

Задумайтесь, девочки!

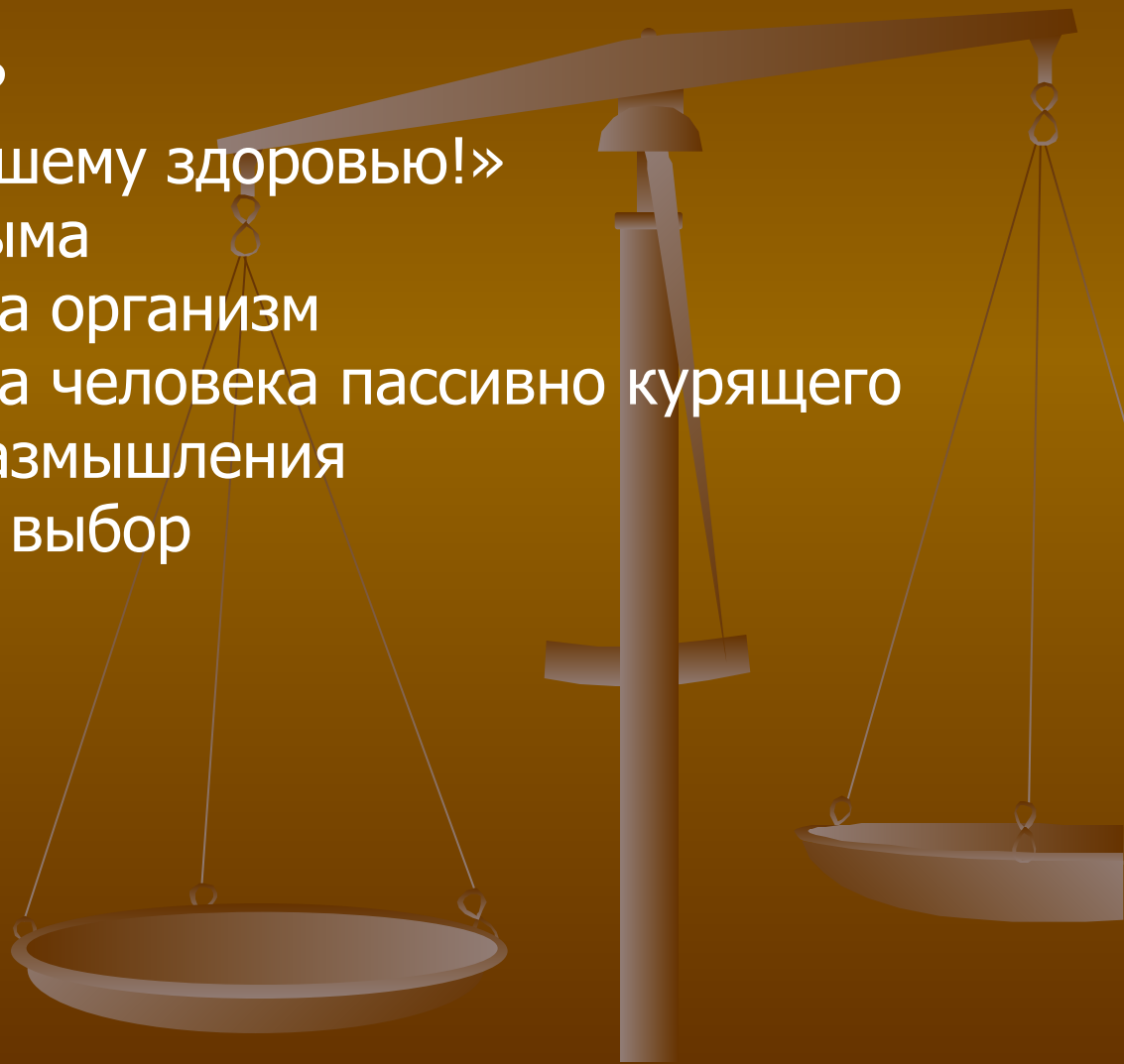


Выполнила: Гнилозубова
Анастасия Андреевна, 10 класс,
МКОУ «М-Посельская СОШ»

Руководитель: социальный педагог
Зимакова Наталья Яковлевна

Оглавление

- Введение
- К истории вопроса
- Почему люди курят?
- «Курение вредит вашему здоровью!»
- Состав табачного дыма
- Влияние никотина на организм
- Влияние никотина на человека пассивно курящего
- Информация для размышления
- Сделай правильный выбор
- Заключение
- Список литературы

