

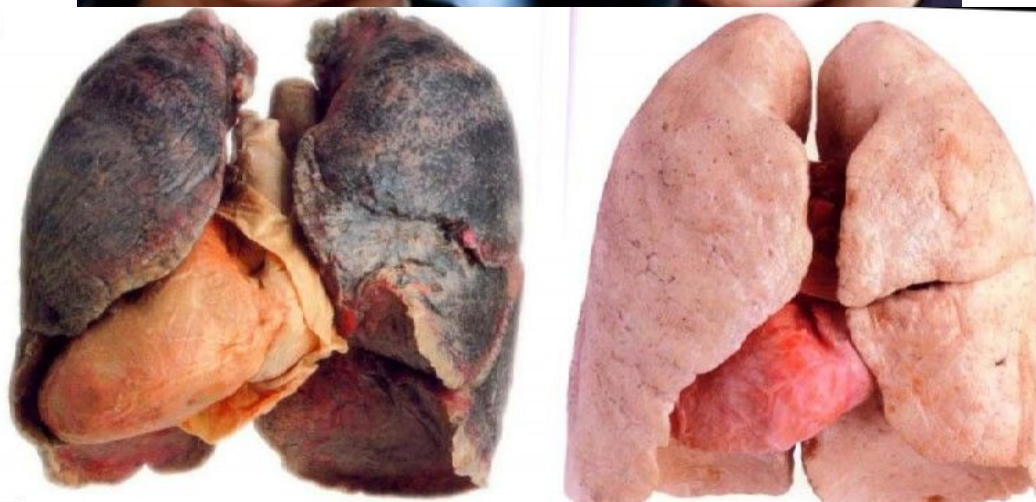
БРОСИТЬ НЕЛЬЗЯ  
КУРИТЬ.

РАБОТА УЧЕНИЦЫ **10**-ГО КЛАССА  
СТАРОДУБОВОЙ ТАТЬЯНЫ

На Земле целых два международных дня, посвященных борьбе с курением – Всемирный день без табака (31 мая) и Международный день отказа от курения, который отмечается ежегодно в третий четверг ноября. Первая из этих дат установлена Всемирной организацией здравоохранения в 1988 году, вторая появилась даже раньше – в 1977 году, по решению Американского онкологического общества.



СЛОВО «СИГАРЕТЫ» И «ЗДОРОВЬЕ»  
НЕСОВМЕСТИМЫ МЕЖДУ СОБОЙ.



**Численность армии курильщиков сегодня превысила 1,3 миллиарда человек и продолжает увеличиваться. И это несмотря на то, что ежегодно от курения умирает почти 5 миллионов человек. Такой урон, как сигарета, не наносит человечеству ни одна война или эпидемия. Но люди упорно продолжают платить миллионы долларов за то, что их убивает.**





# Болезни, вызываемые курением

**Злокачественные опухоли**

Гортань

Рот и глотка

Пищевод

Трахея, бронхи, лёгкие

Острая миелоидная лейкемия

Желудок

Поджелудочная железа

Почки, уретра

Толстая кишка

Мочевой пузырь

У курящих женщин - рак шейки матки

**Хронические болезни**

Инсульт

Слепота, катаракта

Периодонтит

Аневризма аорты

Ишемическая болезнь сердца

Воспаление лёгких

Атеросклероз периферических артерий

Хронический бронхит, астма

Перелом шейки бедра

У курящих женщин - гинекологические заболевания (включая бесплодие)





# ПОСЛЕДСТВИЯ КУРЕНИЯ

**Самый большой вред курение наносит дыхательной и сердечно-сосудистой системам. Но самое главное, курение провоцирует появление раковых опухолей. В дыхательной системе развивается кашель.**

**Воспаляются и сужаются малые дыхательные пути. Воспаленные клетки чаще обнаруживаются в легких курильщиков. Более тяжелая форма приступов астмы приобретает именно у курильщиков.**

Образованию тромбов так же способствует курение, потому как эта пагубная привычка сокращает время для свертывания крови. Из за окиси углерода, которая содержится в табачном дыме, сокращается количество гемоглобина, который доставляет кислород.





