КУРЕНИЕ или ЗДОРОВЬЕ?

Вместе с дымом от вас уходит здоровье, которое очень трудно вернуть.

Еще не поздно подумать об этом!

Пять причин, по которым не следует курить!

Первая причина

- – это боль, как поет в известной песне известный певец Николаев. Это боль от более чем 25 болезней, включая и тяжелейшее психологическое расстройство – маразм, которые возникают у курильщиков в результате курения табака.

Вторая причина

- – это отравление табачным дымом ни в чем невинных окружающих, в первую очередь, самых близких – собственных детей (особенно детей грудного возраста), жены и, конечно же, тещи. Они, чем тебе не угодили?!! За что ты их так!!

Третья причина

- заключается в том, что в цивилизованном мире курить стало не модным и даже неприличным. Имидж курильщика сильно страдает. Если человек не может бросить курить – значит безвольный, бесхарактерный, не имеющий чувства собственного достоинства.

Четвертая причина

- – запах изо рта неприятного сигаретного перегара и "благоухание" прокуренными волосами, одеждой и бельем.

Пятая причина

- – стыд и позор от сексуальных недомоганий и эротических расстройств, одолевающих курильщиков.

Цель урока:

- Убедить курильщиков, в том числе и самых заядлых, что **курение не прибавляет здоровья и авторитета;**
- Убедить остальных – не надо начинать курить;
- Дать информацию о вреде, наносимого здоровью веществами, содержащимися в табачном дыме;
- Установить связь курения и физики;
- Дать советы и рекомендации.

Всемирная организация здравоохранения, утверждает, что курение это «заразная» болезнь.

- День здоровья
- 7 апреля
- Всемирный день отказа от курения
- 21 ноября.

Из истории

- курения
- табака

Физико-Химический Механизм курения

«Дневная норма среднего курильщика» - 25 сигарет

- В их дыме содержатся:
- 125 мг никотина
- 40 г аммиака
- 0,8-1,0 мг синильной кислоты
- 0,5 л угарного газа
- Множество других вредных веществ.

Влияние курения на здоровье

- Доза 0,1 никотина смертельна для человека. Она содержится в 20 сигаретах. Подсчитано, что при курении в среднем 20 сигарет в течение 30 лет, человек выкурит более 200 000 сигарет, в которых заключено 160 кг табака. Это количество содержит примерно 800 грамм никотина – 8000 смертельных доз этого яда. Человек, вводящий ежедневно в свой организм одну смертельную дозу никотина, не погибает только потому, что эта доза вводится постепенно. Однако систематическое курение заметно отражается на продолжительности жизни

Никотин

- Заставляет наше сердце биться быстрее, из-за чего оно изнашивается, а главное – заставляет человека привязаться к сигарете, привыкнуть к ней стараться курить все больше и больше.

Угарный газ

- Мешает организму получать кислород, столь необходимый для всех органов.

Табачные смолы

- Загрязняют наши легкие и приводят к их заболеванию, многие курильщики часто кашляют.

Повторим пройденное

- Что такое радиоактивность?

Повторим пройденное

- Что представляют собой α- и β- частицы?
- Какова их проникающая способность?

Повторим пройденное

- Что такое α- распад ядер и каково правило смещения Содди для α- распада?

Повторим пройденное

- Что такое β- распад ядер и каково правило смещения Содди для β- распада?

Повторим пройденное

- Что такое изотопы?

Повторим пройденное

- Что такое период полураспада?

Влияние радионуклидов на организм человека

- Йод щитовидная железа
- Кобальт, цезий, плутоний печень
- Калий, кобальт, цезий яичники
- Полоний, радон, плутоний легкие
- Цезий почки
- Радий, стронций костная ткань

Влияние радионуклидов на организм человека

- В бронхах и моче курящих количество полония – 210 в 6-7 раз больше, чем у некурящих

Полоний и свинец – главная причина злокачественных опухолей

- Запомните:
- Даже сигареты с фильтром опасных изотопов не задерживают!

Слишком дорогая плата за курение

ЗАЩИТИТЕ
МЕНЯ...
copyright 2009 Vitaly Tatus

Из дневника не родившегося ребенка

- Сегодня у меня праздник, мне 2 месяца. Я уже существую.

