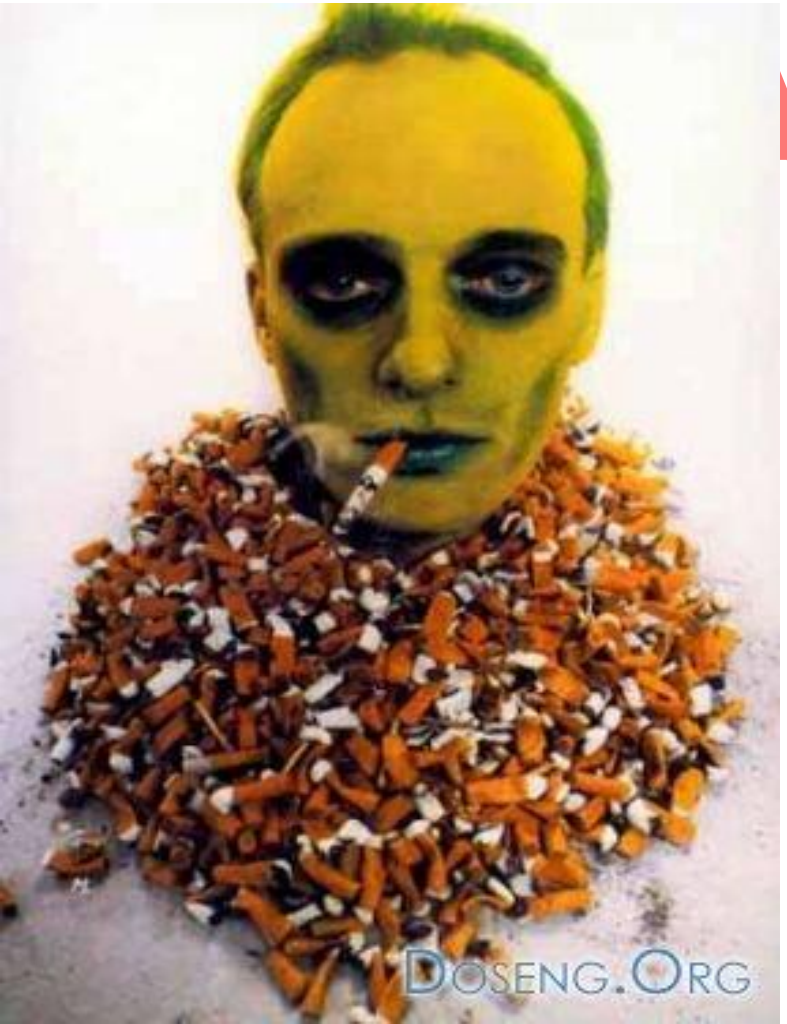
Классный час на тему:

ВСЯ ПРАВДА О ТАБАКЕ



- ✔«Открытие» табака
- ✔Почему люди курят
- ✔Доказательства ядовитости
- ✔Действие на организм

Открытие табака

курили табак индейцы не для забавы, а только в ритуальных целях

первоначально табак использовалось только как декоративное растение

Курение – отвратительный для зрения, омерзительный для обоняния, вредный для мозга и опасный для лёгких обычай

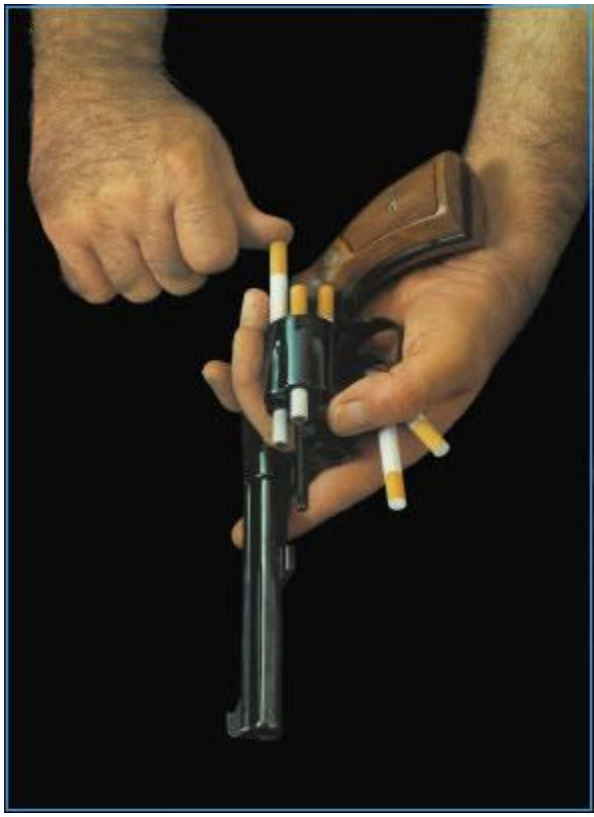
Для них, для славян – никаких прививок, никакой гигиены, только водка и табак

