**Курение и его вред на организм подростка.**

**О вреде курения для школьников** написано и снято фильмов немало. Приняты законы, которые не работают или работают неэффективно. Но количество курящих меньше не становится, несмотря на принимаемые меры. Курение в глазах окружающих — вполне безобидная привычка. Подскажите, кто видел хотя бы одного больного, который сказал, что причиной его недугов является табак? В определённом возрасте у каждого человека начинаются проблемы со здоровьем. И для школьника неважно, от чего наступила болезнь – от вредной привычки или от плохой экологии? Для них нет весомых доказательств, которые свидетельствую, что курение вредно. Если это вред, тогда почему так много взрослых людей курит в общественных местах, в подъездах, домах, на кухне? Курение школьников опасно, так как это будущее поколение, которое уже испорчено пагубным воздействием. По статистике, половина из курящих переходит на приём наркотиков. И если курение среди школьников норма, то это проблема вырождения народа. Почему подростки и школьники курят? Чаще всего из мнимого чувства взрослости. Если в компании подростков курит хотя бы один, согласно статистике, постепенно закурят и все остальные.Подростки собираются в группы, где им комфортно. Курящему человеку во время курения легче общаться с курящими, а пьющим – с пьющими. Совершение подобных действий, которые особенно характерны для подростков, даёт ощущение своеобразного взаимопонимания и принятия.Таковы основные факторы, которые привлекают подростков. **Последствия курения для школьников.** Сначала учащается пульс, из-за никотина повышается уровень сахара в крови, кора головного мозга становится более возбудимой. Никотин препятствует обновлению нейронов головного мозга. Оксид углерода, который содержится в сигаретном дыме, обладает высокой способностью соединяться с гемоглобином и замещать кислород. Так как уровень кислорода в крови снижается, это сказывается на общей работоспособности организма. Стенки артерий утолщаются и покрываются рубцами, что сужает, а затем и перекрывает кровоток. Больше всего страдают органы, которые взаимодействуют с веществами, содержащимися в сигаретах. Прежде всего, это гортань, бронхи, лёгкие, сердце и кровеносные сосуды. По мере формирования вредной привычки, организм стремится поддерживать уровень никотина в крови, именно это заставляет выкуривать сигарету за сигаретой.  **Особо опасно курение для школьников и подростков.** Особо опасно курение школьников потому, что полное формирование организма заканчивается к 20 годам. Установлено, что в подростковом возрасте никотиновая зависимость развивается очень быстро, через один-два месяца. Кроме физиологических нарушений, происходит гормональный сбой, который ведёт к недоразвитию всего организма и нарушению репродуктивных возможностей человечества. В итоге, курящее подрастающее поколение превращается в полуфабрикат, неспособный к размножению. К тридцати годам бывшие юные курильщики становятся инвалидами с больным сердцем, избыточным весом и хроническими болезнями лёгких. Курить вредно? Да, курить вредно, так как это трата времени, денег и нервов. Курение вызывает зависимость, которая по силе сопоставима с героиновой. Больше всего хочется курить, когда в крови понижается концентрация никотина. Почему от курения лучше отказаться? Потому что на это тратится много времени: покупка сигарет, поиски места, собственно выкуривание сигареты. Прибавьте к этому страх постоянно быть застигнутым взрослыми. Нужно найти взрослого, который продаст или купит для них сигаретную пачку. При этом как бы подросток ни скрывал свою пагубную привычку, она всё равно проявляется. Это запах, который остаётся на одежде, руках и исходит от тела. Это изменение поведения в сторону шпионского. С течением времени человек забывает, что было по-другому. Постоянными спутниками становятся хроническая усталость, жёлтые зубы, серый оттенок кожи, головная боль. Никто не связывает это с курением, объясняя какими угодно причинами, при этом надеясь, что всё постепенно пройдёт. Однако постепенно всё будет усугубляться, потому что главный признак любого наркотического вещества – постепенность. Если ты испортишь свое здоровье курением, то навряд ли сумеешь выбрать себе подходящий род занятий, а также добиться успеха в дальнейшей жизни. Курение в школьном возрасте абсолютно недопустимо, так как именно в это время детский организм растет и развивается как физически, так и морально. Организм мобилизует абсолютно все имеющиеся в наличии ресурсы, чтобы суметь справиться с теми нагрузками, которые выпали на его долю. Тем не менее, все те навыки и привычки, которые были приобретены в школьные годы, остаются с человеком на протяжении всей его жизни. И относится это, как вы сами понимаете, не только к хорошим, но и к вредным привычкам.