Из дневника не родившегося ребенка

- Я могу ощущать и чувствовать.
- Я человечек.

Из дневника не родившегося ребенка

- Вместе со мной празднует и моя мама. Она уже выкурила 5 сигарет.

Из дневника не родившегося ребенка

- От этого мне тяжело, слабый я какой – то, голова болит и тошнит.

Из дневника не родившегося ребенка

- Мне 5 месяцев,

а я совсем не подрос.

Из дневника не родившегося ребенка

У меня карие глаза, наверное, мамины, красивые волосы, хотелось бы папины.

Из дневника не родившегося ребенка

Но моя мама, наверно, меня не любит.

она не бросает курить, поэтому с каждым днем я чувствую себя все хуже и хуже.

Из дневника не родившегося ребенка

у меня появились симптомы учащенного сердцебиения, головокружение не исчезает.

Из дневника не родившегося ребенка

- Хотя мне уже 7 месяцев, я еще выгляжу, как шестимесячный…

Из дневника не родившегося ребенка

Мама опять много курила.

Из дневника не родившегося ребенка

Сердце бьется так, что готово выскочить из груди…

Из дневника не родившегося ребенка

Я задыхаюсь…

Из дневника не родившегося ребенка

- Что такое? Свет?
- Меня опутали какими-то проволочками и куда-то повезли

Из дневника не родившегося ребенка

- Врачи говорят:
- « Роды преждевременные, врожденный порок сердца …»

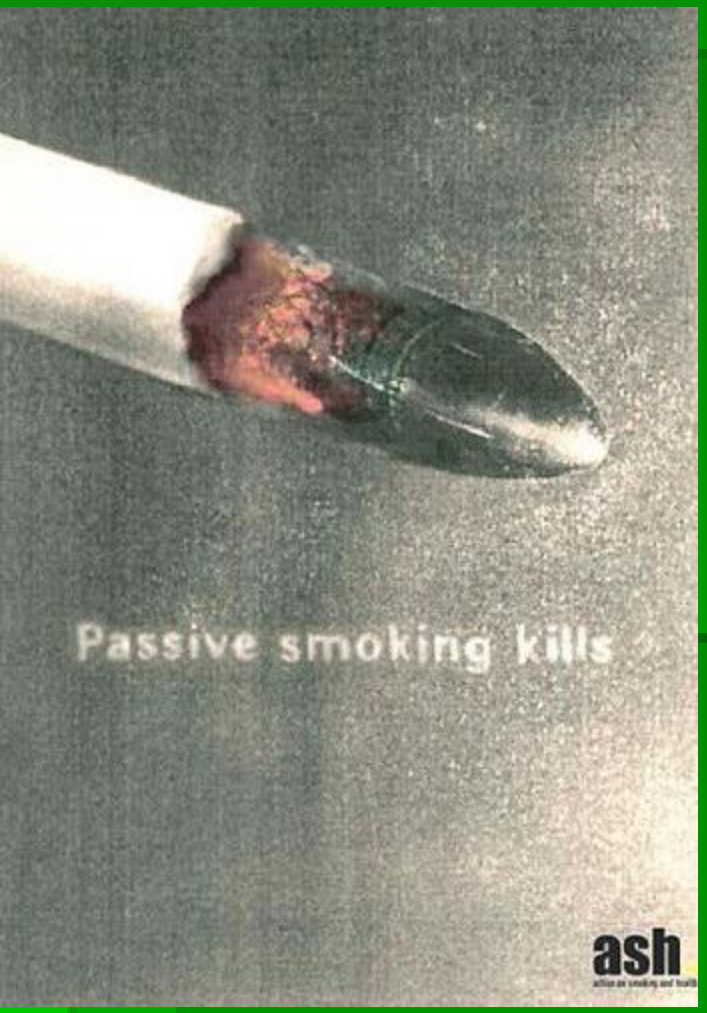
Из дневника не родившегося ребенка

- Я умер через 5 дней в реанимации.

Из дневника не родившегося ребенка

- Мама меня убила!