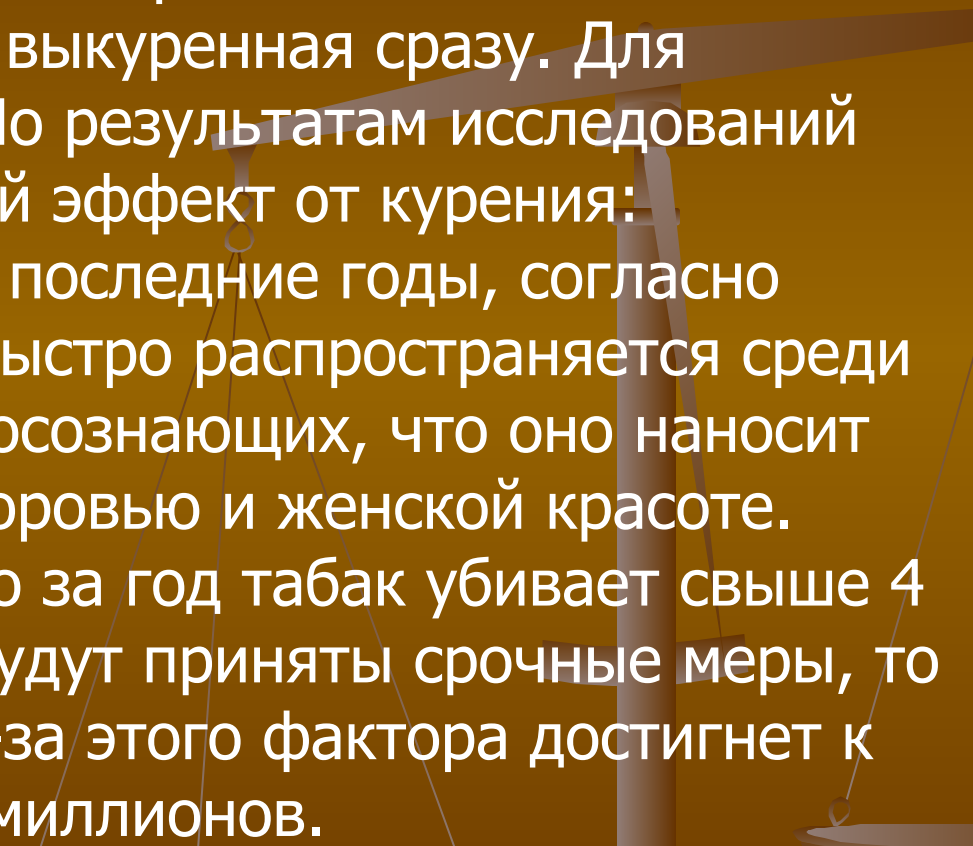


Цель работы: показать глобальность и актуальность проблемы, привлечь внимание к проблеме подросткового курения, рассказать о вреде курения и внести свой вклад в борьбу с этим негативным явлением.



Все больше подростков оказываются втянутыми в курение со школьной скамьи.

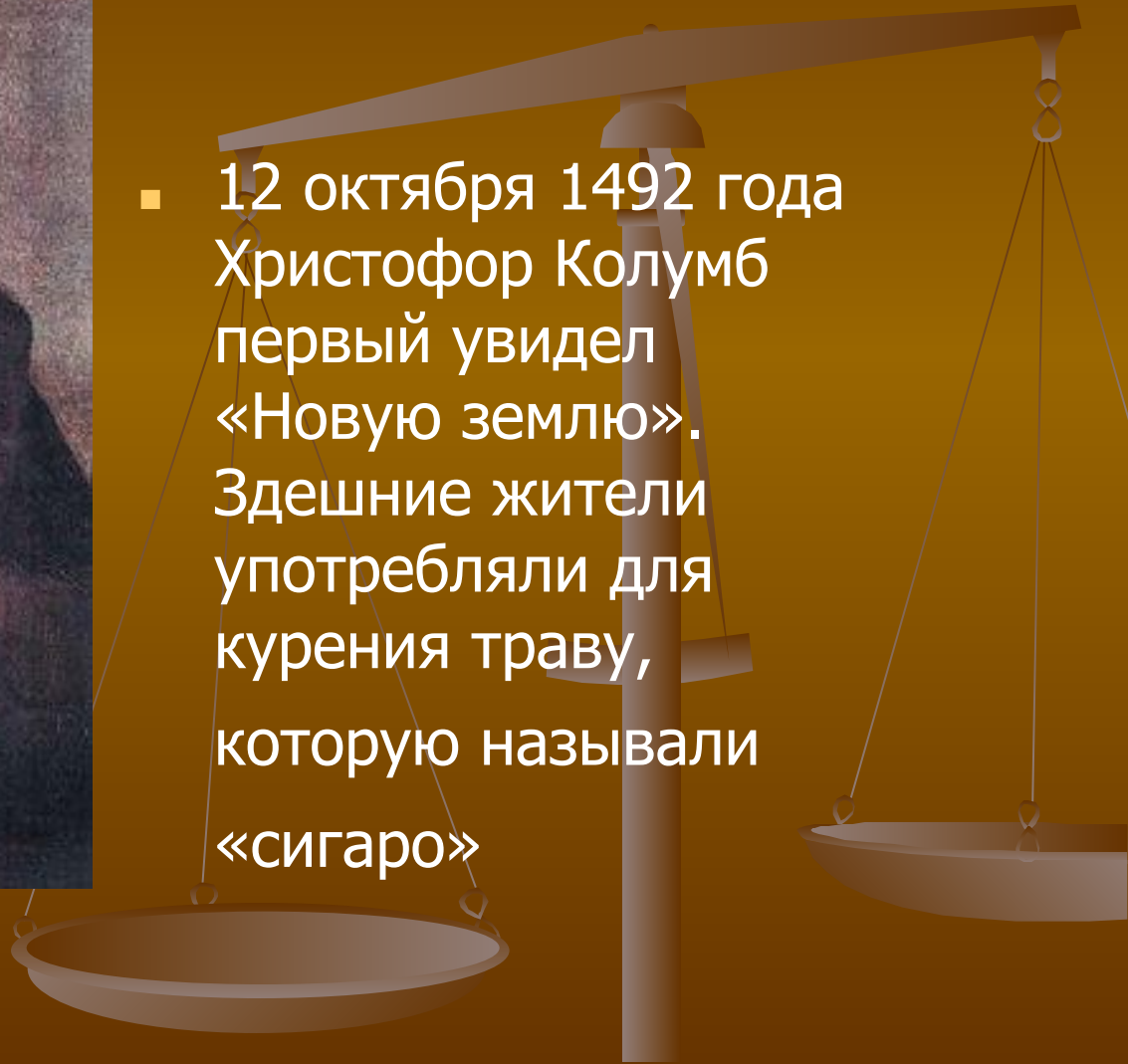
По статистическим данным 70% школьников курящие, треть из них – девушки. Смертельная доза никотина для взрослого – пачка, выкуренная сразу. Для подростка - полпачки По результатам исследований выявлен новый вредный эффект от курения: беспричинный страх. В последние годы, согласно данным ВОЗ, курение быстро распространяется среди девочек-школьниц, не осознающих, что оно наносит непоправимый вред здоровью и женской красоте. Ученые подсчитали, что за год табак убивает свыше 4 млн.человек. Если не будут приняты срочные меры, то уровень смертности из-за этого фактора достигнет к концу 2020-х годов 10 миллионов.



