

Задание

1. Презентацию по п. 44 «Вредные привычки» и п. 45 «Заболевания человека» посмотреть.
2. П.44 и 45 читать
3. П. 44 - **ответить на вопросы 3-6.**
4. П.45 - **ответить на вопросы 5-8**



Вредные привычки

Человек-творение природы

Человек – великое чудо природы. Эволюция обеспечила организм человека неисчерпаемыми резервами прочности и надёжности.



Природа создала человека для долгой и счастливой жизни.

Реализация возможностей, заложенных в человеке, зависит от его образа жизни, повседневного поведения, привычек, приобретаемых им, умения разумно распоряжаться потенциальными возможностями здоровья на благо себе, своей семье и государству.



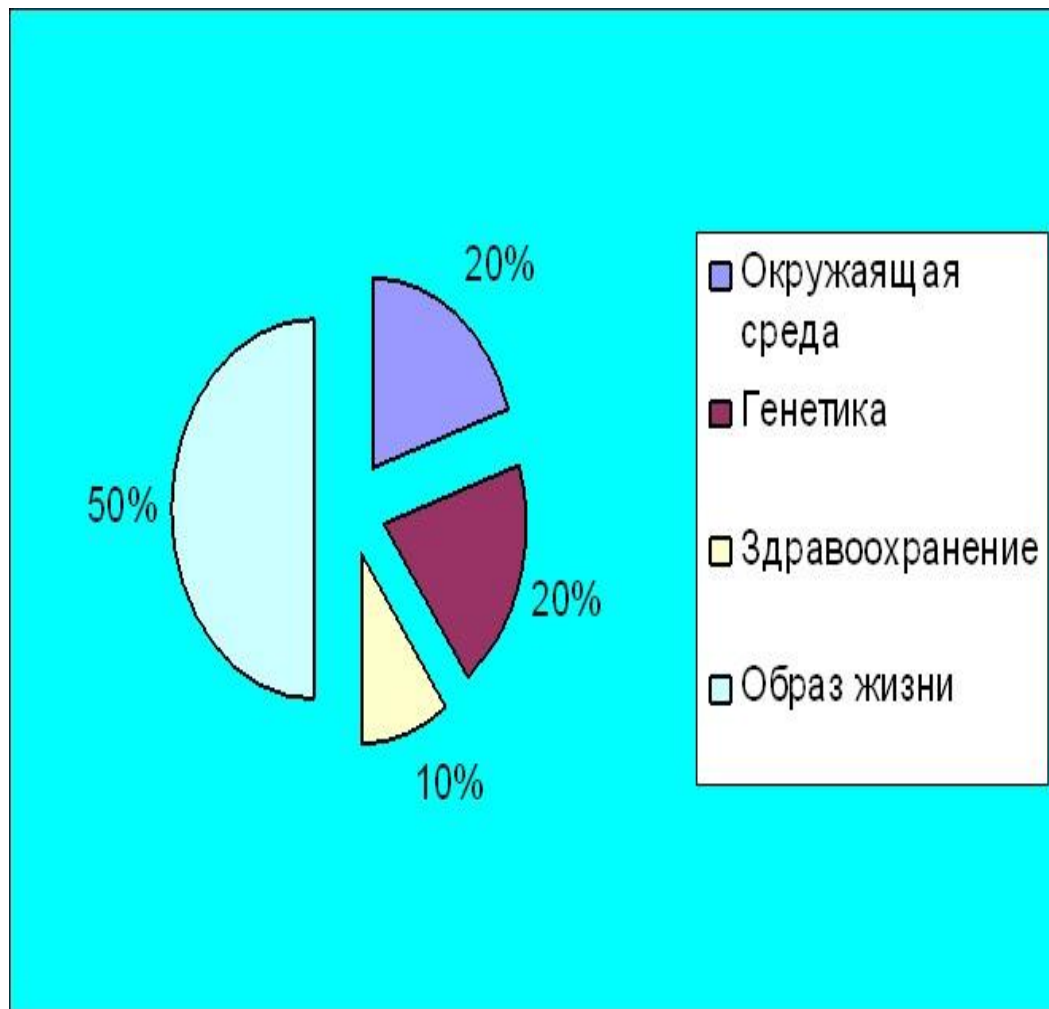
ЗДОРОВЬЕ

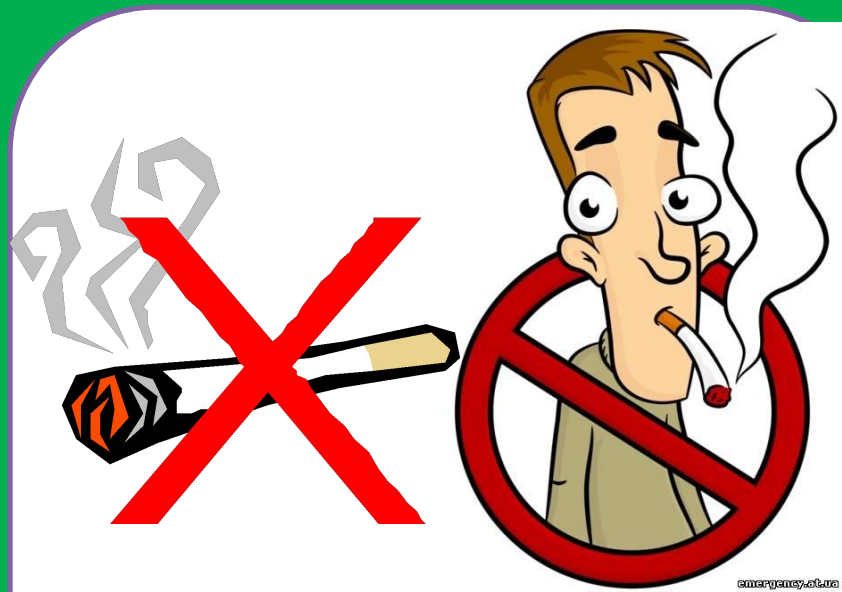
- Здоровье - это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоничное развитие личности.
- Здоровье - это полное физическое, психическое и социальное благополучие, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.



КАКИЕ ФАКТОРЫ ВЛИЯЮТ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА?

- состояние окружающей среды;
- генетика;
- здравоохранение;
- **образ жизни человека**





**ЭТО
ВЫСАСЫВАЕТ**



**ИЗ ТЕБЯ
ЖИЗНЬ!**

Ряд привычек, которые **человек приобретает ещё в школьные годы** и от которых потом не может избавиться в течение всей своей жизни, серьёзно вредит его здоровью.

Они способствуют быстрому расходованию всего потенциала возможностей человека, преждевременному старению и приобретению им устойчивых заболеваний.



Под привычкой понимают поведение, образ действия, склонность к чему либо, что стало для человека в его жизни обычным явлением. Это хорошая привычка.