Пассивное курение



В память об уже ушедших и еще не забытых

- На братской могиле жертв, убиенных табаком

Николай Крючков

Роланд Быков

Дмитрий Дмитриевич Шостакович

Арчил Гомиашвили

Зигмунд Фрейд

Роберт Тейлор

Георг VI

Борис Пастернак

Михаил Аркадьевич Светлов

Уолт Дисней.

Гамаль Абдель Насер

Стив Маккуин

Михаил Шолохов

Андрей Тарковский

Лев Иванович Яшин

Козьма Прутков

- « Многие люди подобны колбасам: чем их начинят, то и носят в себе»

Микаэл Таривердиев

Ибрагим Ругова

Слободан Милошевич

Аллен Карр

- Табачные дельцы сегодня работают в 2-3 раза эффективнее палачей из Освенцима!

Михаил Кононов

Иосиф Бродский

Не знаю, есть ли Гончарова,
но сигарета мой Дантес

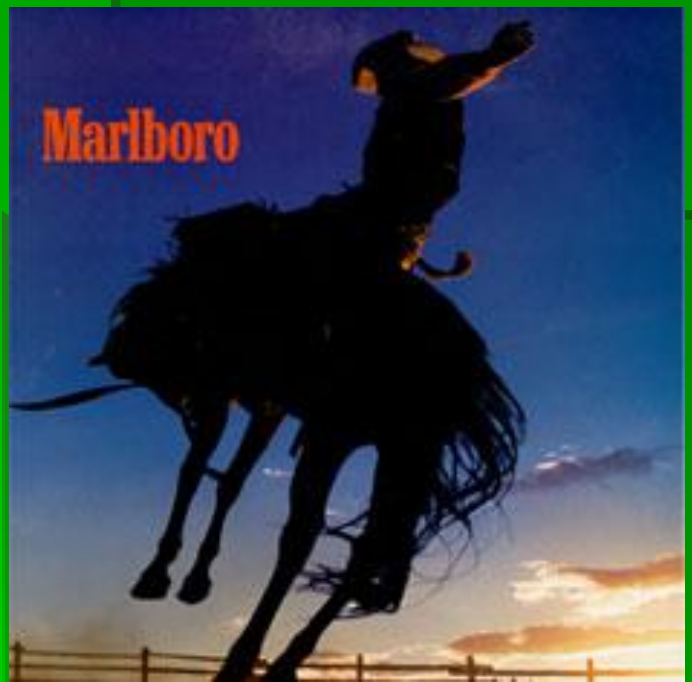
Александр Абдулов

Юл Бриннер

- « Чтобы я посоветовал вам, прежде чем умру? *Не курите*»

Уэйн Мак Ларен

- « *Меня погубило курение*,
- оно разрушает доброе и
- хорошее в человеке»



« Люди,

делайте что хотите,

только не курите»

Ян Арлозоров – еще одна жертва ненасытного табачного убийцы

- Каждая сигарета отгрызает кусок от отмеренного вам отрезка жизни. – Стоит ли продолжать?..

Где же выход?

Прежде всего, не надо начинать курить!

Но если уже появилась тяга к сигарете, постарайтесь избавиться от вредной привычки.

Давайте беречь свое здоровье и здоровье близких

Курение или здоровье - выбирайте сами!

… и несколько картинок в тему.

Брось курить, если хочешь жить!

