

## О вреде курения кальяна

26 Мая 2020 г.

В преддверии Всемирного дня без табака, Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека напоминает о вреде курения.

Так, например, курение кальяна преподносится как модный тренд, но в действительности он вреден для здоровья и того, кто курит, и для окружающих.

Техника курения кальяна предполагает более глубокое вдыхание дыма по сравнению с обычным курением сигарет. Вдыхать необходимо с усилием, чтобы создать отрицательное давление внутри кальяна, при котором обеспечивается прохождение дыма через жидкостной фильтр.

Курильщик кальяна в течение обычного часового сеанса может вдохнуть столько табачного дыма, сколько содержится в более чем 100 сигаретах.

Кроме того, угли в кальяне раскаляются до 600-650 градусов, и вместе с дымом в легкие курильщика поступает не только никотин, но и другие опасные вещества: угарный газ, бенз(а)пирен, котинин, формальдегид, соли тяжёлых металлов, свинец, бериллий, хром, кобальт, никель, мышьяк и другие химические соединения.

Следует помнить, что среди веществ, поступающих в легкие, особенно опасен бенз(а)пирен, который является канцерогеном и может стать причиной онкологических заболеваний.

Помещение, где курят кальян, пропитано табачным дымом и дымом от углей. Окружающие, которые вдыхают дым кальяна, тоже подвергаются его интенсивному воздействию. Вред от пассивного курения актуален и для кальяна.

Как при курении сигарет, так и при курении кальяна последствия могут быть очень опасными для здоровья человека: рак легких, нарушения функций легких, заболевания сердечно-сосудистой системы, низкий вес младенца при рождении, бесплодие.

Берегите себя и будьте здоровы!



Официальный сайт Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека <https://rosпотребнадзор.ru>