Если же человек пристрастился к курению, употреблению алкоголя или наркотиков, приобрёл так называемые вредные привычки и уже не может отказаться от них, то это уже не привычка, а зависимость. *Это уже болезнь, которая практически неизлечима.*



Курение табака (никотинизм) –

привычка, заключающаяся во вдыхании дыма тлеющего табака. Курение оказывает отрицательное влияние на здоровье курильщика и окружающих людей.

Активным началом табачного дыма является никотин, который практически мгновенно попадает в кровь через лёгкие.



Кроме никотина, табачный дым содержит: ***угарный газ, синильную кислоту, сероводород, углекислоту, аммиак, эфирные масла***, концентрат из жидких и твёрдых продуктов горения и сухой перегонки табака, называемого табачным дёгтем.

Табак вредно действует на организм, и в первую очередь на нервную систему, вначале возбуждая, а затем угнетая её.

Память и внимание ослабевают, работоспособность понижается.



Табачный дым раздражает слюнные железы. Часть слюны курильщиком проглатывается. Ядовитые вещества дыма, растворяясь в слюне, действуют на слизистую оболочку желудка. *Это может привести к язве желудка и двенадцатиперстной кишки.*



В результате поступления дыма в лёгкие кровь в них, вместо того чтобы обогатиться кислородом, насыщается угарным газом.

Наступает *кислородное голодание*. Из-за этого прежде всего страдает сердечная мышца.

Начать курение очень легко, а вот бросить курить практически невозможно.



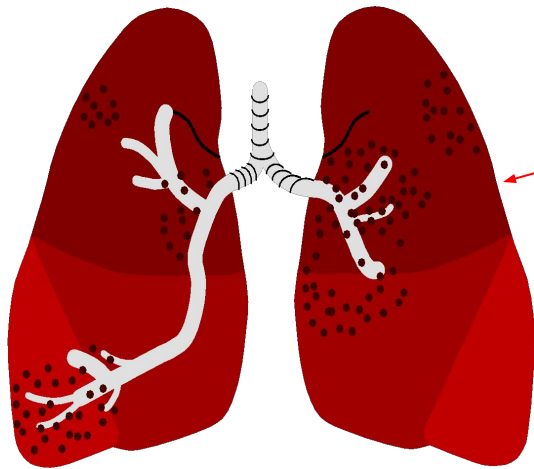
Пассивное курение



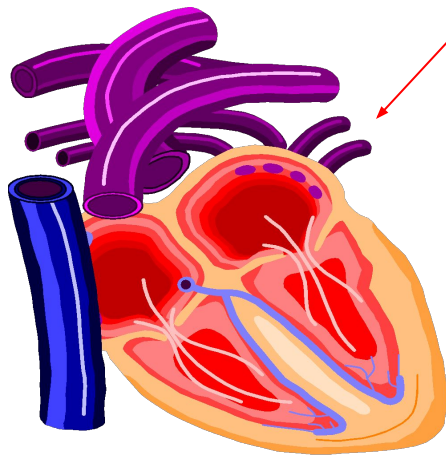
У детей из семей, где родители курят дома, чаще болеют в раннем детстве, пропускают школу и вообще получают меньший запас здоровья на будущую жизнь.

