

вдыхание дыма тлеющих высушенных или обработанных листьев табака, наиболее часто в виде курения сигарет, сигар, сигарилл, курительных трубок или кальяна. В некоторых социумах курение табака является ритуалом.

- По данным ВОЗ, в мире в среднем каждые шесть секунд умирает один человек от заболеваний, связанных с курением табака, а ежегодно по этой причине умирают пять миллионов человек.
- 80% курящих мужчин и 50% курящих женщин пристрастились к курению ещё в школьном возрасте

сигарете скрыты под общим

ВОТ ЧТО ПРЯЧЕТСЯ В СИГАРЕТЕ

Гликол пропилена

Табачная промышленность утверждает, что она добавляет его в табак, чтобы он не высыхал

Бензопирен

Вы найдете его в угольной смоле и в сигаретном дыме. Он является одним из самых сильных химикатов, способствующих развитию рака

Мышьяк

Из-за этого смертельного яда у курильщика горят губы и плохо пахнет изо рта

Ацетон

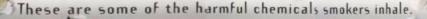
Один из главных составных в химикате для снятия лака с ногтей

Свинец

Из-за отравления свинцом у курильщика возникает рвота, повреждаются клетки мозга и замедляется рост

Формальдегид

Он развивает рак, повреждает легкие, кожу и пищеварительную систему. Этот химикат применяется в бальзамировании тел умерших



Толуол

Толуол сильно токсичен. Он часто применяется в красках с целью уменьшения толщины слоя краски при нанесении на поверхность

Фенол

Химикат, используемый как дезинфицирующее средство наподобие того, что используется при уборке лабораторий

Бутан

Легковоспламеняю щееся вещество, главный компонент различных горючих веществ

Кадмий

Повреждает печень, почки и мозг. Он остается в организме курильщика долгие годы

Аммоний

Он помогает усваивать табак, изза чего курильщики становятся все более пристрастны к нему

Бензин

Его можно залить на любой бензоколонке

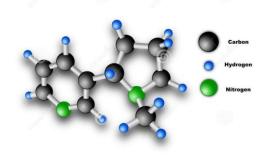




Куриный

ПОМЕТ

Nicotine



Вред насвая

В 80% случаев рака языка, губы и других органов полости рта, а также гортани связанны с употреблением насвая.

Поскольку насвай содержит экскременты животных, то, чрезвычайно легко заразиться разнообразными кишечными инфекциями и паразитарными заболеваниями, включая вирусный гепатит.

Длительный прием насвая со стопроцентной вероятностью приводит к гастриту и язве желудка.

Развивается сильная никотиновая ависимость.

В некоторые порции насвая могут добавляться наркотические вещества, развивается зависимость от наркотиков

 Насвай можно отнести к числу психотропных веществ.





Насвай, снюс, жевательный и нюхательный табак(снафф)

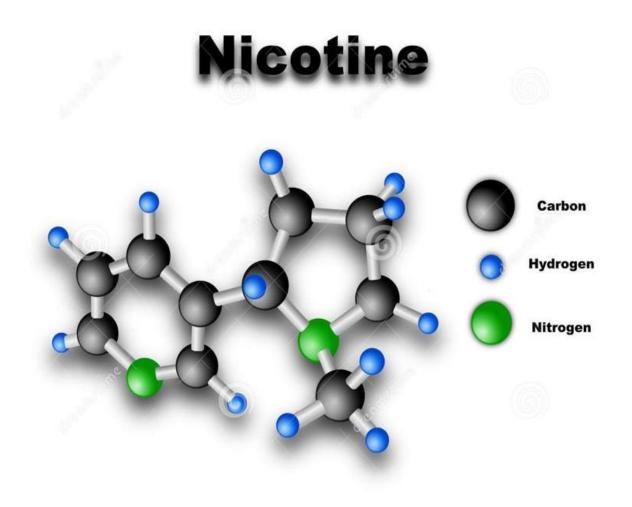
создают и поддерживают никотиновую зависимость, а содержащиеся в них компоненты тоже вызывают рак и другие заболевания.