…табак разрушает тело, мешает умственному развитию и одуряет народ

Почему мы курим???

Что мы вдыхаем???

- никотин,
- оксид углерода,
- мышьяк,
- бензпирен,
- сероводород,
- радиоактивный свинец,
- изотоп калия,
- аммиак,
- стронций,
- радиоактивный полоний-210 !

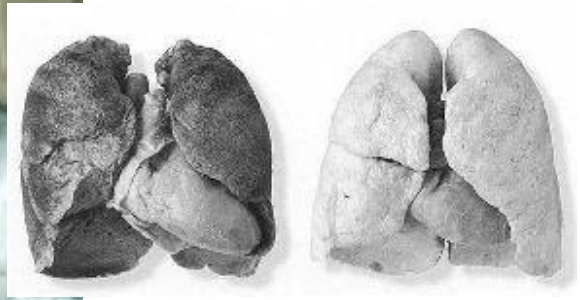


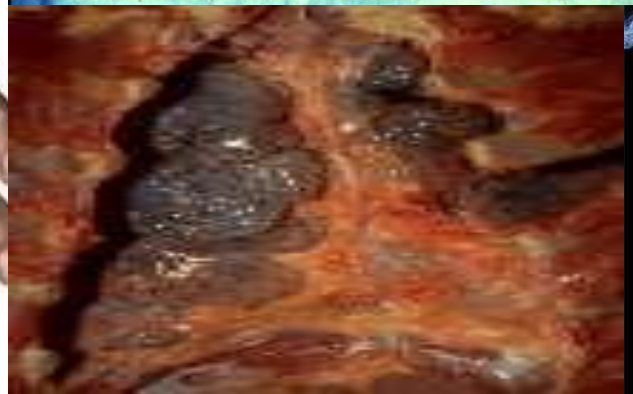
Игра «Что здесь зашифровано?»

- Акшлеь
- дыокша
- неболиз асдцер
- сартгти
- акр егликх
- яарння мресть
- ваилднетиось
- ракисе
- ыщормин

- Кашель
- Одышка
- Болезни сердца
- Гастрит
- Рак лёгких
- Ранняя смерть
- Инвалидность
- Кариес
- Морщины

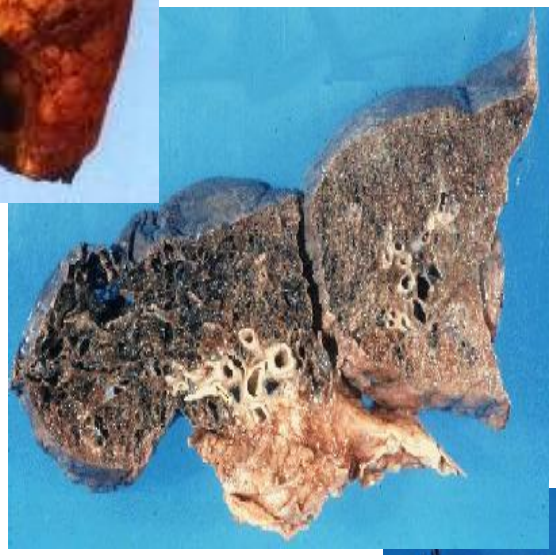
Таковы перспективы!!!

