составляющих смесь, являются канцерогенами. При оседании смола образует липкое коричневое вещество, которое остается не только на зубах и пальцах, но и в легких курильщиков.
- **Мышьяк.** Представляет наибольшую опасность среди химических веществ, содержащихся в сигаретах. Одно из самых серьезных последствий влияния курения на здоровье, связанное с мышьяком, – развитие рака. Мышьяк также наносит вред сердцу и сосудам.
- **Бензол.** Это растворитель, используемый для производства других химических веществ, в том числе бензина. Точно установлено, что бензол может вызывать рак. Именно он приводит, как минимум, к каждому десятому случаю смерти от лейкозов по причине курения.
- **Формальдегид.** Химическое вещество с неприятным запахом, которое используется для уничтожения бактерий, сохранения трупов и производства других химических веществ. По мнению большинства специалистов, такие последствия курения, как заболевания легких и дыхательных путей, вызывает именно формальдегид¹.
- **Полоний.** Это редкий радиоактивный элемент с альфа-излучением. Согласно исследованиям, опасностью курения является следующее: если человек выкуривает полторы пачки сигарет в день, он получает воздействие радиации, равное 300 рентгеновским снимкам грудной клетки в год¹.
- **Другие вещества.** Курение вредно тем, что большое количество других ядовитых веществ, содержащихся в табачном дыме, проходит по кровеносным сосудам через весь организм, приводя к негативным результатам.

Источники:

1 - <http://www.cancerresearchuk.org/cancer-info/healthyliving/smokingandtobacco/whatsinacigarette/>

2 - http://www.ash.org.uk/files/documents/ASH_94.pdf