К истории вопроса



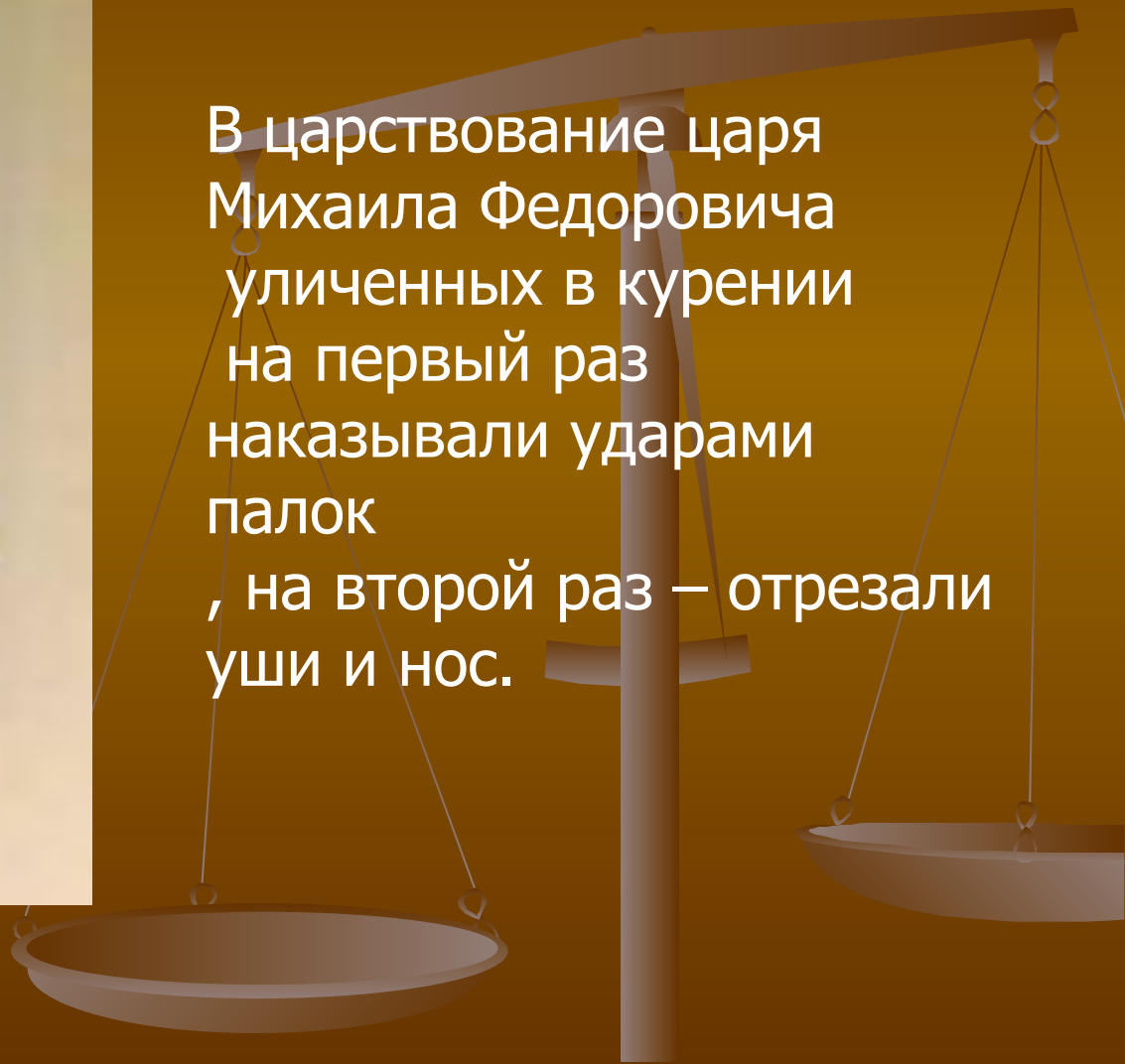
- 12 октября 1492 года Христофор Колумб первый увидел «Новую землю». Здесь жители употребляли для курения траву, которую называли «сигаро»



В Россию табак впервые был завезен лишь в XVII веке



В царствование царя
Михаила Федоровича
уличенных в курении
на первый раз
наказывали ударами
палок
, на второй раз – отрезали
уши и нос.



- В России торговля табаком и курение были разрешены Петром I в 1697 году, который сам был рабом этого зелья. Одновременно он ввел налог в пользу казны от продажи табака.



Россия в настоящее время занимает первое место в мире по употреблению табака. И мы на первом месте и по уровню подросткового курения.

- - 7, 3% млн. человек в России начали курить в возрасте моложе 15 лет,
- Так в возрасте 15-19 лет курят 40% юношей и 7% девушек самый ранний возраст приобщения к курению 8-10 лет, хотя продажа сигарет детям запрещена законом.
- 3 000 школьников ежедневно впервые начинают курить