Курение родителей на 20-80% увеличивает риск заболевания дыхательной системы, тормозит рост легких ребенка.

Болезни, связанные с курением

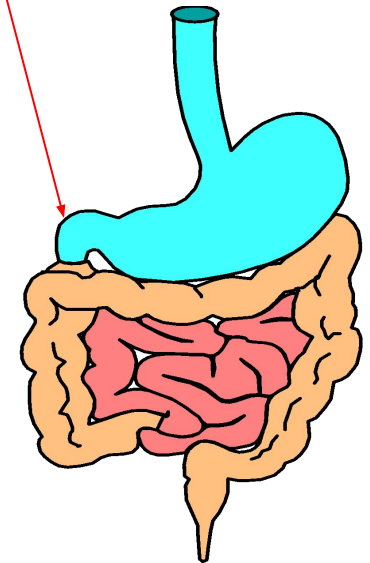


Бронхит,
рак легких

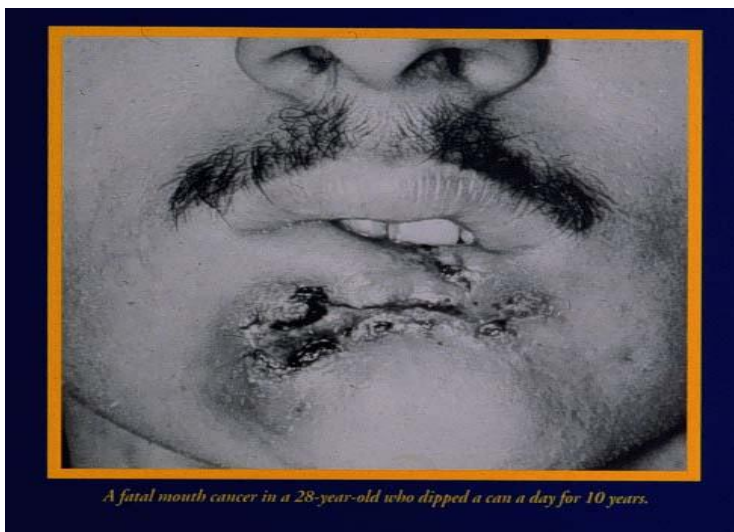


Инфаркт

Болезни
желудка и
12-типерстной
кишки



Легкие здорового человека и курильщика



Рак губы



Анаграммы

Расставьте буквы в правильном порядке, чтобы получить слова (название болезни)– последствия воздействия никотина на организм:

1. ДЫЮКША

2. ФАРКТИН

3. АКР

4. РОНБИТХ

5. ЯРНАЯН МРЕСТЬ

Аргументы против курения

- ✓ Курение **разрушает** организм
- ✓ Курение **приводит** к неизлечимым болезням
- ✓ Курение **снижает** физическую активность
- ✓ Курение **портит** цвет кожи
- ✓ Никотин **забирает** свободу, человек становится его рабом.

31 мая

Всемирный день без табака

ПОМНИТЕ: закурить легко, а вот
отвыкнуть от курения в
дальнейшем очень трудно, и вы
будете рабом курения, медленно и
верно уничтожать свое здоровье...



АЛКОГОЛЬ – внутриклеточный яд, разрушающе действующий на все системы и органы человека.

Возникающие при опьянении нарушения равновесия, внимания, ясности восприятия окружающего, координации движения часто становятся причиной несчастных случаев.



До 30% случаев поступивших в больницу с тяжёлыми травмами составляют люди, находящиеся в состоянии опьянения. **Средняя продолжительность жизни у пьющих людей не превышает обычно 55-57 лет.**

С помощью алкоголя преступники вербуют соучастников, вызывая у них снижение самоконтроля, облегчающее совершение преступления.



ВРЕД АЛКОГОЛЯ



В настоящее время, по мнению специалистов здравоохранения, пристрастие к курению и употреблению алкоголя считается разновидностью наркомании, так как механизмы возникновения зависимости и последствия употребления их схожи с употреблением наркотических веществ.