# ВРЕД ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ЖЕНЩИН

**Никотиновая зависимость развивается быстрее у женщин, и бросить курить им значительно труднее, чем мужчинам**

**Помимо всех вышеописанных болезней у многих женщин курение вызывает бесплодие.**



**У курящих женщин дети рождаются с меньшим весом, чем у некурящих, с физическими дефектами конечностей, с глухотой, умственно отсталые.**

**Да и если ребёнок на вид родился вполне здоровым, курение матери всё равно скажется на его развитии. Ребёнок неизбежно будет слабее других детей, будет отставать в росте и хуже учиться, его иммунитет будет ослабленным и он будет чаще подвержен простудным заболеваниям.**



# ВРЕД ПОДРОСТКОВОГО КУРЕНИЯ

**Многочисленные международные медицинские исследования установили серьезный вред курения для подростков. Смертность людей, начавших курить в подростковом возрасте, в несколько раз выше, чем у взрослых курильщиков. Вред подросткового курения проявляется в серьезных патологических процессах, которые вызывают снижение памяти, уменьшают мышечный тонус, ухудшают слух и зрение. Никотиновые смолы истончают нервные клетки, вызывают утомление, понижают активность головного мозга, а также снижают зрительное цветовое восприятие.**



**Серьезный вред курения для подростков заключается в появлении тяжелых заболеваний пищеварительной, нервной, сердечнососудистой, дыхательной и мочеполовой систем.**

**Вред подросткового курения состоит в мощном угнетении центральной нервной системы и головного мозга. Также в результате воздействия ядовитых веществ табачных изделий ухудшается функционирование щитовидной железы, учащается сердцебиение, появляется раздражительность, повышенная жажда и потоотделение.**



# ПАССИВНОЕ КУРЕНИЕ

**Длительное воздействие дыма может спровоцировать кашель, одышку, прилив крови к груди, головную боль, свистящее дыхание, боль в горле. Табачный дым может также вызывать головокружение, слабость, раздражать глаза. Регулярное вдыхание табачного дыма вдвое увеличивает риск развития рака легких и сердечно-сосудистых заболеваний, туберкулеза. При пассивном и активном курении значительно повышается риск развития хронической обструктивной болезни легких, вызывающей проблемы с дыханием. Вдыхание вторичного дыма очень часто приводит к развитию гастрита.**



**Дети очень уязвимы к воздействию сигаретного дыма. По исследованиям, в России в крови пятидесяти процентов детей содержится котинин – продукт распада никотина. У младенцев при пассивном курении также могут развиваться серьезные инфекционные заболевания дыхательных путей. Пассивное курение у детей может вызвать астматический приступ. Ученые считают, что 50000-200000 легочных инфекций (бронхит, пневмония) у детей младше полутора лет развивается по причине регулярного вдыхания сигаретного дыма.**



# ОТКУДА ЭТО ПРИШЛО

Впервые табак начали выращивать в третьем веке до н.э. в Центральной Америке. Индейцы были первыми, кто выращивал табак для курения. Курение табака, являлось ритуалом при религиозных обрядах, при политических и военных переговорах.

После открытия материка Колумбом, табак распространился по всему миру, сначала его завезли в Испанию в 1493 году, а затем в Португалию, Европу и постепенно выращивание и курение табака проникло во все уголки Земного шара.



# ИСТОРИЧЕСКИЕ ФАКТЫ

Курение в России началось в 16 веке. Табак в Россию завезли английские купцы во времена правления Ивана Грозного. Курение недолго было популярным на Руси. Царь Михаил Романов запретил различные виды курения. После пожара в 1634 году, когда сгорела чуть ли не вся Москва, меры ужесточили вплоть до смертной казни.

Но со временем смертную казнь заменили на телесное наказание. Курильщиков пороли прилюдно кнутом и на осмеяние толпы возили на козле. Если подобный грех повторялся, виновный ссылался в дальний город, но не просто так. Сначала ему вырывали ноздри или резали нос, что сходно с наказанием беглого каторжника.





# ЗАКОН О ЗАПРЕТЕ КУРЕНИЯ

**23.02.2013** был принят Федеральный закон N 15-ФЗ "Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака".

**Запрет на курение в общественных местах, который вступил в силу с 1 июня 2014 года.**

**Рост цен на сигареты.**

**Маркировка на пачке сигарет.**

**Информационная борьба с курением.**

**Запрет на рекламу табака.**

**Ограничение торговли табачными изделиями и запрет незаконной торговли.**

**Защита детей от потребления табака. Запрещено продавать сигареты несовершеннолетним.**

За нарушение данного закона предусмотрены различные виды ответственности. Например, за курение в неположенном месте придется заплатить штраф до 50 тыс. рублей.





**Курение или  
здоровье ?**



**Выбирайте сами!**