Никотин — алкалоид пиридинового ряда, содержащийся в растениях семейства паслёновых (*Solanaceae*), преимущественно в листьях и стеблях табака (концентрация в сухом от 0,3 до 5% по массе), махорки (2–14%), в меньших количествах, в томатах, картофеле, баклажанах, зелёном перце; сильнодействующий нейротоксин и кардиотоксин



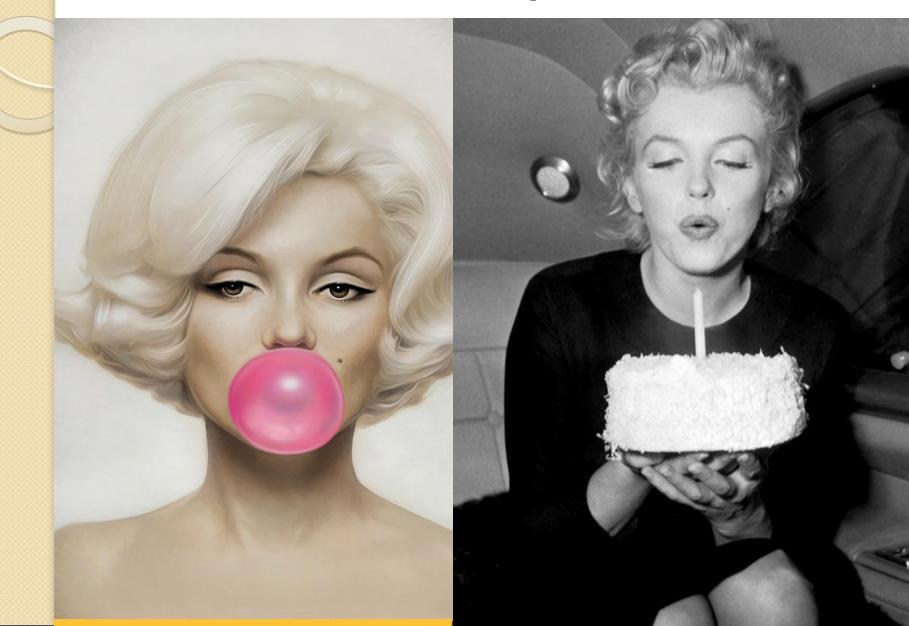
Почему люди курят?

- 1. Чтобы казаться взрослыми
- 2. Чтобы «влиться» в компанию
- 3. Из-за неспособности противостоять влиянию группы
- 4. Из-за неспособности поддержать разговор или свободно общаться
- 5. из-за иллюзии, что курение «поможет» похудеть
- 6. из-за иллюзии, что курение «помогает» собраться с мыслями

7. Для подражания кумиру



8. Чтобы казаться привлекательнее



9. Чтобы казаться крутым





-Тебе платили за пропаганду курения?!

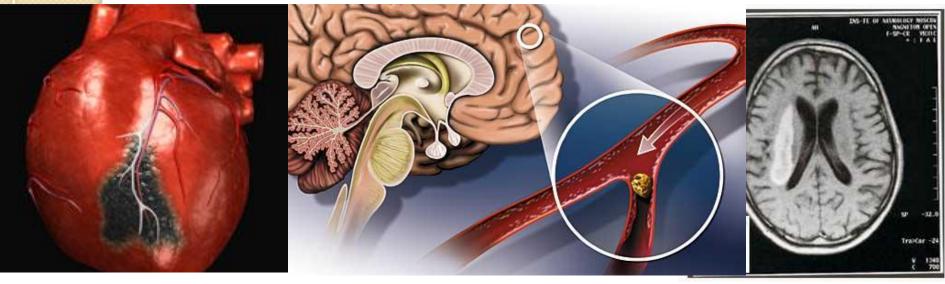
К чему на самом деле приводит курение?

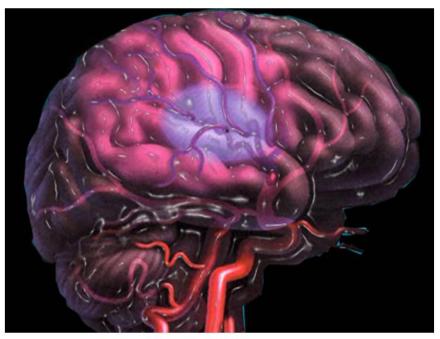
- 1. никотиновая зависимость
- 2. заболевания сердечнососудистой системы (инфаркт миокарда, инсульт, облитерирующий эндартериит)
- 3. онкозаболевания (рак лёгких в 20 раз чаще, рак пищевода в 5 раз чаще, чем у некурящих)
- 4. заболевания органов дыхания
- 5. преждевременное старение и смерть
- 6. снижение работоспособности и качества жизни

Никотиновая зависимость



Сердечнососудистые заболевания

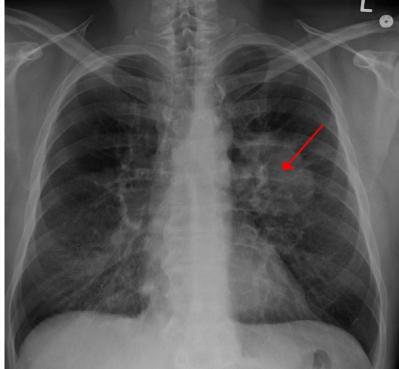
















К чему на самом деле приводит курение?