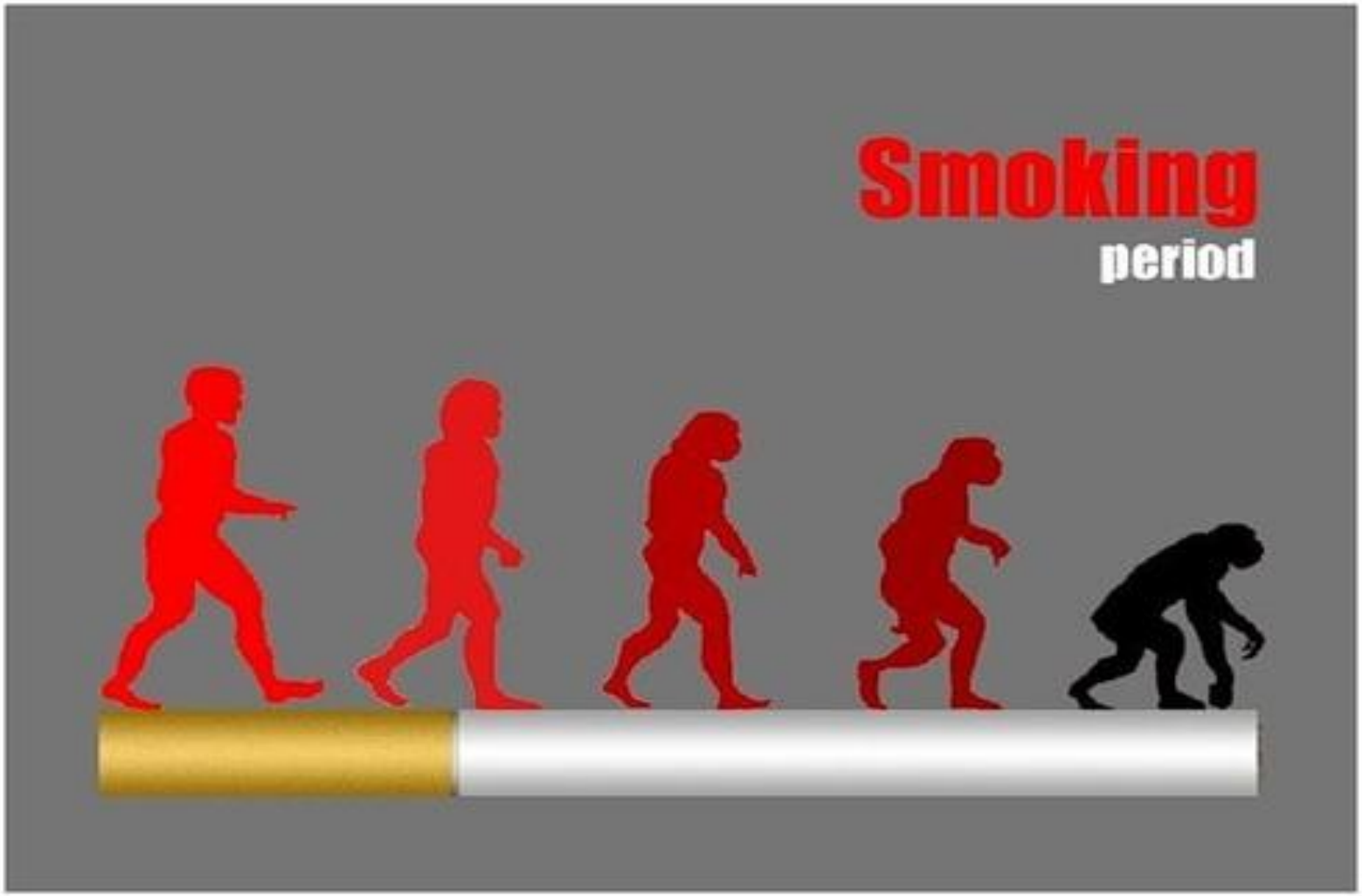
Брось курить, если хочешь жить!

Брось курить, если хочешь жить!

Брось курить, если хочешь жить!

- **Брось курить, если хочешь жить!**

Брось курить, если хочешь жить!