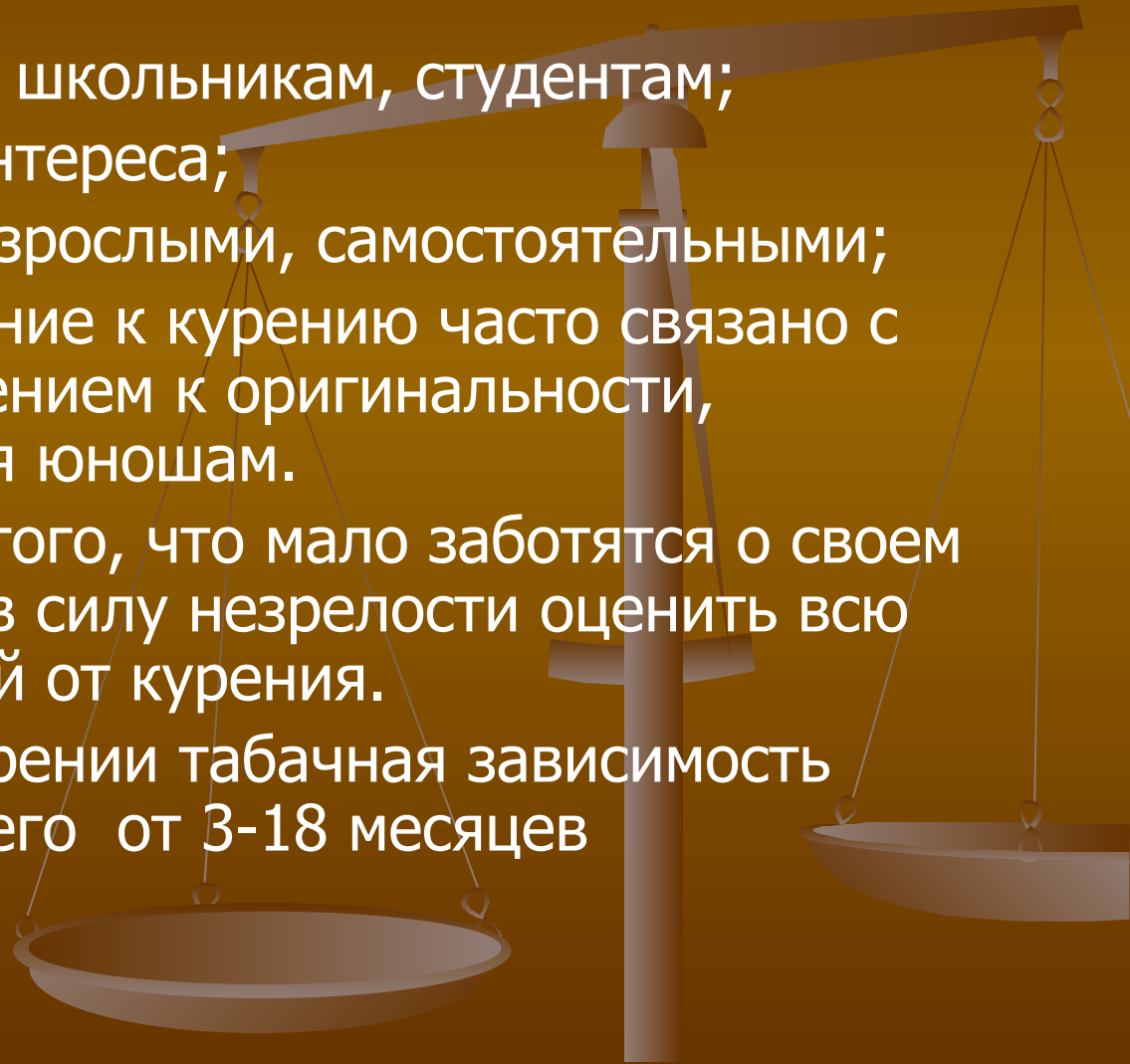
Если представить эти данные в абсолютных числах, то окажется, что в России курят более 3 миллионов подростков: 2,5 миллиона юношей и 0,5 миллиона девушек ".

СКОЛЬКО СИГАРЕТ В ДЕНЬ ВЫКУРИВАЮТ РОССИЯНЕ



2. Почему люди курят?

- Для курения подростков причин множество вот некоторые из них:
- Подражание другим школьникам, студентам;
- Чувство новизны, интереса;
- Желание казаться взрослыми, самостоятельными;
- У девушек приобщение к курению часто связано с кокетством, стремлением к оригинальности, желанием нравиться юношам.
- Школьники в силу того, что мало заботятся о своем здоровье, не могут в силу незрелости оценить всю тяжесть последствий от курения.
- При регулярном курении табачная зависимость может развиться всего от 3-18 месяцев



3. «Курение вредит Вашему здоровью!»

- *Курение подростков вызывает тревогу по нескольким причинам*
- *обычно курят всю жизнь.*
- *повышает риск развития хронических заболеваний*
- *Курение нарушает нормальный режим труда и отдыха*



4. Состав табачного дыма

- Средний курильщик делает около 200 затяжек в день. 200 глотков какого-то отстоя из 4000 химических соединений, 30 из которых особенно ядовиты
- Можно сказать, что, затянувшись, ты приложился подышать к трубе химического завода.



- Проникновения сигаретного дыма в лёгкие уже через 7 секунд никотин попадает в головной мозг. 1-2 сигареты могут слегка простимулировать его работу, но дальше наступает обратный эффект: спад умственной и физической активности. 1-2 пачки сигарет содержат смертельную дозу никотина. Курильщика спасает только то, что эта доза вводится в организм не сразу, а по частям.



5. Влияние никотина на организм.

- Курение – это привычка, противная зрению, невыносимая для обоняния, вредная для мозга, опасная для легких.

Девушка + сигарета =

**вонь изо рта,
гнилые зубы,
грубый голос, усики
и бесплодие!**

И кому ты с этим нужна?



Курение приводит к развитию трех заболеваний со смертельным исходом:

- **Курильщики** составляют 96-100% всех больных с жутким заболеванием **РАКА ЛЁГКОГО**.



(метастазы в ткани легких)



Здоровая ткань легкого



Больная ткань легкого

Photo courtesy of the American Lung Association

Photo courtesy of the American Lung Association

Рак губы, последствия от курения



Рак щеки последствия курения



ХРОНИЧЕСКИЙ БРОНХИТ. Курение препятствует

самоочищению дыхательных путей и провоцирует развитие воспаления.

Бронхит - это постоянный кашель плюс неприятный запах изо рта. Далее развивается эмфизема легких, при которой грудная клетка раздувается, как бочка, и жить станови



Стаж курения 12 лет



Стаж курения 9 лет

рак трахеи (последствия курения)