Более того, отмечено, *что алкоголь и курение выступают катализаторами (ускорителями) формирования наркозависимости.*



Наркомания – это заболевание, которое возникает в результате употребления наркотических веществ и психотропных веществ, вызывающих в малых дозах эйфорию (состояние повышенного беспричинно-радостного настроения), а в больших дозах **одурманивание или наркотический сон.**

Есть и другие очень опасные болезни

– **наркомания и токсикомания.**

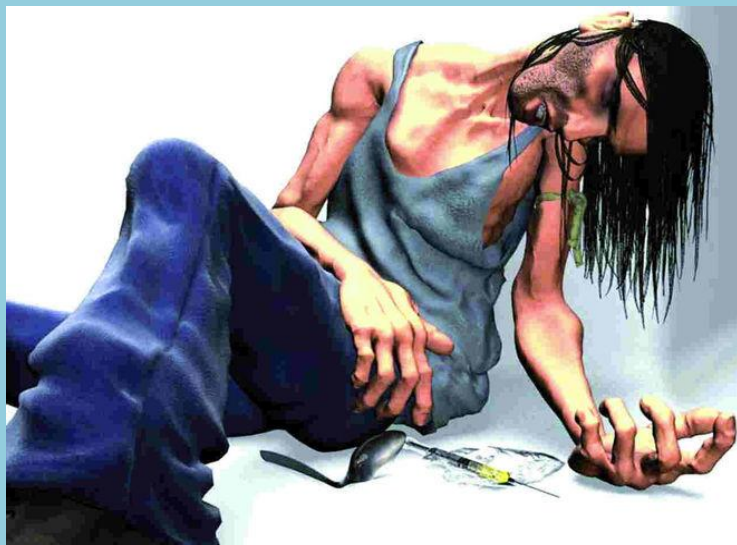
Как отмечалось ранее: **наркомания** – это заболевание, которое возникает в результате употребления наркотических веществ и психотропных веществ, вызывающих в малых дозах эйфорию (состояние повышенного беспричинно-радостного настроения), а в больших дозах **одурманивание или наркотический сон.**



Наркомания – это не обычное заболевание. Она приводит к деформации личности человека, что выражается в нарушении нравственных и правовых норм, принятых в обществе.

Наркотическая зависимость – это непреодолимая потребность человека в приёме наркотика.

Человек в этом состоянии уже не может отказаться от употребления наркотика или сократить его приём. Он становится рабом наркотика, а значит и торговца наркотика.



Статистика

В настоящее время курение глубоко вошло в быт многих людей и стало повсеместным явлением. ***В среднем в мире курят около 50% мужчин и 25% женщин.***

В нашей стране курение также широко распространено, при этом ряды курильщиков пополняются в основном за счёт подростков, которые начинают курить с 12-15 летнего возраста.

Согласно данным ВОЗ ежегодно во всём мире от болезней, связанных с курением, умирает 2,5 млн. человек.



Алкоголизм также существенно увеличивает смертность населения. ***Средняя продолжительность жизни у пьющих людей не превышает обычно 55-57 лет.***

Особую опасность в настоящее время представляет пристрастие подростков к употреблению пива. Пиво начинают пить в 11-12 лет. Процесс пивной зависимости в этом возрасте протекает гораздо быстрее, чем у взрослых, и к 14-15 годам появляются типичные признаки пивной зависимости.



По последним данным в России на 100 тыс. жителей приходится 1,5 тыс. алкоголиков. От отравления алкоголем в стране ежегодно умирают тысячи человек.

К ещё более пагубным последствиям приводит пристрастие к наркотикам. *За последние 25 лет число наркоманов в России увеличилось в 3,5 раза.*

Установлено, что средний возраст приобщения к наркотикам составляет 13 лет. Трагическая статистика свидетельствует, что человек, начавший принимать наркотики *живёт 5-7 лет. Не более.*



АЛКОГОЛЬ
ЕЖЕГОДНО
УБИВАЕТ
700 000
РОССИЯН

В настоящее время в нашей стране принимаются реальные меры по контролю за распространением и рекламой наркотических веществ, в том числе пива и табака.

Но все эти меры будут мало эффективны, если в среде подростков и молодёжи не сформируется правило: **«Жизнь без наркотиков!»**



Сегодня быть здоровым – это модно! Правильное отношение к себе, к своему здоровью, к природе и окружающим людям, любовь к спорту, не имение вредных привычек создают основу для здорового образа жизни.



Здоровье

НЕ прокури своё
ЗДОРОВЬЕ!



- Здоровье - это бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества.
- Здоровье помогает нам выполнять наши планы, успешно решать жизненные основные задачи, преодолевать трудности, а если придется, то и значительные перегрузки.
- Доброе здоровье, разумно сохраняемое и укрепляемое самим человеком, обеспечивает ему долгую и активную жизнь!!!