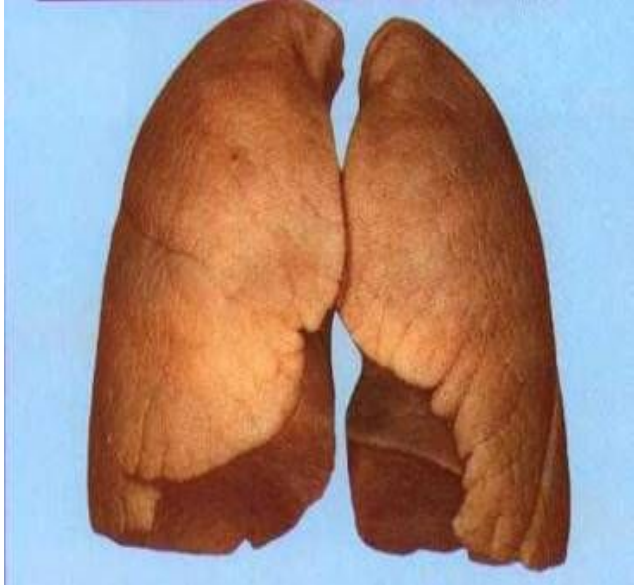




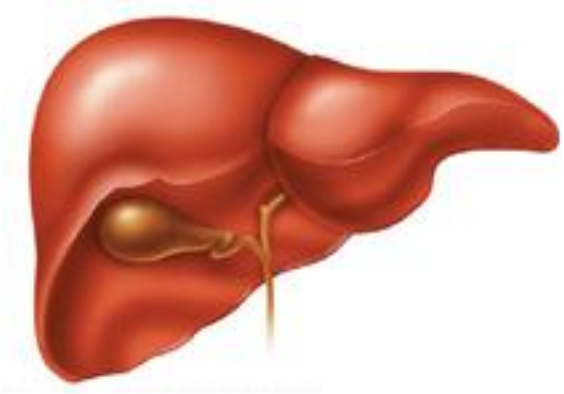
Навсегда врезалось в память одно из занятий по курсу патологической анатомии в медицинском институте. Тогда профессор показал нам на трупе лёгкие курильщика. Они были пепельно-серые, а местами как бы обуглившеиеся, с вкраплениями настоящего угля. Разрезая такие легкие, секционный нож страшно скрежетал, как будто натыкался на камни – это была склерозированная ткань бронхов и бронхиол.

Лёгкие





Печень



О вредном действии никотина на центральную нервную систему можно судить по действию первой выкуренной папиросы: тошнота, рвота, холодный пот, иногда потеря сознания — вот симптомы, которые говорят об ***отравлении клеток мозга.***

Это вы во время курения!!?

Одна выкуренная сигарета увеличивает пульс на двадцать ударов в минуту, поднимает давление на несколько десятков миллиметров, понижает кожную температуру. Эти изменения держатся около тридцати минут.

Около 30% смертей от раковых заболеваний напрямую связаны с курением. Курение является основной причиной многих видов раковых заболеваний: 1. Рак легких, трахеи и бронхов (85%). 2. Рак гортани (84%). 3. Рак ротовой полости, включая губы и язык (92%). 4. Рак пищевода (78%). 5. Рак поджелудочной железы (29%). 6. Рак мочевого пузыря (47%). 7. Рак почек (48%).

Суд над курением

Аргументы против курения:

- Портит цвет кожи
- Придаёт жёлтый оттенок зубам
- Разрушает лёгкие
- Поражает сердце
- Снижает физическую активность
- Вызывает раковые опухоли.

Аргументы за курение:

- Успокаивает нервы
- Снимает головную боль
- Помогает сосредоточиться
- Это модно
- Помогает остаться стройным
- Помогает согреться в холод.

С нами это не случится!!!?

Готовы ли вы рискнуть???

А может лучше не начинать???

Табак стоит гораздо дороже, чем вы думаете

Тускнеет сердце, мозг, сосуды, почки.
Слабеют лёгкие, от дыма почернев.
Мы кашляем весь день и даже ночью.
Страдает печень, яд не одолев.
Остановитесь, люди, жизнь прекрасна.
Но с дымом счастье улетает прочь, -
Не сразу. Постепенно и ужасно,
И лучший врач не сможет вам помочь.
Друзья и господа, курить бросайте смело.
Не постепенно, сразу, навсегда.
Чтоб голова была здорова, не болела.
Чтоб сердце не болело никогда