Формула здоровья

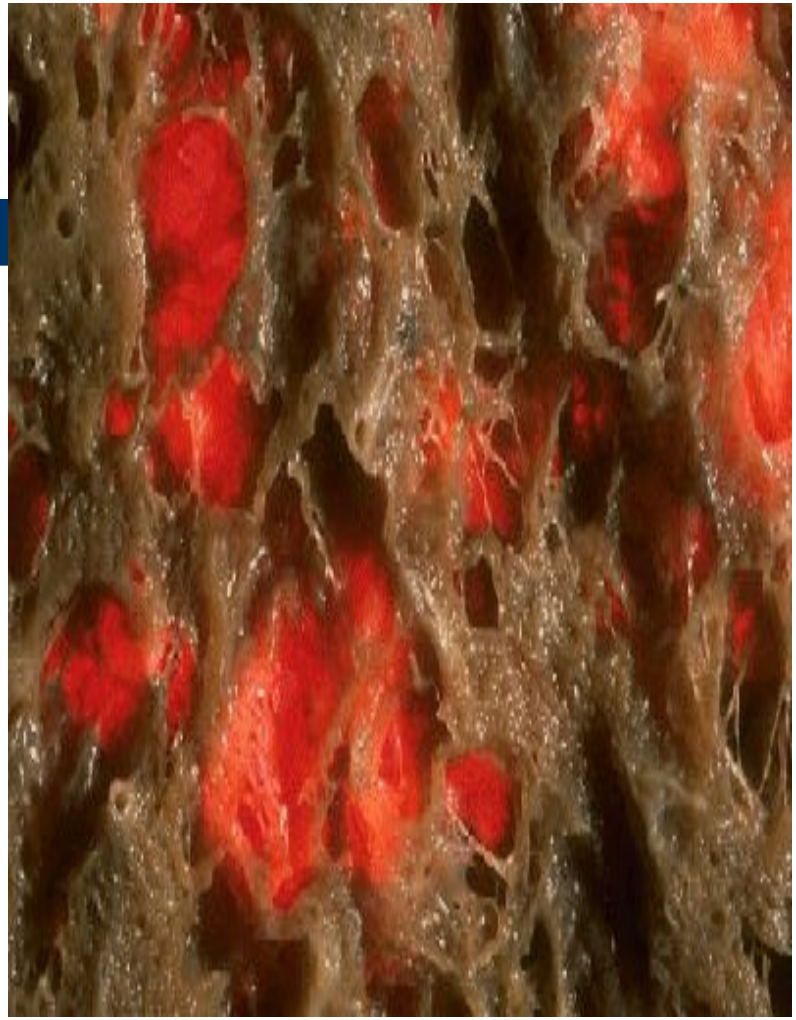
Свежим воздухом дышать.
Вы почаще улыбайтесь,
Здоровым быть всегда старайтесь.

Каждый должен знать:
В год раз-два Нельзя пить и курить.
Посещайте вы врача. Надо спортом заниматься
Зимой бегайте на лыжах И лицо умываться.
И катайтесь на коньках.