**Ты выбираешь
жизнь!!!**



Интернет-зависимость и компьютерные игры

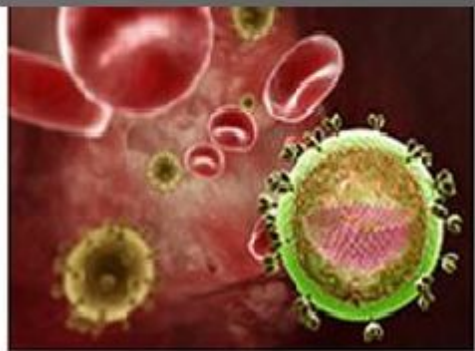


Игромания - вредная привычка не только подростков, взрослые подвержены ей в равной степени. Сетевая реальность позволяет имитировать творческое состояние за счет безграничных возможностей поиска и совершения открытий. И главное – серфинг в сети дает чувство пребывания в «потоке» — полная погруженность в действие с выключением из внешней реальности с ощущением пребывания в другом мире, другом времени, другом измерении. Поскольку официального диагноза компьютерной зависимости пока не существует, критерии её лечения еще в достаточной мере не разработаны.

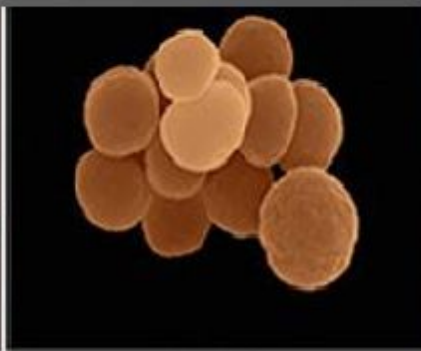
Что такое венерическое заболевание?

- **Венерические заболевания** - это группа инфекционных заболеваний, передающихся преимущественно половым путем.
- К этим болезням относят: *сифилис, гонорею, мягкий шанкр, паховый лимфогранулематоз, венерическую гранулему и некоторые другие.*
- Опасность их состоит в том, что они затрагивают скрытую от посторонних интимную сферу при широком распространении самолечения, передаются от одного человека другому и неполовым путем.

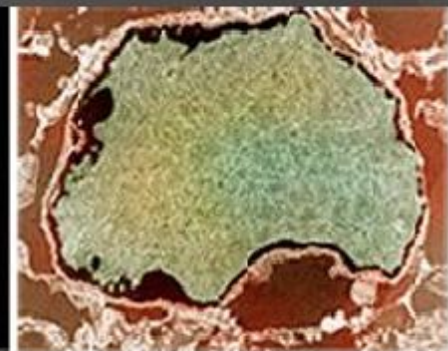
Инфекции, передаваемые половым путём.



ВИЧ



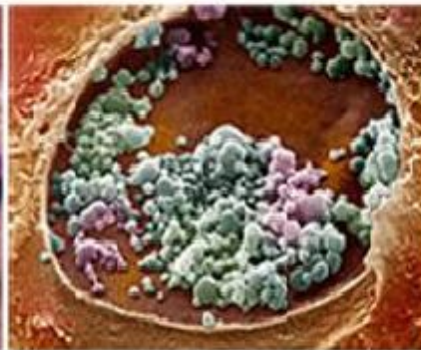
гонорея



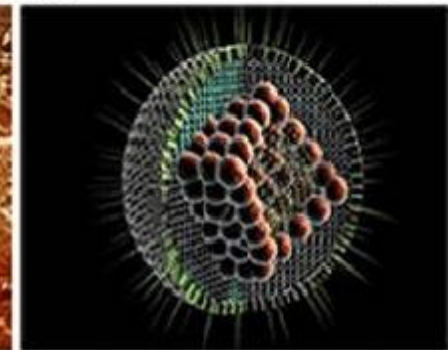
вирус папилломы человека (ВПЧ)



сифилис



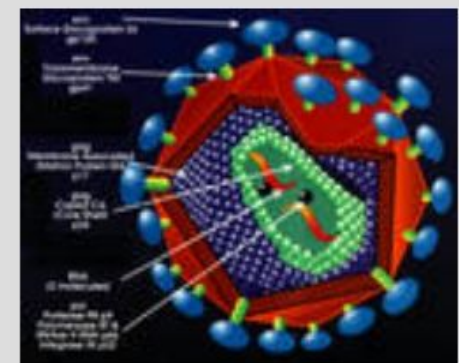
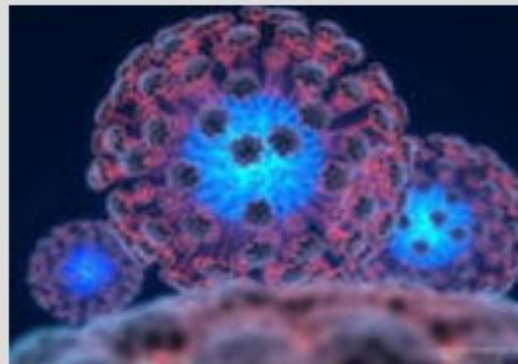
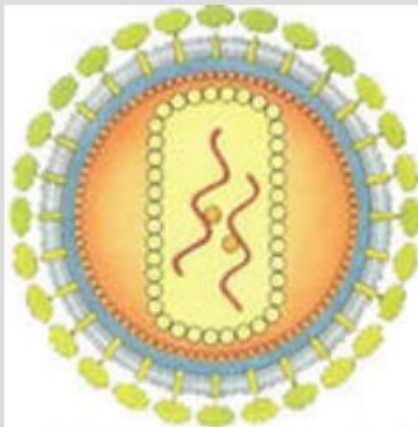
хламидиоз



генитальный герпес



СПИД – синдром приобретённого иммунодефицита, вызывается вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ).