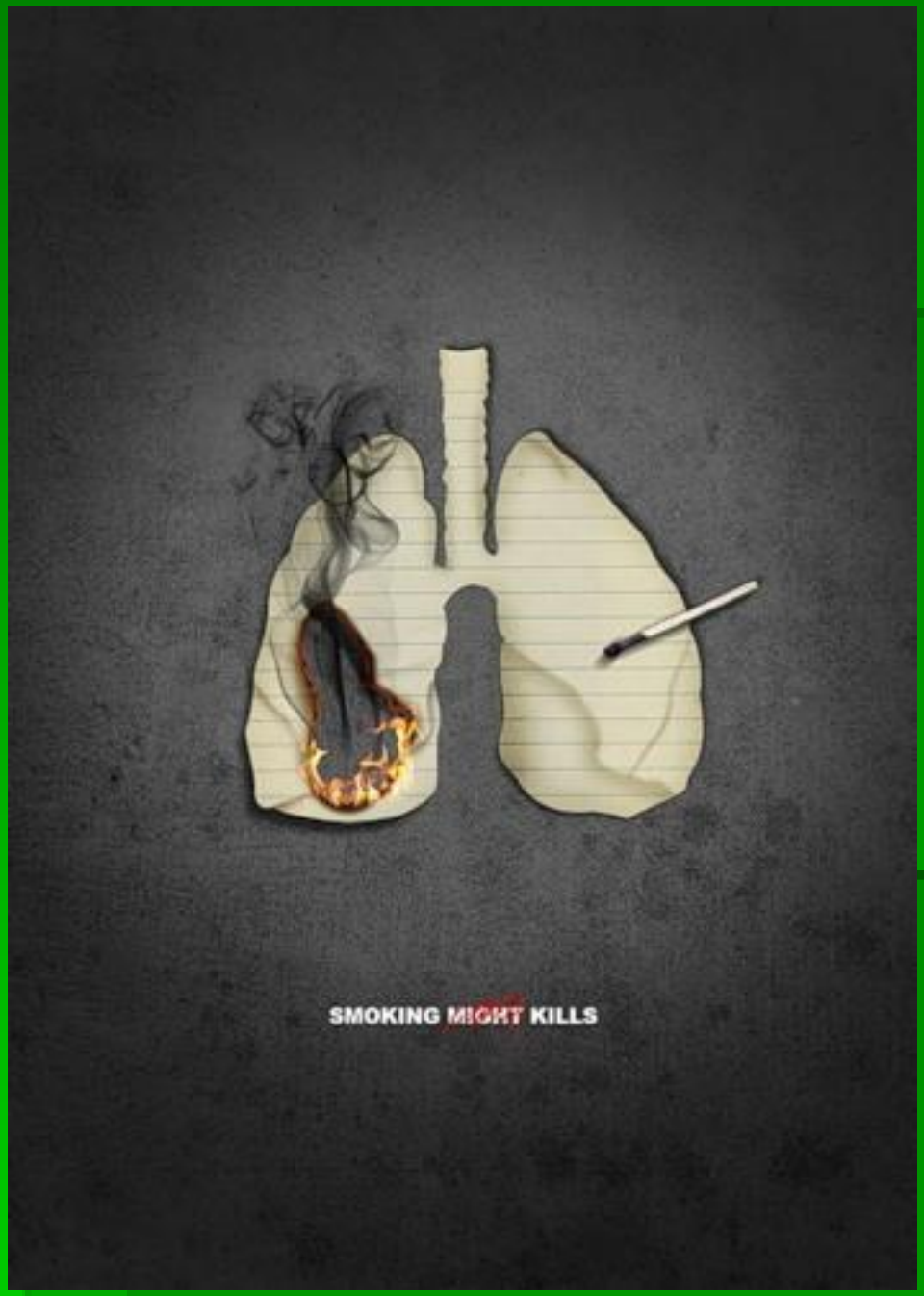


Брось курить, если хочешь жить!

Брось курить, если хочешь жить!