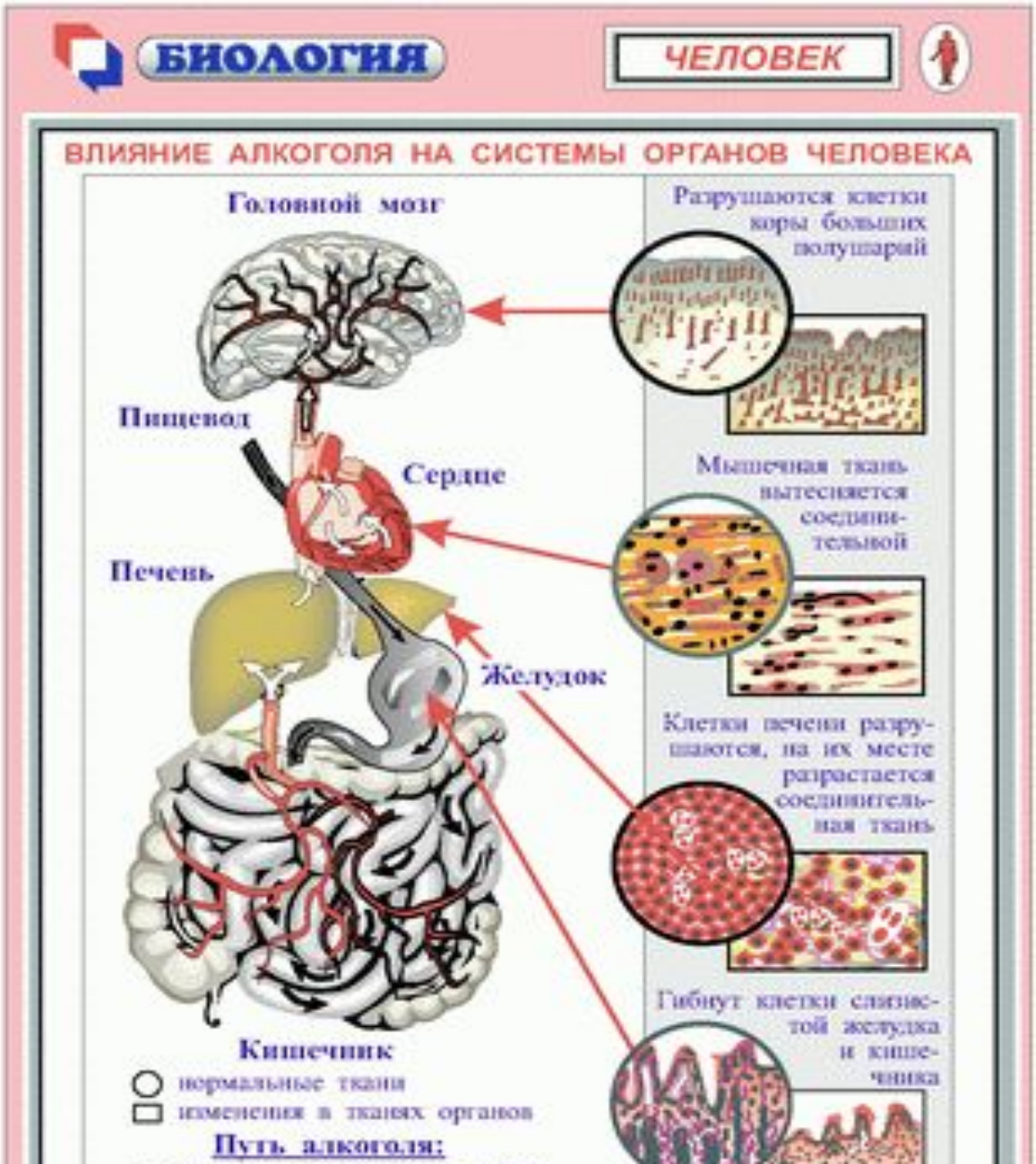
Чистить зубы и гулять,
Летом плаваёте, играйте Свежим воздухом дышать.
И на солнце загорайте. Вы почаще улыбайтесь,
Не забудьте вы, друзья, Здоровым быть всегда старайтесь.
Кушать вовремя и спать,
Гигиену соблюдать! В год раз-два
Посещайте вы врача.
Зимой бегайте на лыжах
И катайтесь на коньках.

Летом плаваёте, играйте
И на солнце загорайте.
Не забудьте вы, друзья,
Кушать вовремя и спать,
Гигиену соблюдать!

Легкие здорового человека и курящего.