Чрезвычайные ситуации социального характера

СПИД и венерические заболевания.

СПИД - состояние, развивающееся на фоне ВИЧ-инфекции. ВИЧ передается при прямом контакте слизистых оболочек или крови с биологическими жидкостями, содержащими вирус.

Инфекции, передающиеся только половым путем, в отечественной медицине принято выделять в группу **венерических заболеваний** (сифилис, гонорея, мягкий шанкр). Другие ИППП часто передаются и иными путями: парентеральным (ВИЧ, гепатит В), прямым контактным (чесотка).



Красная ленточка — символ солидарности с ВИЧ-положительными и пациентами, у которых развился СПИД

Возбудители половых инфекций



Бледная
трепонема
возбудитель
сифилиса



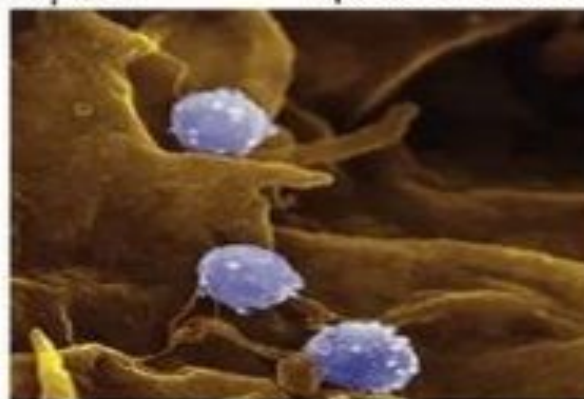
Нейссерия
гонорея
возбудитель гонореи



Трихомонада
возбудитель
трихомониаза

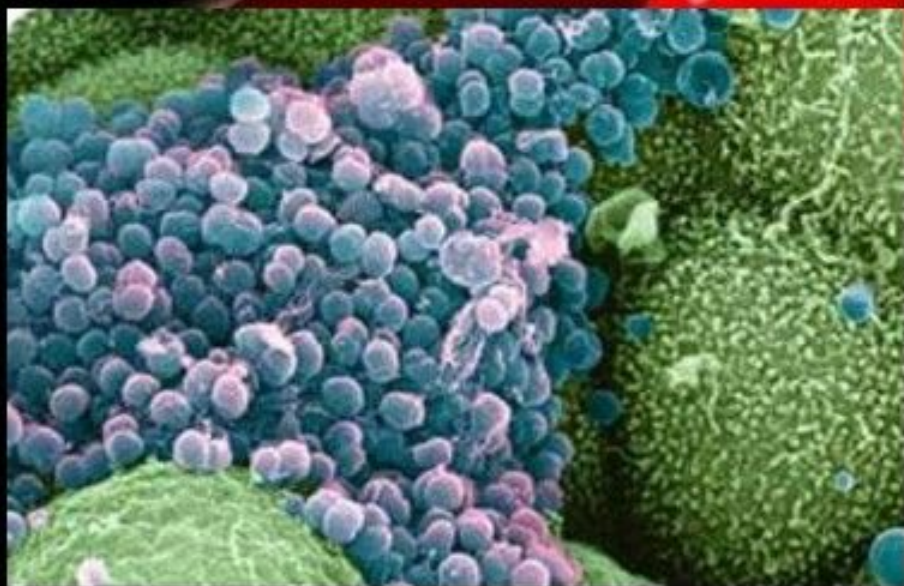
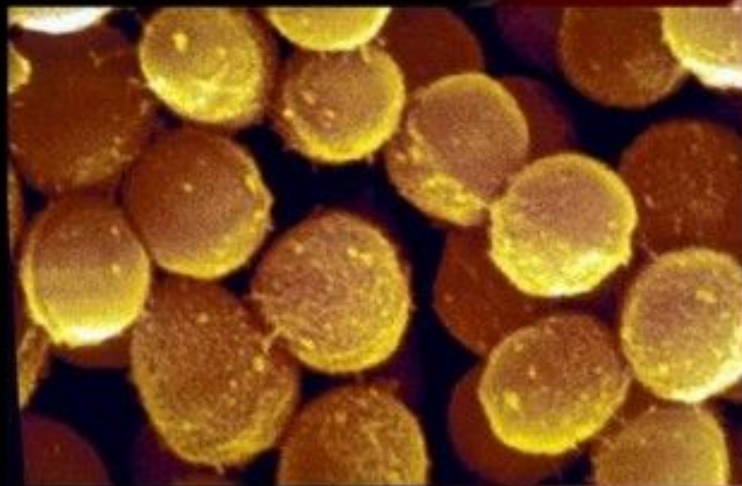


Вирус папилломы
человека



Хламидия
Возбудитель
хламидиоза

Гонорея



Это инфекционное венерическое заболевание, поражающее слизистые оболочки мочеполовых органов, слизистой глаз, полости рта и прямой кишки.