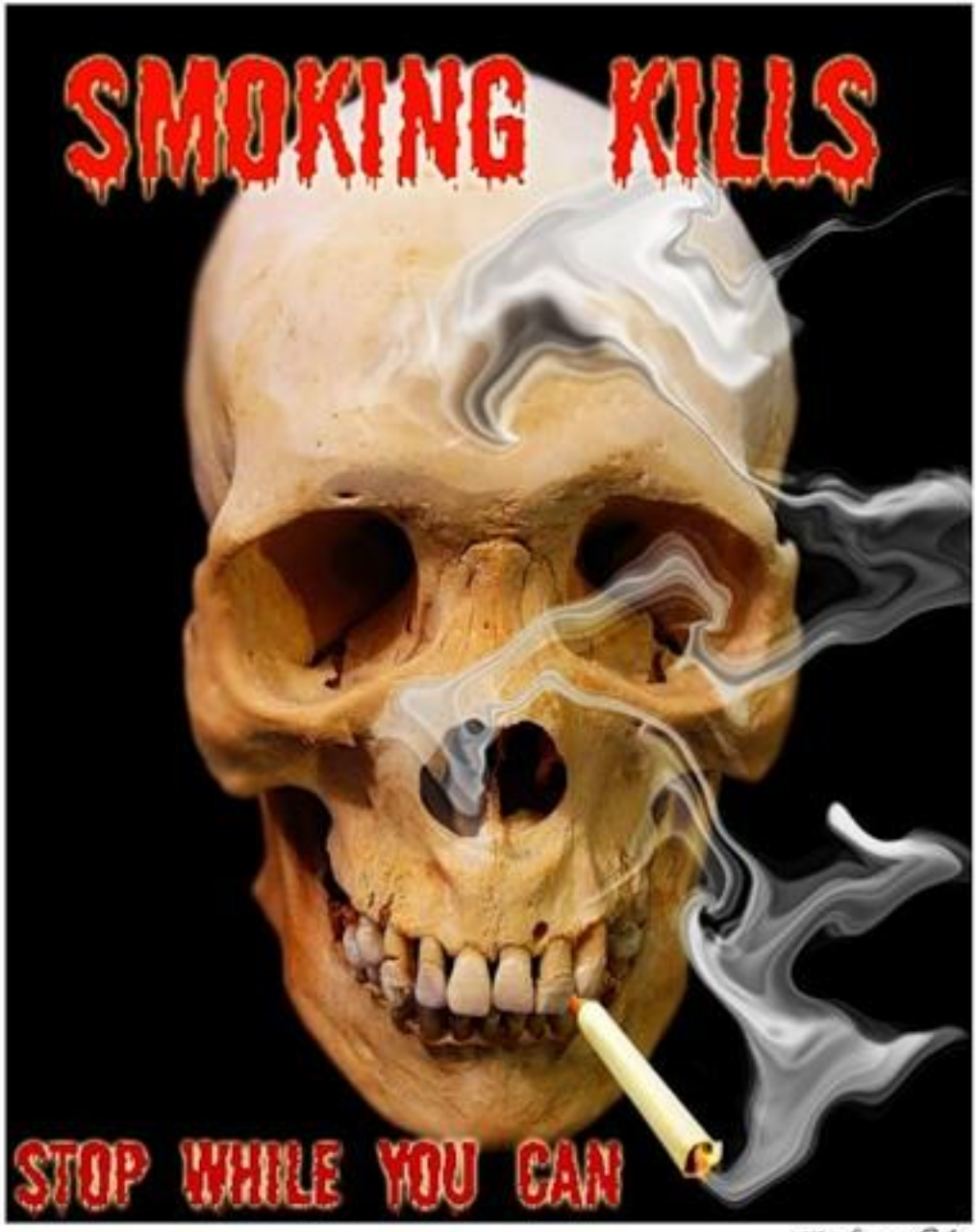
Брось курить, если хочешь жить!

Брось курить, если хочешь жить!



Брось курить, если хочешь жить!