Наркотики


БИОЛОГИЯ
ЧЕЛОВЕК
ВЛИЯНИЕ АЛКОГОЛЯ НА СИСТЕМЫ ОРГАНОВ ЧЕЛОВЕКА
Головной мозг
Пищевод
Сердце
Печень
Желудок
Кишечник
нормальные ткани
изменения в тканях органов
Путь алкоголя:
Разрушаются клетки коры больших полушарий
Мышечная ткань вытесняется соединительной
Клетки печени разрушаются, на их месте разрастается соединительная ткань
Гибнут клетки слизистой желудка и кишечника

БИОЛОГИЯ

ЧЕЛОВЕК

ВЛИЯНИЕ АЛКОГОЛЯ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА

Алкоголизм - заболевание, обусловленное пристрастием человека к употреблению алкоголя.

1. Начальная стадия - появление влечения к алкоголю
2. Средняя стадия - нарастающее влечение к алкоголю, частичная потеря памяти, контроля над собой
3. Последняя стадия - психическая и физическая зависимость от алкоголя, необратимые изменения организма, деградация личности

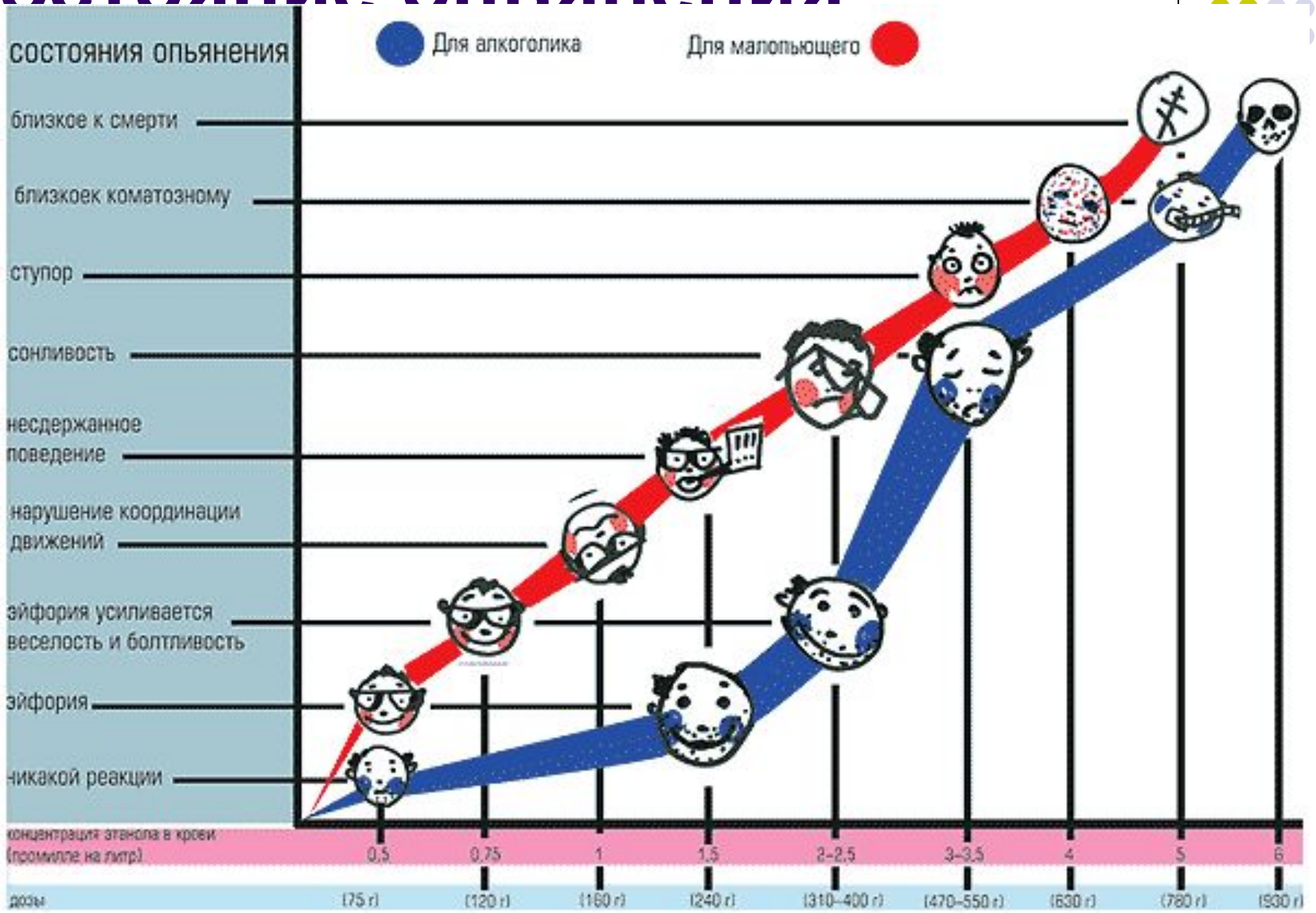
Алкоголь

Головной мозг	Разрушение нервных клеток
Сердце	Перерождение мышечных волокон в жировую ткань
Кровеносные сосуды	Атеросклероз
Желудок	Гастрит, язва, рак
Печень	Цирроз печени, алкогольный гепатит
Почки	Гибель почечных клубочков, отравление продуктами обмена веществ
Половые органы	Алкогольный синдром плода → нарушение психики, умственная отсталость у детей

