**Влияние курения на женский организм**

Для любого человека курение является фактором риска для развития сердечнососудистых, онкологических, генетических и других серьезных заболеваний. Для женского организма эта пагубная привычка особенно разрушительна. Под ударом находится не только здоровье самой курящей женщины, но и благополучие её будущих детей.

Содержащиеся в табаке вещества не только ухудшают работу внутренних органов, но и оказывают негативное влияние на кожу, волосы, ногти. После нескольких лет активного курения кожа женщины утрачивает эластичность, появляются морщины, цвет лица становится серым. Волосы приобретают неприятный запах, тусклый вид. Ногти на руках становятся желтыми и ломкими. При сгорании табака образуется сажа, табачный деготь. Из-за этого зубы курильщицы желтеют и теряют блеск. Под влиянием табачных ядов разрушается зубная эмаль и развивается кариес. Голос становится грубым и хриплым. Курящие женщины быстро увядают: происходит преждевременное старение организма, утрачивается женственность и красота, и, как правило, они выглядят старше своих лет.

Курение наносит большой вред женскому организму, вызывая развитие патологии со стороны многих органов и систем. Никотин поражает сердечнососудистую систему. Систематическое курение приводит к гипертонической болезни, ишемии сердца, поражению артерий, вызывающему омертвление тканей и гангрену ног. У курящих женщин в 2-4 раза выше риск развития острого нарушения мозгового кровообращения и инфаркта миокарда. Эти опасные заболевания являются основной причиной смерти людей. Курение табака приводит к нарушению моторики желудка и кишечника. Эти заболевания повышают риск развития рака желудка.

Табачный дым оказывает негативное влияние на центральную нервную систему. Под действием никотина сужаются сосуды головного мозга, ухудшается его питание и как результат – появляются головные боли, бессонница, повышенная утомляемость. Никотин вместе с другими опасными веществами табачного дыма поражают эндокринную и половую системы женщины. Действуя на яичники, они могут вызывать нарушение менструального цикла, болезненное протекание менструаций и даже их прекращение (ранний климакс). Под влиянием курения у женщин увеличивается число воспалительных заболеваний половых органов, что, в свою очередь, может привести к бесплодию. Курящие женщины подвергаются в 2 раза большему риску внематочной беременности, раку шейки матки, а также приближению менопаузы раньше срока на 3-5 лет.

Никотин негативно воздействует не только на здоровье беременной женщины, но и на ребенка. Кровеносные сосуды плода непосредственно связаны с системой кровообращения матери, поэтому при курении все компоненты табачного дыма, попадающие в кровь матери, проникают через плаценту в организм еще не родившегося ребенка и оказывают свое вредное действие на него. Недостаточная масса новорожденного, недоношенность плода, врожденные патологии, задержки в развитии, выкидыши - это не запугивания, а реальная «картина» последствий увлечения табаком при беременности.

Курение не только ухудшает качество жизни женщины, но и негативно влияет на здоровье всей ее семьи.