Возможно при любых половых контактах, и даже через полотенце. Лечится относительно легко, но у врача. Мужчинам иногда помогает помочиться, сразу после полового акта. Профилактика: презерватив, здоровый партнер.

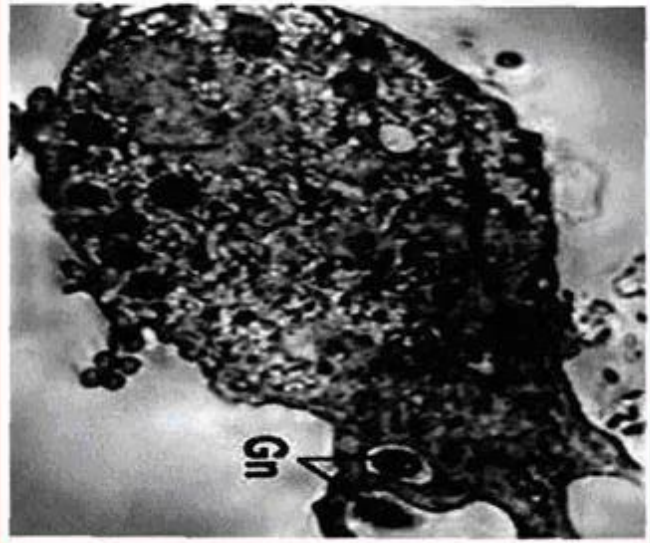
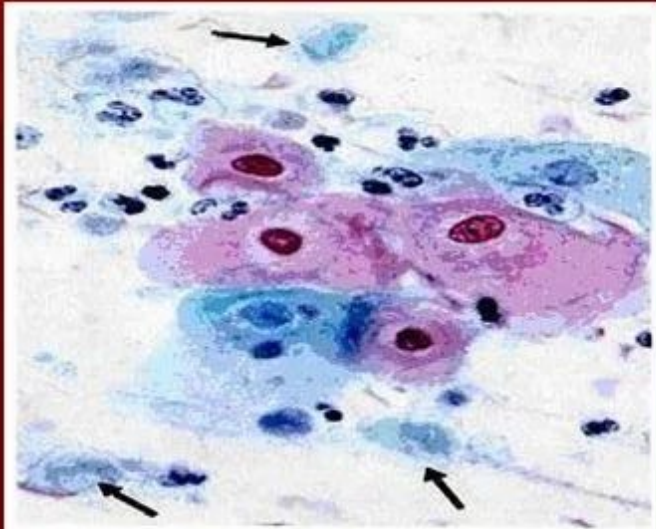
Сифилис

Хроническая венерическая болезнь, характеризующаяся поражением нервной системы, костей, внутренних органов. Название происходит от имени греческого пастуха Сифилуса, имевшего интимные отношения со свиньей (1530 год, описано поэтом Фрагсосторо).

Возбудитель - **бледная трепонема** которая попадает в кровь не только половым путем, но и через порезы, ссадины, даже поцелуи. Проявляются признаки заболевания через 3-4 недели после контакта.

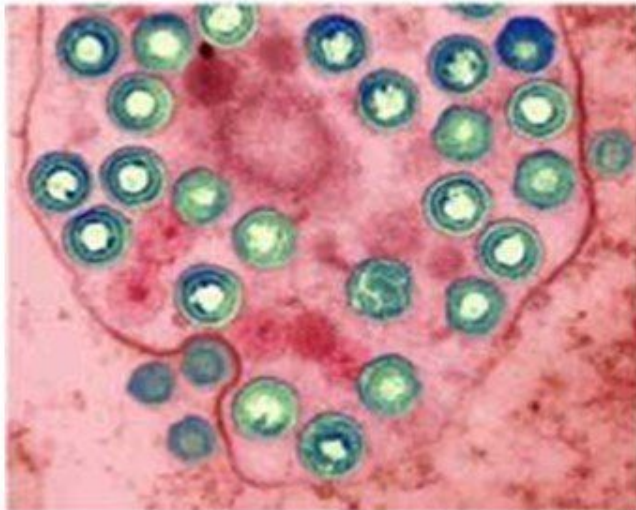
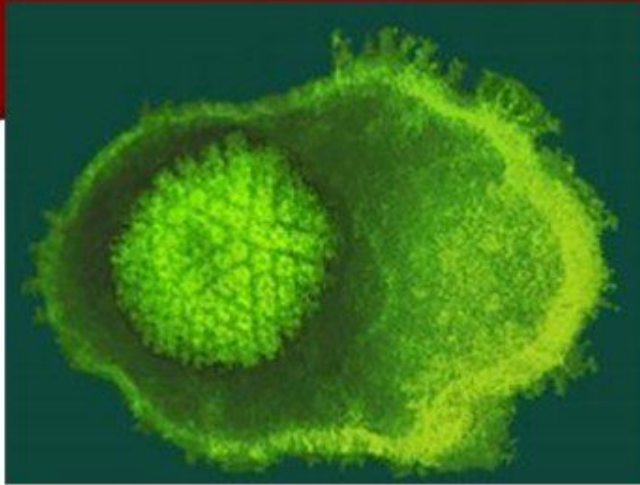