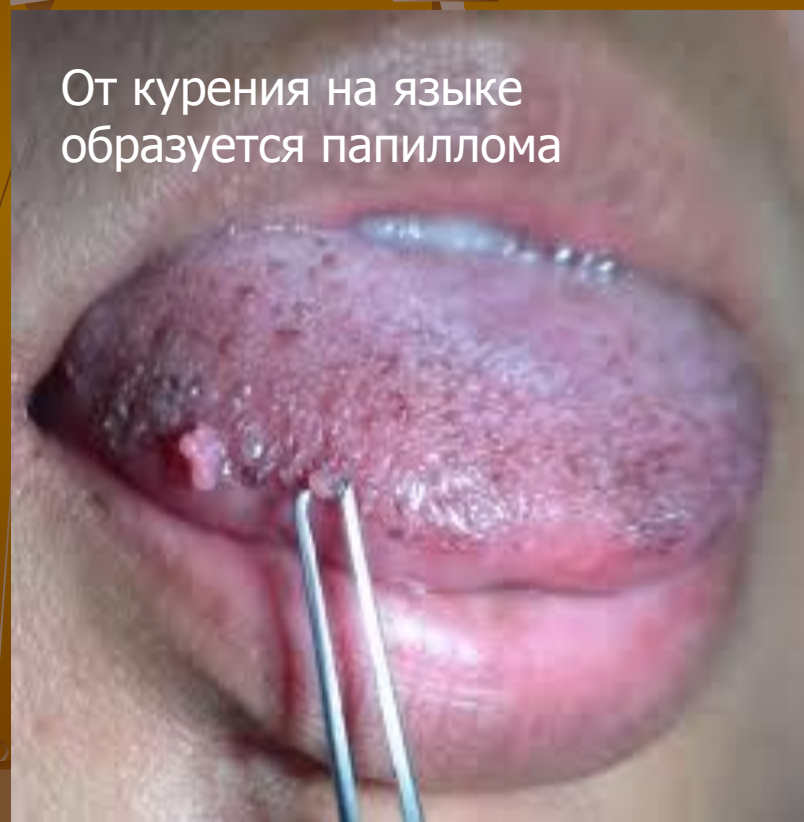


Рак гортани, последствия курения



Mouth Cancer

Слюна во время затяжек обогащается **полным списком составляющих сигарет**. Эта агрессивная жидкость разъедает слизистую оболочку желудочно-кишечного тракта до язв желудка и двенадцатиперстной кишки.



- ИШЕМИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ СЕРДЦА. Курение вызывает сужение коронарных сосудов, питающих кровью сердечную мышцу. 25% регулярных курильщиков сигарет умрут преждевременно по причине курения.
- Микроинсульты.
Разрывы маленьких сосудов в "неважных" областях головного мозга.
Курильщики имеют их в два раза чаще, чем **некурящие**.

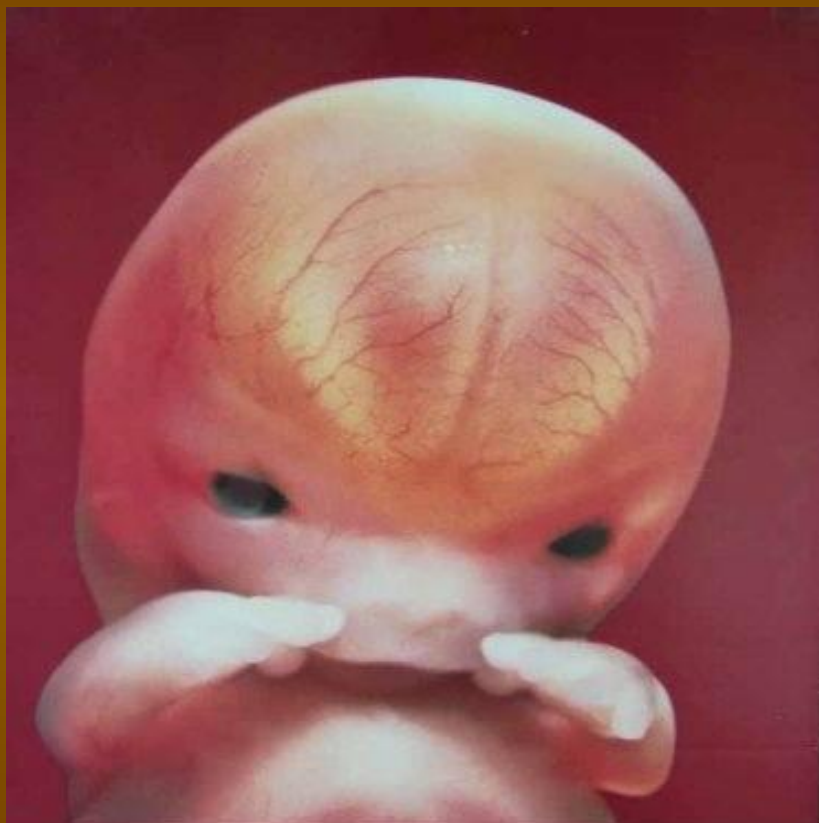


У женщин курение может препятствовать зачатию

- курение во время беременности на 50% увеличивает риск иметь ребёнка с умственной отсталостью, а иногда оборачивается выкидышем, гибелью плода или внезапной смертью младенца.



Женщины не вздумайте курить во время беременности!!!



ОН УЖЕ ИМЕЕТ МОЗГ, ПОЗВОНОЧНИК И...
НИКОТИН В СВОЕМ ОРГАНИЗМЕ!



Выкидыш у беременной женщины

Табак – это злейший враг красоты, это ускоритель старения

- курение отрицательно влияет на внешний вид и приводит к синдрому “Лицо курильщика”: увеличивается число морщин, желтеют зубы и ногти, появляется желтоватый оттенок белков глаз и кожи, происходит ее преждевременное увядание.



Девушки, вы об этом мечтаете?

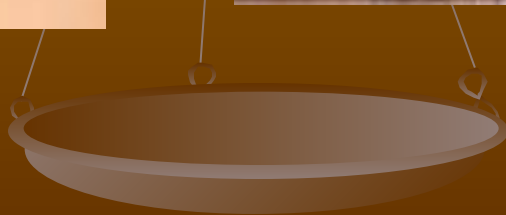


10 Years of Meth Use



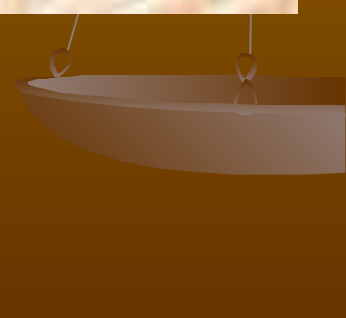
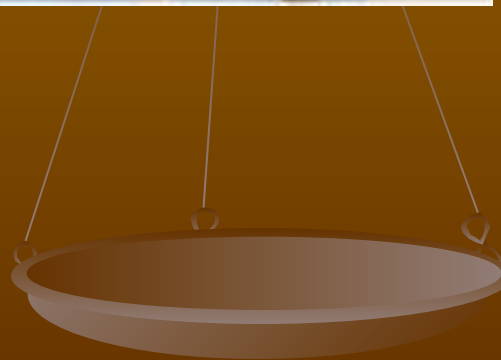


Что ты себе выбираешь?





Сравни и выбери !



- Каждый седьмой курильщик болеет облитерирующим эндартериитом - тяжким недугом. Это заболевание ведет к нарушению питания, гангрене и в итоге к ампутации нижней конечности.



