Введение.

 В наше время одной из самых распространенных вредных привычек является табакокурение. Международное исследование GATS показало, что в России в общей сложности курят около 44 млн человек (60 % мужчин и 22% женщин) , в мире – примерно 1 млрд. человек. И количество курящих людей с каждым годом увеличивается. Среди курильщиков мы можем увидеть не только взрослых, но и подростков. Потребление табака является причиной 5,4 миллионов смертей в год. К сожалению, курение становится всё более притягательным для людей. Несмотря на очевидный ущерб для здоровья, люди почему-то продолжают курить. Почему?

 Дело в том, что курение - это химическая зависимость, вызванная главнейшим компонентом табака – никотином. А химическая зависимость - это заболевание, связанное с привыканием человека к каким-либо психоактивным химическим веществам. Следовательно, никотин – это наркотическое вещество, а никотиновая зависимость – обычная наркомания. Однако возникает следующий вопрос, почему же тогда курение легально? Разрешено курение, потому что от никотина нет выраженного опьянения, нет деформации личности и нет социальной деградации, поэтому табакокурение традиционно рассматривают как вредную привычку, а не как болезнь. Но по сути это зависимость как зависимость. Также в табачном дыме помимо никотина содержится от 2500 до 4800 различных соединений. Почти все они как на подбор токсичны, канцерогенны и чрезвычайно опасны.

 Таким образом, проблема курения очень актуальна и решение её в первую очередь зависит от сознательности самих людей. Ведь практически все курильщики уверены в том, что проблемы со здоровьем, которые провоцирует курение, обойдут их стороной. А большая часть считают, что табакокурение им приносит даже пользу: повышает концентрацию внимания, улучшает память, снимает стресс и т.п. Так ли это?

 Именно поэтому в своей работе я хотела бы узнать как же все-таки курение влияет на физические параметры человека и выяснить объективны ли ощущения курящего человека с помощью некоторых опытов и анализов.

Цель диплома: выяснить как влияет курение на физические параметры человека и объективны ли ощущения курящего человека.

Задачи диплома:

 1.По литературным источникам изучить следующие вопросы:

• состав табачного дыма и влияние его компонентов на организм человека

• свойства никотина и системы, на которые он воздействует

• механизм возникновения никотиновой зависимости

2. Провести исследования для проверки гипотезы о том, что ощущения людей с никотиновой зависимостью о положительном воздействии курения на них являются чисто субъективными, в то время как на самом деле табакокурение оказывает на организм пагубное действие даже на маленьком временном масштабе. Использовать для этого:

• Проведение теста Мюнстерберга на восприятие и внимание. Диагностика избирательности внимания.

• Проведение анкетирования курящего «Мое отношение к курению».

• Измерение давления курящего в обычном состоянии.

• Измерение давления курящего после физ.нагрузок.

• Проведение теста Купера (проверка состояния сосудов).

• Измерения сердечного ритма в обычном состоянии.

• Измерении сердечного ритма после физ.нагрузок.

• Измерение сахара в крови.

• Измерение кислорода в крови с помощью пульсоксиметра.

Гипотеза диплома: табакокурение оказывает пагубное воздействие на организм человека, однако из-за никотиновой зависимости у человека возникают ошибочные ощущения, которые у начинающих курильщиков особенно интенсивны.