Необратимые процессы, ведущие к гибели организма

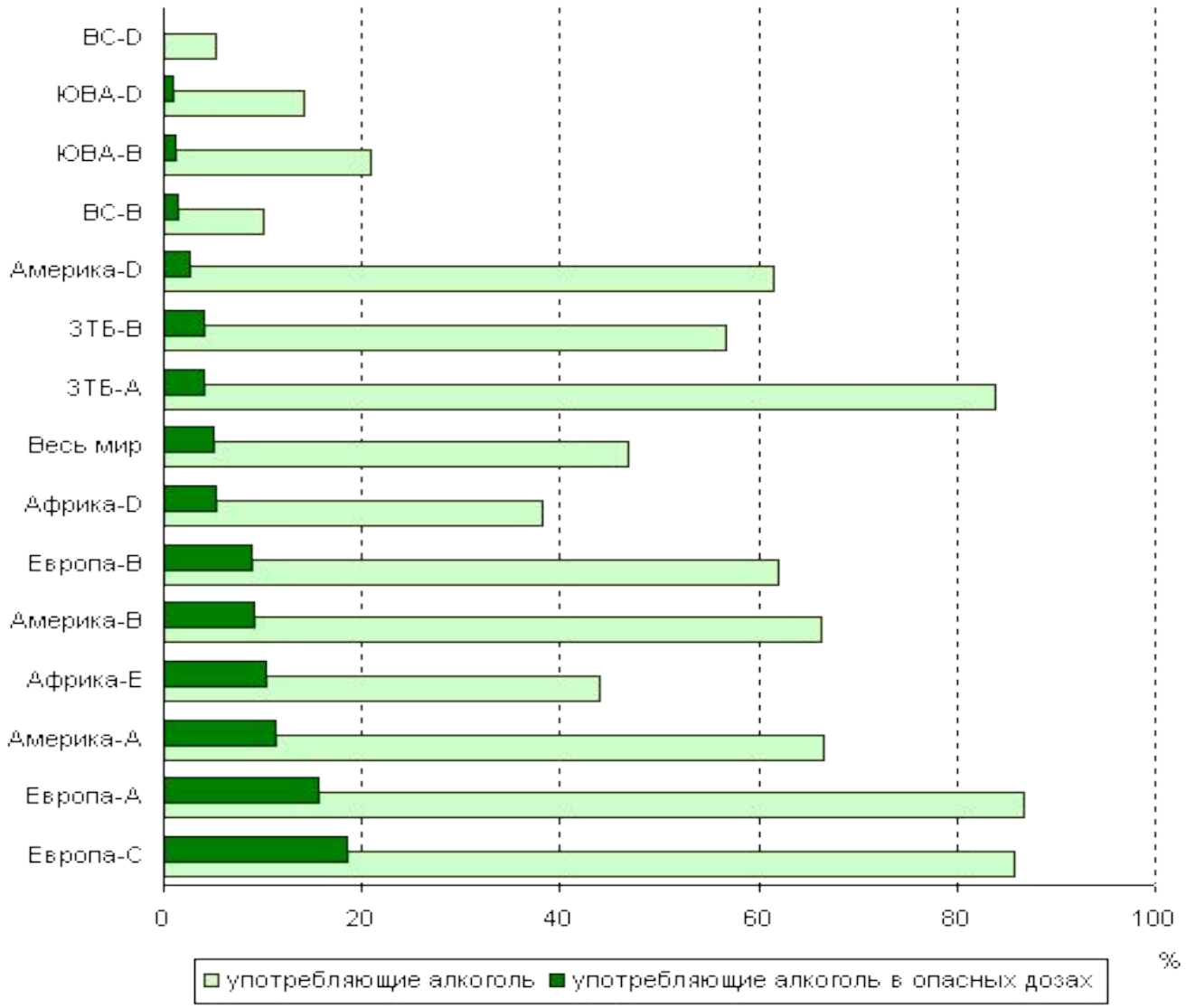
Влияние алкоголя на деторождение

Состояние опьянения

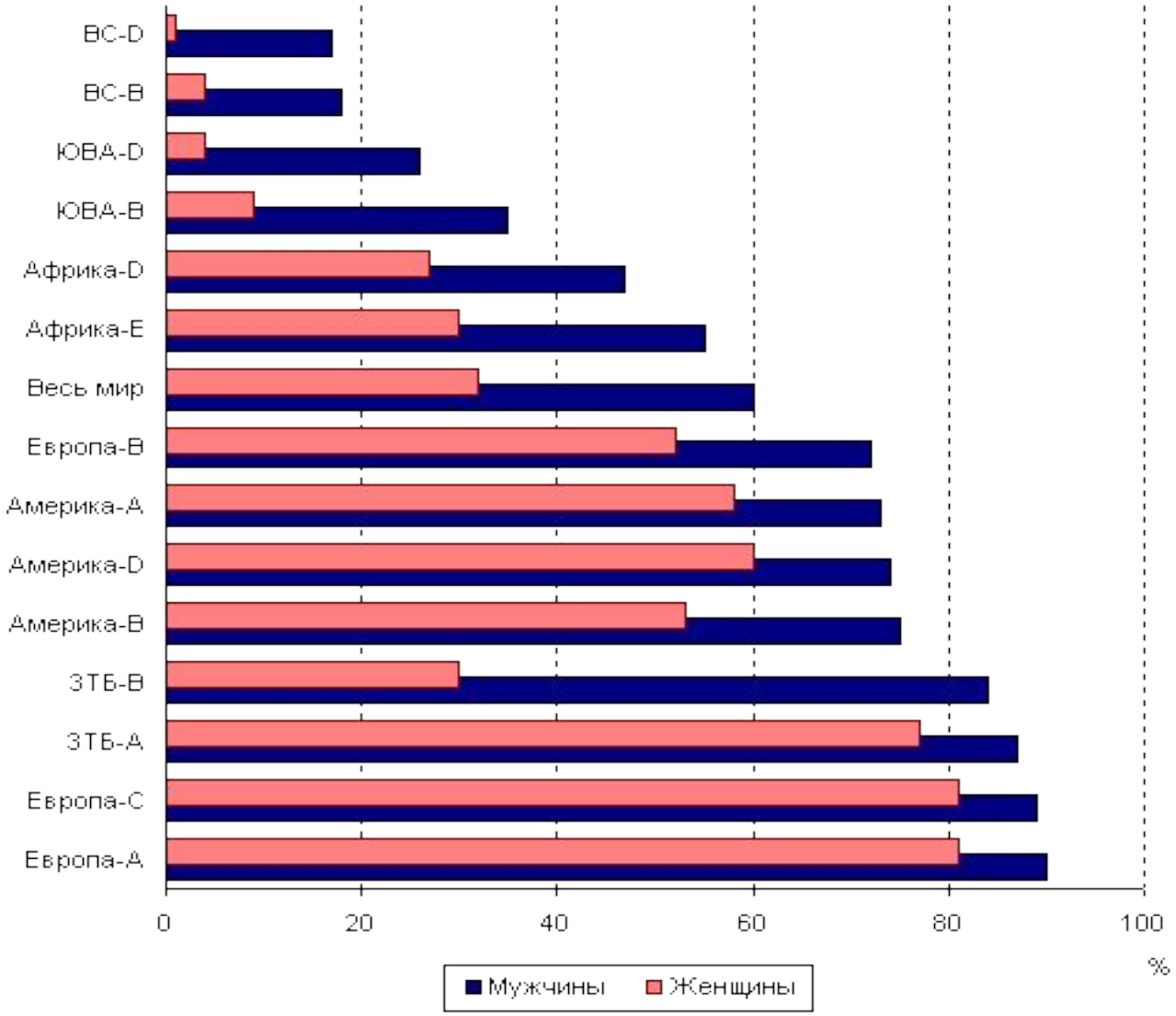


Доля употребляющих алкоголь среди населения в возрасте 15 лет и старше по регионам ВОЗ (стандартизировано по возрастной структуре населения ВОЗ),