6. Влияние никотина на человека пассивно курящего

- Некурящие люди, находясь в кругу курящих, на 20% имеют больший риск развития рака, чем сами курильщики, и риск развития рака у некурящих возрастает на 70%

Дети, проживающие с курящими родителями, болеют респираторными болезнями в 2 раза чаще, чем дети некурящих родителей.

- 92% курящих родителей признаются, что курят в присутствии собственных детей.

От 200 000 до 1 млн. случаев астмы у детей протекали в более тяжелой форме из-за пассивного курения.



Большой риск для здоровья детей.

- Ежегодно наблюдается 150 000 - 300 000 случаев возникновения инфекций нижних отделов дыхательных путей, таких как пневмония и бронхит, у новорожденных и маленьких детей до 18-месячного возраста.

У детей, рожденных курящими женщинами, существует повышенный риск развития синдрома внезапной смерти новорожденных

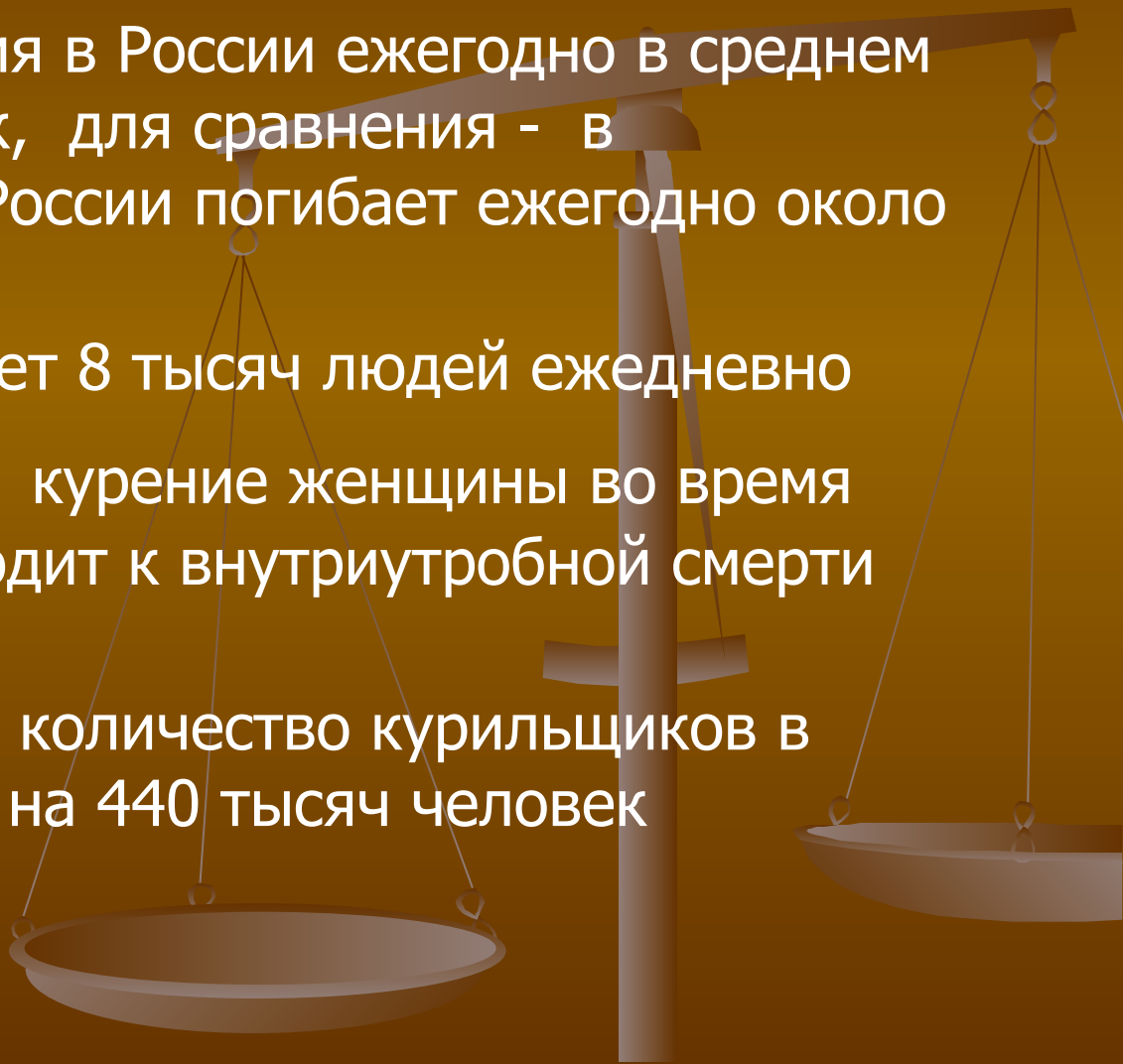


Каждый раз при
затяжке сигареты,
помни – ты убиваешь
себя



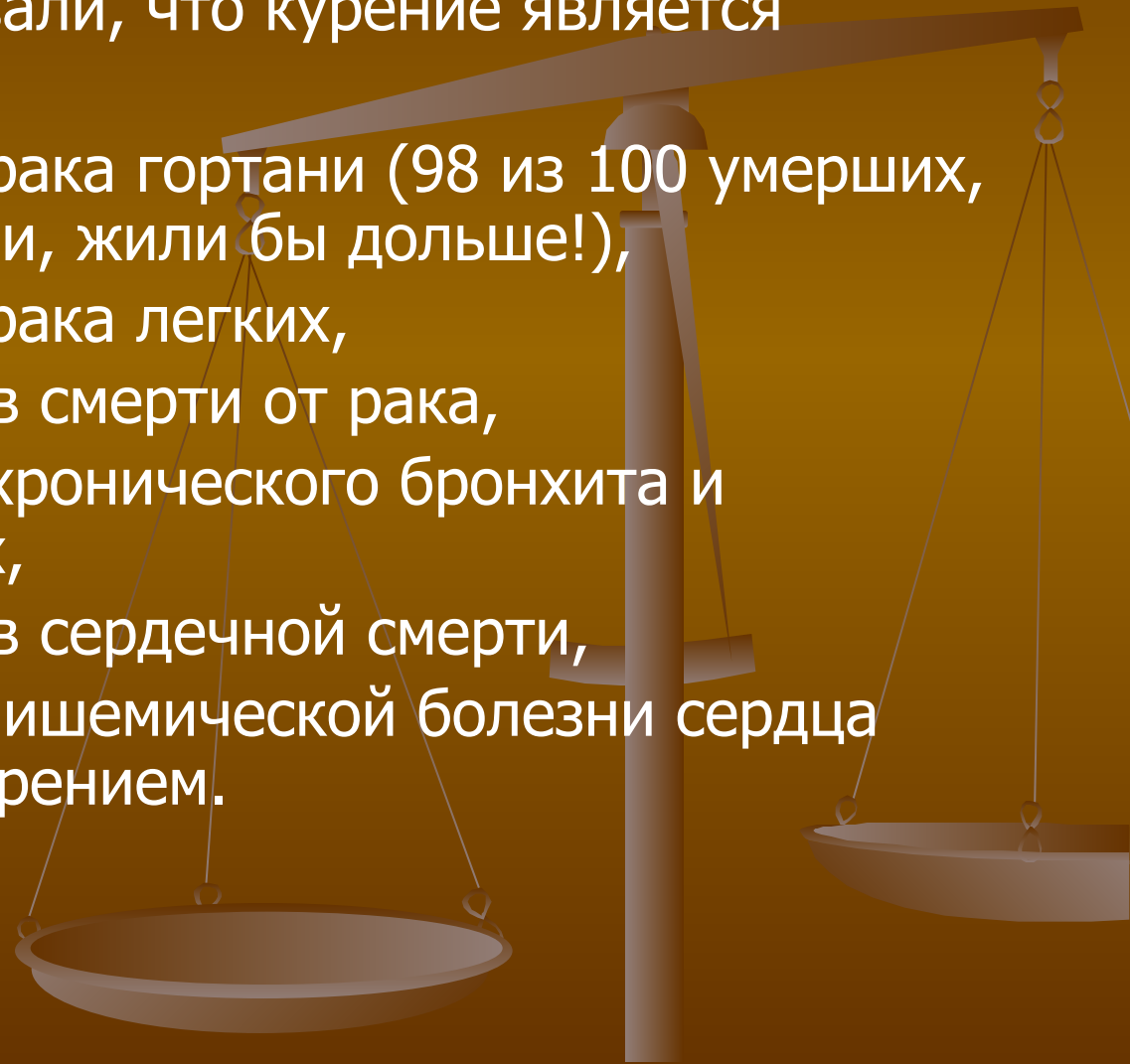
7. Информация для размышления:

- По данным Всемирной организации здравоохранения, каждые 6,5 секунд от болезней, вызванных курением, погибает 1 житель планеты
- - умирает от курения в России ежегодно в среднем 350-400 тыс.человек, для сравнения - в автокатастрофах в России погибает ежегодно около 36 тыс.человек.
- В мире табак убивает 8 тысяч людей ежедневно
- в 5 случаях из 100, курение женщины во время беременности приводит к внутриутробной смерти плода
- за последние 20 лет количество курильщиков в стране увеличилось на 440 тысяч человек



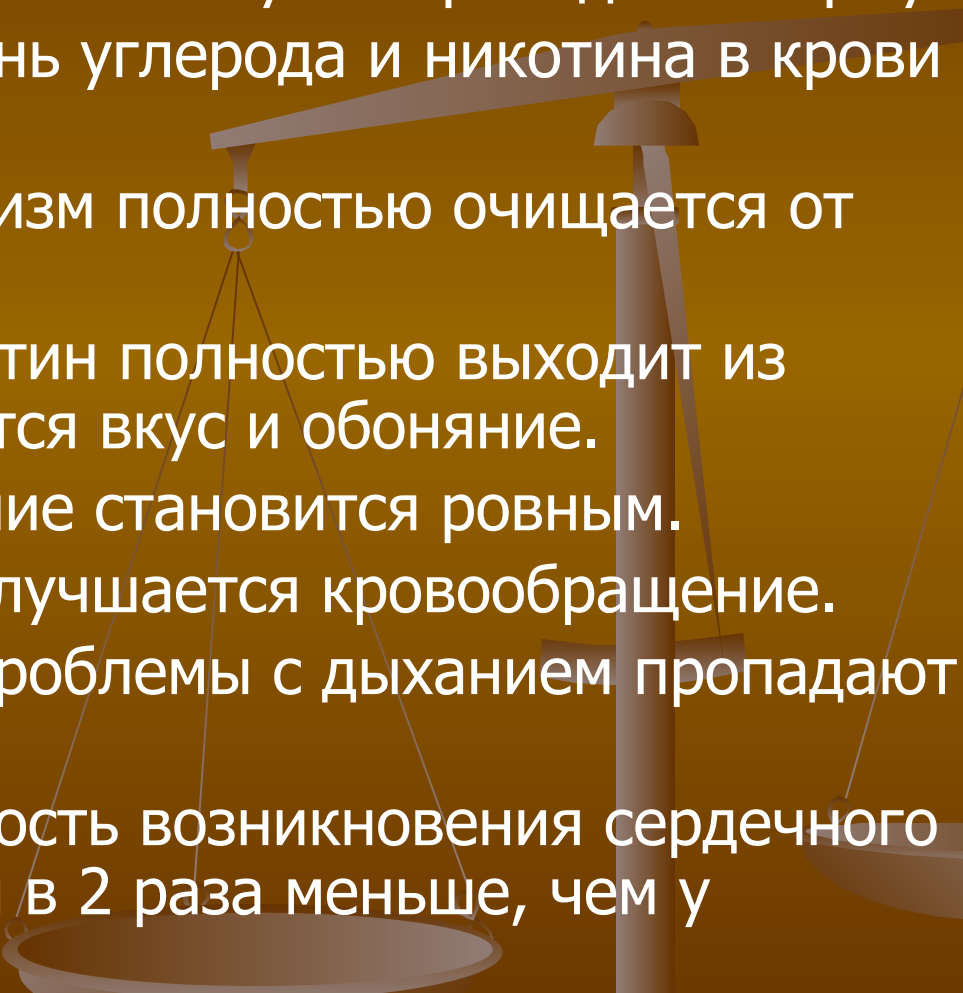
«Для них, для славян – никакой гигиены,
только водка и табак» (А. Гитлер)

- Исследования показали, что курение является причиной:
 - 98% смертей от рака гортани (98 из 100 умерших, если бы не курили, жили бы дольше!),
 - 96% смертей от рака легких,
 - 30% всех случаев смерти от рака,
 - 75% смертей от хронического бронхита и эмфиземы легких,
 - 20% всех случаев сердечной смерти,
 - 25% умерших от ишемической болезни сердца погубили себя курением.