ТРИХОМОНИАЗ



- Трихомониаз – венерическое заболевание, возбудителем которого является трихомонада

ГЕРПЕС



- Герпес – венерическое заболевание, которое вызывается вирусом простого герпеса человека



Генитальный герпес

- это

герпесвирусная инфекция, которая поражает половые органы.

Заболевание передается половым путем при контакте с партнером, у которого в этот момент имеется обострение болезни (в том числе, и в случае «простуды» на губах).

Как проявляется генитальный герпес?

- Первым проявлением генитального герпеса часто бывают чувство онемения и зуда в области гениталий
- а затем красноватая сыпь с тонкой оболочкой и прозрачным содержимым
- Затем пузырьки вскрываются, образуются язвочки, которые позже покрываются корочками.

Смертельно опасные ЗППП:

- 1) ВИЧ
- 2) генитальные бородавки(кондиломы)
- 3) гонорея
- 4) сифилис
- 5) хламидиоз
- 6) генитальный герпес
- 7) гепатиты В и С

Глистные заболевания (гельминтозы) возникают у человека в результате поражения организма глистами, яйца или личинки которых попали с пищей, приготовленной с нарушением санитарных правил.

ГЛИСТНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ



Свиной
цепень



Бычий цепень



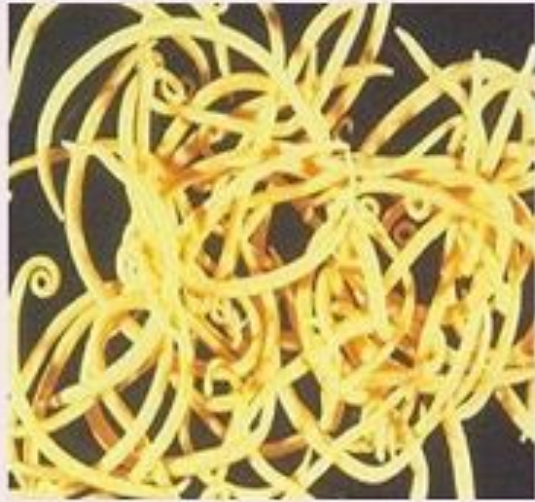
Глистные заболевания

Заражение яйцами различных паразитических червей (глистов) происходит путём занесения их в пищеварительный канал с немытых рук или пищей, на которую попали их яйца.

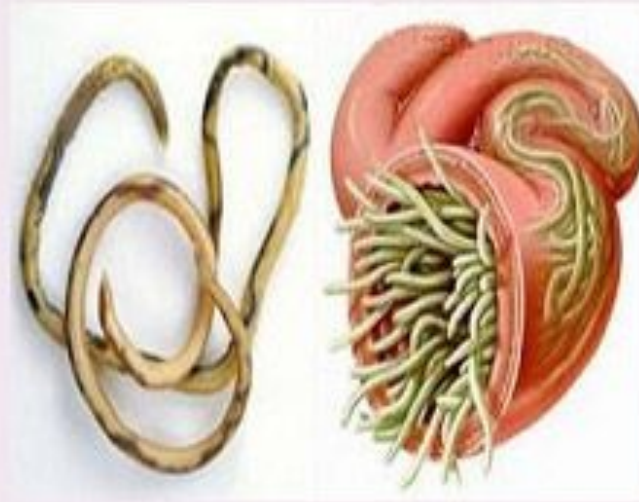


Паразитические черви (глисты)

Глистные заболевания



Острицы



Аскариды



Ленточные черви - цепни

Симптомы:

- быстро утомляются,
- становятся рассеянными,
- головные боли,
- тошнота,
- рвота,
- может развиваться малокровие.

Предупреждение глистных заболеваний



мытьё рук после посещения туалета, а также перед едой является совершенно обязательным.



Кроме того, надо систематически стричь ногти, так как под ними чаще всего задерживаются яйца паразитических червей.



Источником заражения глистными заболеваниями может явиться недоваренная рыба, плохо прожаренное мясо.

Меры предупреждения желудочно-кишечных и глистных заболеваний



Такие продукты как мясо, рыба, хлеб должны готовиться на разных разделочных досках

Спасибо за работу!!!