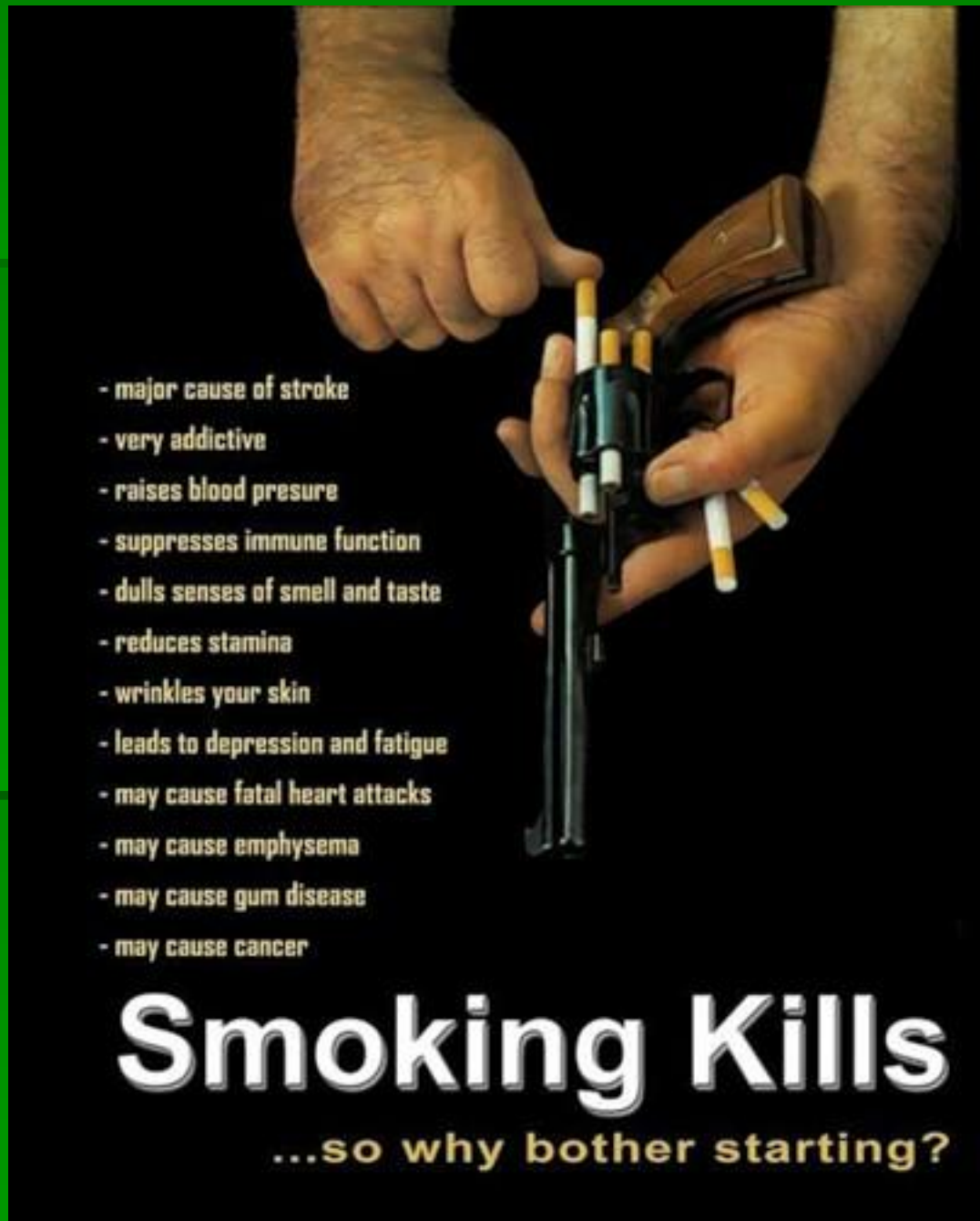
Брось курить, если хочешь жить!



Брось курить, если хочешь жить!