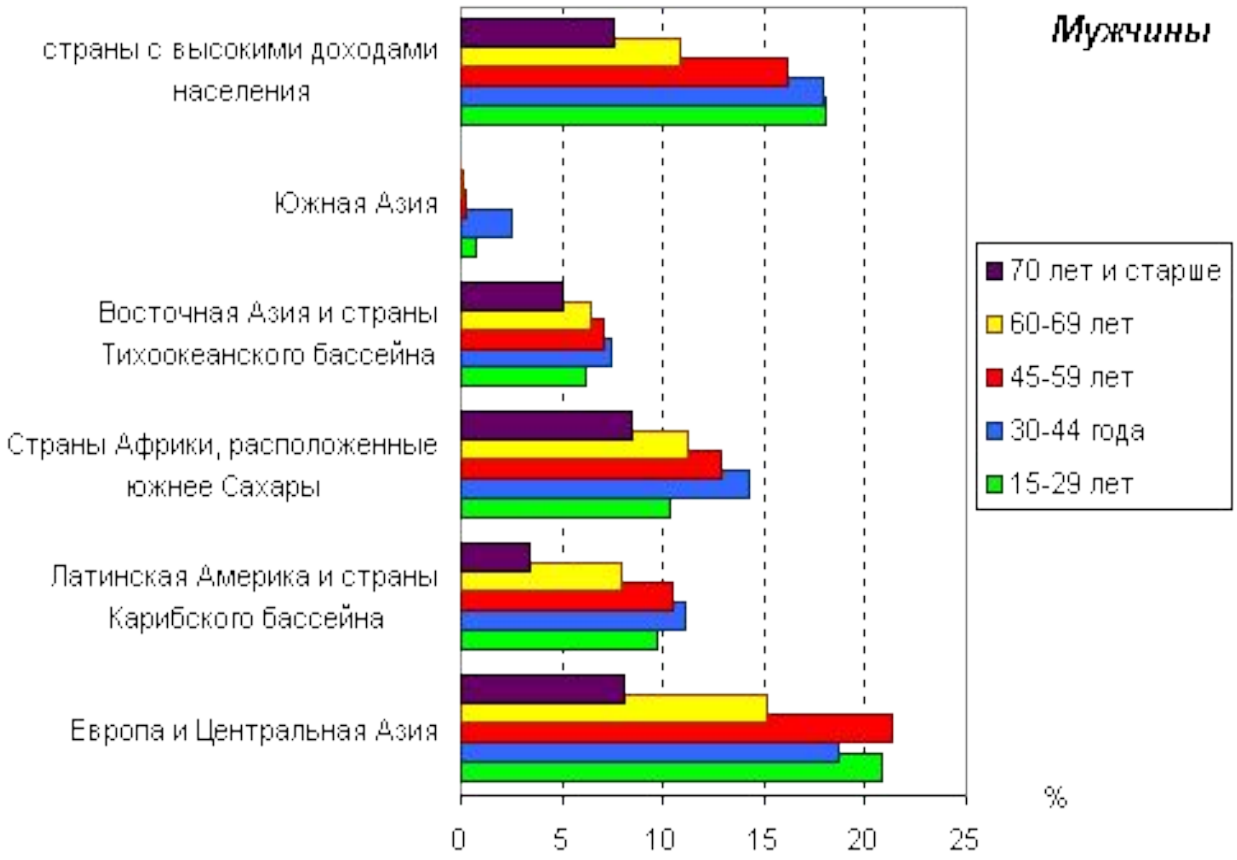
%, 2007 год



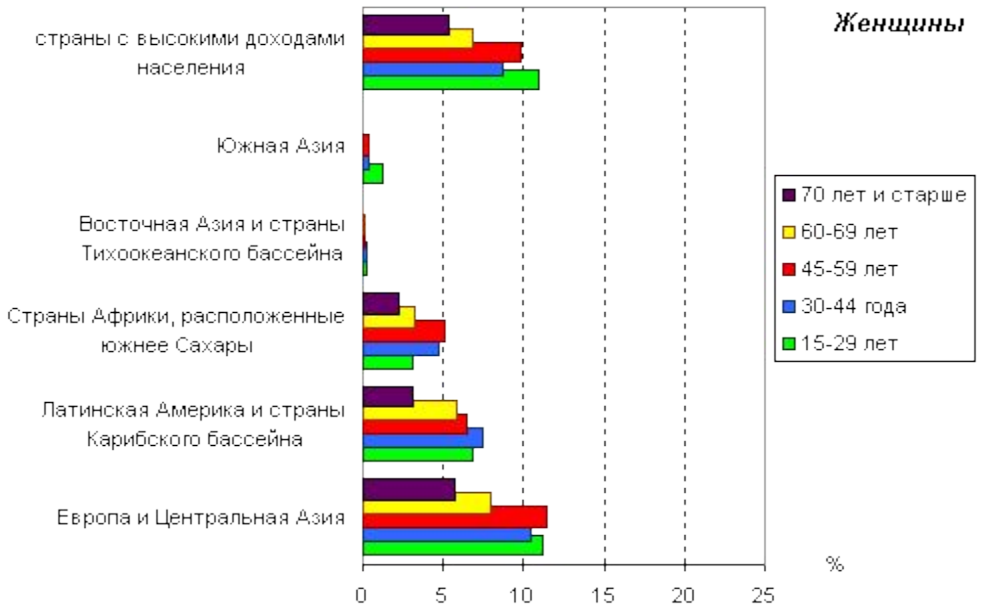
Доля употребляющих алкоголь среди мужчин и женщин в возрасте 15 лет и старше по регионам ВОЗ, %, 2007год.



Доля мужчин, употребляющих алкоголь в опасных дозах, по возрасту и регионам мира (по классификации Всемирного Банка), %, 2007год



Доля женщин, употребляющих алкоголь в опасных дозах, по возрасту и регионам мира (по классификации Всемирного Банка), %, 2007 год



Психоактивное вещество –это вещество, влияющее на работу мозга

- *наркотики*
- *ингалянты*
- *табак*

Правила безопасного поведения

- *Дети не должны курить – курение вредно для здоровья*
- *Детям не следует пробовать алкогольные напитки*
- *Всегда говори «нет» и уходи, если кто-то предложит тебе попробовать наркотик*
- *Употребление ингалянтов опасно для здоровья и жизни.*

ПОЛЕЗНОЕ ПИТАНИЕ
+
ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ
ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ
ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