

# ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ЗДОРОВЬЕ



ЛЮБЫЕ ПРИВЫЧКИ, НЕЗАВИСИМО ОТ ТОГО, ПЛОХИЕ ОНИ ИЛИ  
ХОРОШИЕ, ПРИНОСЯТ УДОВОЛЬСТВИЕ И ОДНОВРЕМЕННО  
ВРЕД ЧЕЛОВЕКУ.



# ВЛИЯНИЕ АЛКОГОЛЯ НА ОРГАНИЗМ

АЛКОГОЛЬ ЯВЛЯЕТСЯ КЛЕТОЧНЫМ ТОКСИНОМ, ПРИ УПОТРЕБЛЕНИИ ВНУТРЬ ОРГАНИЗМ ЕГО СТАРАЕТСЯ ОБЕЗВРЕДИТЬ. ЭТИМ ЗАНИМАЕТСЯ ПЕЧЕНЬ. В КЛЕТКАХ ПЕЧЕНИ ГЕПАТОЦИТАХ ЭТАНОЛ ПОД ДЕЙСТВИЕМ ФЕРМЕНТА АЛКОГОЛЬДЕГИДРОГЕНАЗЫ ПРЕВРАЩАЕТСЯ В УКСУСНЫЙ АЛЬДЕГИД, КОТОРЫЙ ПОД ДЕЙСТВИЕМ ДРУГОГО ФЕРМЕНТА, АЛЬДЕГИДДЕГИДРОГЕНАЗЫ, ОКИСЛЯЕТСЯ ДО УКСУСНОЙ КИСЛОТЫ.

УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ ВЫЗЫВАЕТ ОПЬЯНЕНИЕ. АЛКОГОЛЬНОЕ ОПЬЯНЕНИЕ — ЭТО ОСТРОЕ ОТРАВЛЕНИЕ АЛКОГОЛЕМ. ОНО ВЫЗВАНО ГИПОКСИЕЙ (КИСЛОРОДНЫМ ГОЛОДАНИЕМ) КЛЕТОК КОРЫ ГОЛОВНОГО МОЗГА.

АЛКОГОЛЬ ВЫЗЫВАЕТ ОБРАЗОВАНИЕ ТРОМБОВ В МЕЛКИХ СОСУДАХ ГОЛОВНОГО МОЗГА. ВСЛЕДСТВИЕ ГИПОКСИИ КЛЕТОК КОРЫ ЧАСТЬ ИХ ГИБНЕТ И В МОЗГЕ ОБРАЗУЕТСЯ КЛАДБИЩЕ НЕЙРОНОВ. ЧЕМ БОЛЬШЕ ЧЕЛОВЕК ВЫПИЛ СПИРТНОГО, ТЕМ БОЛЬШЕ ПОГИБШИХ НЕЙРОНОВ.

# ДЕЙСТВИЕ НАРКОТИКОВ

ПСИХОТРОПНЫЕ ВЕЩЕСТВА ИЗГОТАВЛИВАЮТСЯ ИЗ СИНТЕТИЧЕСКИХ ИЛИ ПРИРОДНЫХ МАТЕРИАЛОВ, НО ПОСЛЕДСТВИЯ ИХ УПОТРЕБЛЕНИЯ НЕ ЗАВИСЯТ ОТ СПОСОБА ПРОИЗВОДСТВА.

ПРИВЫКАНИЕ К НАРКОТИКАМ ИМЕЕТ ОЧЕНЬ КРАТКИЙ ПЕРИОД. ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ УДОВОЛЬСТВИЯ ТРЕБУЕТСЯ ПОСТОЯННО УВЕЛИЧИВАТЬ ДОЗУ. ЧЕЛОВЕК ПОЛНОСТЬЮ ДЕГРАДИРУЕТ ЗА КОРОТКИЙ СРОК, ГОТОВЫЙ НА ЛЮБОЙ ПОСТУПОК РАДИ УКОЛА ИЛИ ТАБЛЕТКИ.