• 7. нарушение репродуктивной функции

 8. негативное влияние на протекание беременности, здоровье плода и

ребё



К чему на самом деле приводит курение?

- 9. Курильщик добровольно встаёт на путь самоуничтожения
- 10. Стереотип курения и добровольного самоуничтожения снимает преграды перед другими зависимостями (алкогольная, наркотическая, экстремальный спорт, игровая и т.д.)



Быть, а не казаться

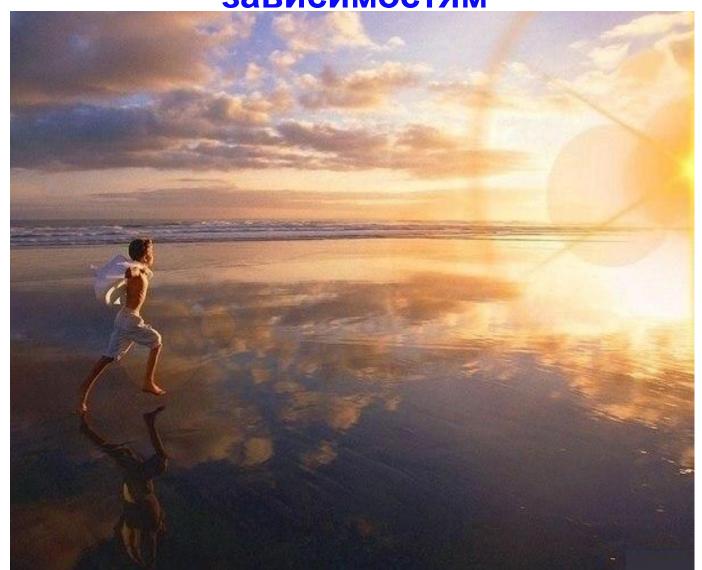






Надёжным защитником Отечества, ответственным членом общества

Трезвость- достойная альтернатива курению, алкоголю, наркотикам и другим зависимостям



Зависимость



Единственная и ненадёжная точка опоры

Личностный рост и принцип альпинизма



Три надёжные точки опоры

1-я точка опоры



Мечты и положительные

2-я точка опоры

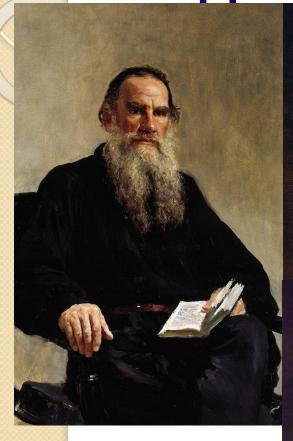


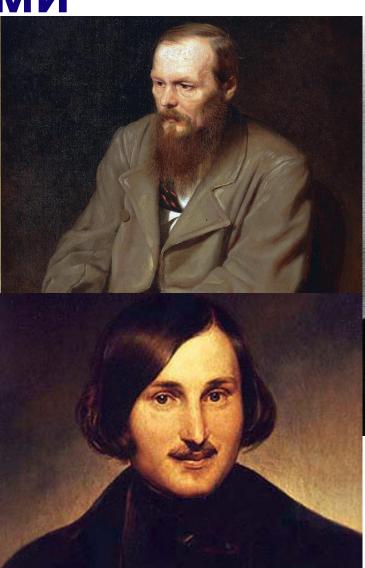




Поддержка близких и люди, которые помогают нам развиваться

Общение с мудрыми людьми



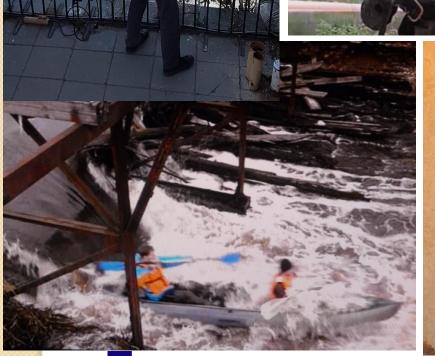




3-я точка опоры









Положительные увлечения и

интересы