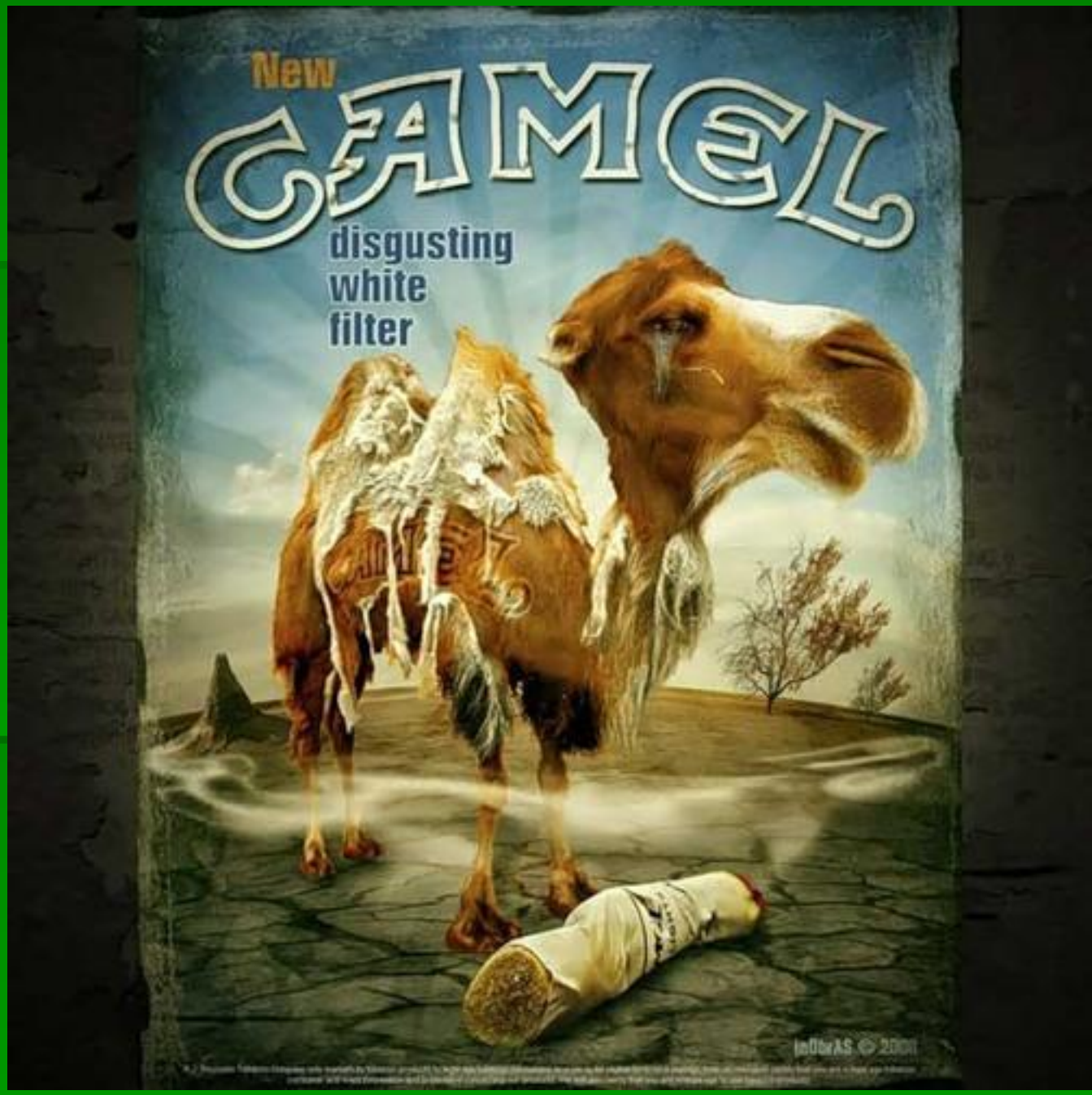
Брось курить, если хочешь жить!

Брось курить, если хочешь жить!



Брось курить, если хочешь жить!

Брось курить, если хочешь жить!



Брось курить, если хочешь жить!

Брось курить, если хочешь жить!

МИНЗДРАВ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ:
КУРЕНИЕ ОПАСНО ДЛЯ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ !
(C) IYnik. 2001
(http://IYnik.narod.ru, IYnik@narod.ru)
Специально для "Копченых Курилок" Smoky

МИНЗДРАВ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ:
КУРЕНИЕ ОПАСНО ДЛЯ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ !
Я жизнь чашу испила до капли...
Та-самая Лошадь
(C) LNik. 2001
(http://LNik.Narod.Ru, LNik@Narod.Ru)
Специально для "Копченых Курилок" Этого

А я не затягиваюсь...
(C) 2004. ISNik

НЕ ЗАТЯГИВАЕШЬСЯ ?
(C) 2004. ISNik

УСПОКАИВАЕТ ?
(C) 2004. ISNik

КАК ВСЕ ?

КРУТО ?
(C)2004. ISNik

БАЛУЕШЬСЯ ?
ESSE
ESSE
КУРЕНИЕ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ
(C) 2004. ISNik

Нечем
руки занять ?
(C) 2004. ISNik

KENT
SUPER LIGHTS
ПОПРОБУЕШЬ ?
(C) 2004. ISNIK

Надеешься ПОХУДЕТЬ?
PRIKOLZ.SPB.RU
(C) 2004. ISNik

А могла б
царевной стать...
(C) VVArt.Narod.Ru. Фото
(C) 2004. ISNik

Говорила же я тебе, Петя,
завязывай с куревом...
(C) 2004. ISNik

Сам можешь травиться, если так уж тебе этого хочется, но травить окружающих

- ***Ты не имеешь права***

Домашнее задание

- Подумайте еще раз:
- Стоит ли курить?
- Помните: « Табак стоит гораздо дороже, чем вы думаете».