НАИБОЛЕЕ ЧАСТО ВОЗНИКАЮТ ЗАБОЛЕВАНИЯ: ГЕПАТИТ, СИФИЛИС, НАРЫВЫ В МЕСТЕ УКОЛОВ, ВОСПАЛЕНИЯ ВЕН, СЕРДЕЧНАЯ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ, СТОЛБНЯК, ПНЕВМОНИИ.

СРОК ЖИЗНИ НАРКОМАНА ОГРАНИЧИВАЕТСЯ 5-10 ГОДАМИ СО ВРЕМЕНИ НАЧАЛА ПРИЕМА НАРКОТИКОВ.

ОТКАЗАТЬСЯ ОТ ЗАВИСИМОСТИ САМОСТОЯТЕЛЬНО ПРАКТИЧЕСКИ НЕВОЗМОЖНО.



# ВРЕД КУРЕНИЯ

КУРЕНИЕ — СОВСЕМ НЕ БЕЗВРЕДНАЯ ПРИВЫЧКА, И ОНО ОКАЗЫВАЕТ СЕРЬЕЗНОЕ ВЛИЯНИЕ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА. ПРИЧЕМ, КАК ВЫ ПОНИМАЕТЕ, ЭТО ВЛИЯНИЕ ДАЛЕКО НЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЕ. ТАК В ЧЕМ ЖЕ ЗАКЛЮЧАЕТСЯ ОПАСНОСТЬ КУРЕНИЯ?

1. КУРЕНИЕ ПРЕДСТАВЛЯЕТ ОПАСНОСТЬ И ДЛЯ ВАШЕГО ПОТОМСТВА. ДОКАЗАНО, ЧТО КУРЕНИЕ РОДИТЕЛЕЙ СПОСОБНО ВЫЗВАТЬ ВРОЖДЕННЫЕ ФИЗИЧЕСКИЕ ДЕФЕКТЫ У РЕБЕНКА, А ТАКЖЕ РАЗЛИЧНЫЕ ГЕНЕТИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ И ДЕТСКИЕ РАКОВЫЕ БОЛЕЗНИ, В ТОМ ЧИСЛЕ ЛЕЙКЕМИЮ — РАК КРОВИ.
2. КУРЕНИЕ ПРИВОДИТ К СОКРАЩЕНИЮ ЖИЗНИ В СРЕДНЕМ НА 10-15 ЛЕТ.
3. У КУРИЛЬЩИКОВ НАМНОГО ЧАЩЕ, ЧЕМ У НЕКУРЯЩИХ ЛЮДЕЙ, НАБЛЮДАЮТСЯ ТАКИЕ СЕРЬЕЗНЫЕ И ОПАСНЫЕ БОЛЕЗНИ, КАК ХРОНИЧЕСКИЙ БРОНХИТ, ТУБЕРКУЛЕЗ И ДРУГИЕ ЛЕГОЧНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ.
4. ДОКАЗАНО, ЧТО КУРЕНИЕ ЯВЛЯЕТСЯ ОДНИМ ИЗ ОСНОВНЫХ ФАКТОРОВ РИСКА РАЗВИТИЯ ИНФАРКТОВ И ИНСУЛЬТОВ, АТЕРОСКЛЕРОЗА, А ТАКЖЕ ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ, САМЫМ РАСПРОСТРАНЕННЫМ ИЗ КОТОРЫХ ЯВЛЯЕТСЯ РАК ЛЕГКИХ.
5. У КУРИЛЬЩИКОВ СТАРЕНИЕ КОЖИ ПРОИСХОДИТ НА 20 ЛЕТ РАНЬШЕ НОРМЫ.
6. У КУРЯЩИХ ЛЮДЕЙ СОСУДЫ ИЗНАШИВАЮТСЯ НА 10-15 ЛЕТ РАНЬШЕ, ЧЕМ У ОСТАЛЬНЫХ ЛЮДЕЙ.





# ИСТОЧНИКИ ИНФОРМАЦИИ

- [HTTPS://VK.CC/6DhM6T](https://vk.cc/6DhM6T)
- [HTTPS://VK.CC/6DhMAU](https://vk.cc/6DhMAU)