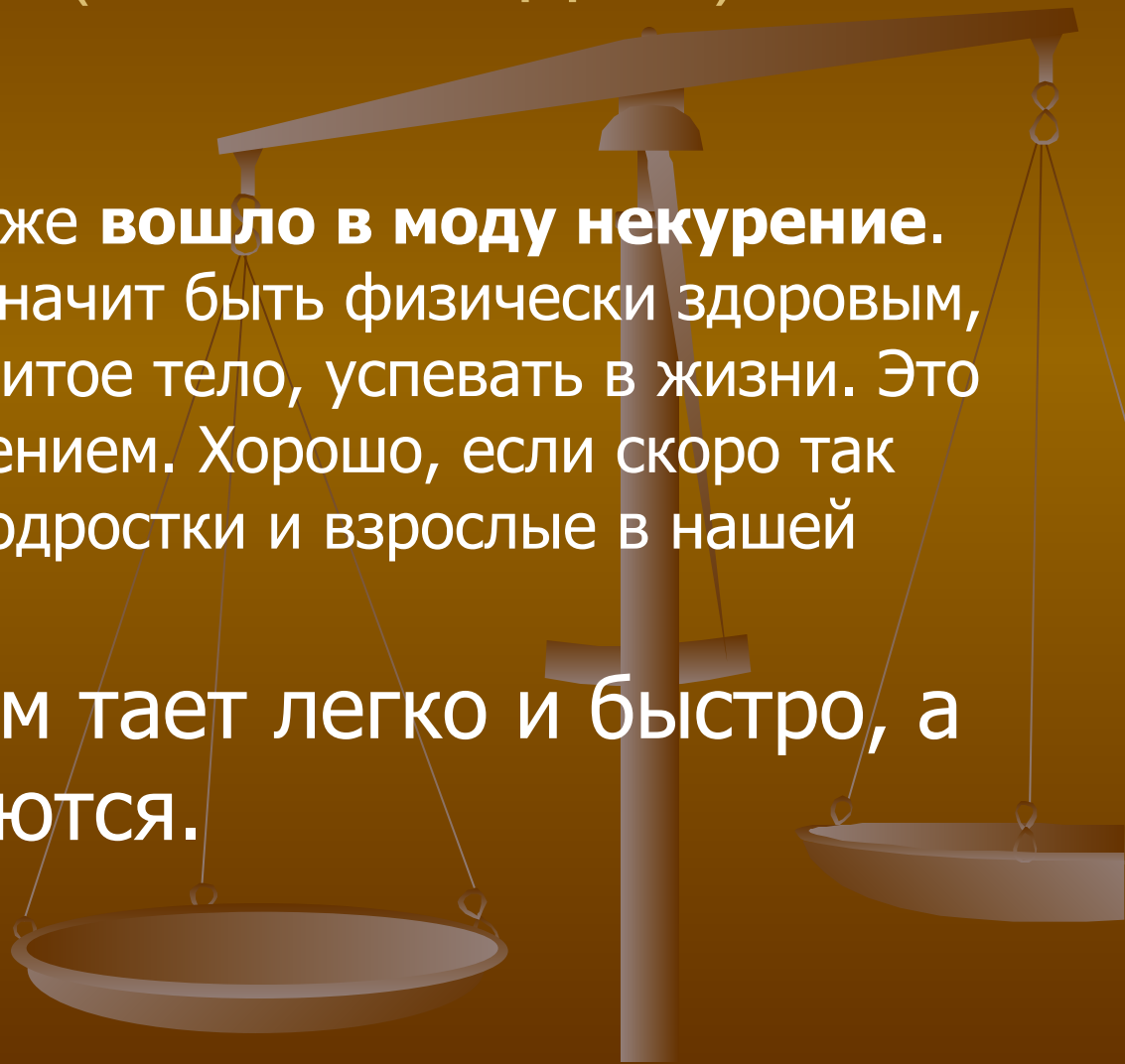
8. Сделай правильный выбор

Если Вы бросили курить:

- Через 20 минут давление и пульс приходят в норму.
 - Через 8 часов уровень углерода и никотина в крови уменьшается вдвое.
 - Через 24 часа организм полностью очищается от окиси углерода.
 - Через 48 часов никотин полностью выходит из организма, улучшается вкус и обоняние.
 - Через 72 часа дыхание становится ровным.
 - Через 2-12 недель улучшается кровообращение.
 - Через 3-9 месяцев проблемы с дыханием пропадают вообще.
 - Через 5 лет вероятность возникновения сердечного приступа становится в 2 раза меньше, чем у курильщика.
- 

Отвыкнуть от курения хоть и трудно, но все же можно. Стоит только решиться. (Б. Сигал – ДМН)

- Во многих странах уже **вошло в моду некурение**. Быть крутым – это значит быть физически здоровым, иметь сильное развитое тело, успевать в жизни. Это несовместимо с курением. Хорошо, если скоро так будут считать все подростки и взрослые в нашей стране.
- Сигаретный дым тает легко и быстро, а проблемы остаются.



Список литературы

1. <http://www.istorya.ru/articles/tabak.php>
2. http://www.ruslav.ru/tabak/vred_kureniya.html
3. <http://www.nosmoking18.ru/statistika-kureniya-v-rossii/>
4. <http://smoking-men.narod.ru/statistika.html>
5. <http://images.yandex.ru/>
- 6 «Энциклопедия географических открытий» Ревенко М. В, издание М.: «Современная педагогика 2001г.
7. <http://yandex.ru/yandsearch?text=%D0%B2%D1%80%D0%B5%D0%B4+%D0%BA%D1%83%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F+%D0%B4%D0%BB%D1%8F+%D0%BF%D0%BE%D0%B4%D1%80%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BA%D0%BE%D0%B2&clid=187997&lr=66>
8. Волкова С. В. Первичная профилактика табакокурения среди несовершеннолетних М.: «Твоё время», 2004.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

