

**КУРЕНИЕ ЭТО ВРЕД**

# Это должен знать каждый!



Каждый год в мире от курения умирает «население одного маленького города»



Сигареты являются причиной заболеваний ротовой полости



Сигареты причиняют вред легким



И являются причиной рака легких

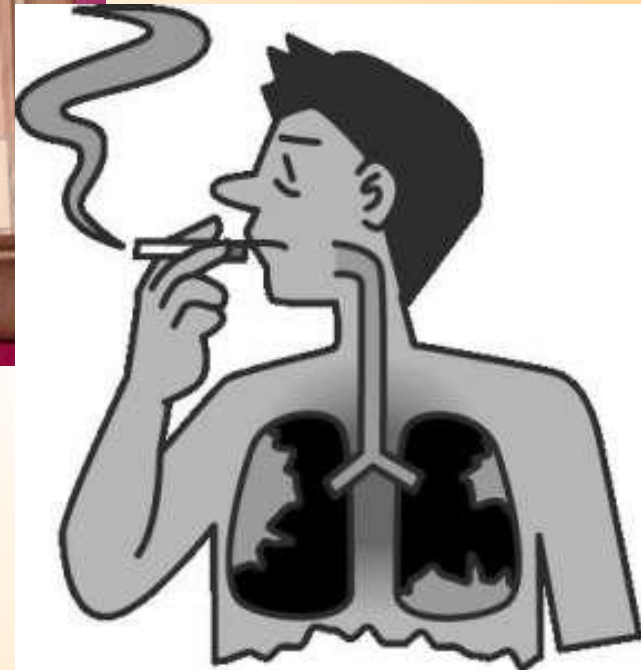
# Статистика исследований

- Курение **ежегодно** уносит жизни около **5 МИЛЛИОНОВ** человек, что составляет 12 процентов всех смертей на планете. Об этом свидетельствуют выводы масштабного исследования, которые публикует сегодня японское агентство Kyodo.
- Группа специалистов во главе с профессором Школы общественного здравоохранения при Гарвардском университете Маджидом Эззати впервые классифицировала данные смертности от курения по регионам и конкретным заболеваниям.

**ПОДУМАЙ :НУЖНО ЛИ ТЕБЕ ЭТО?!**



Лёгкое человека



# Статистика исследований

- Для исследований был избран 2000 год. Ученые говорят, что вызванные вредной привычкой заболевания стали в тот год причиной смерти **4,83 млн** человек старше 30 лет. Женщин среди них - около миллиона. Число смертей от курения в развитых и развивающихся странах, особенно в Азиатско-Тихоокеанском регионе, примерно равное - по **2,4 миллиона**.
- Наиболее распространенными заболеваниями курильщиков являются расстройства сердечно-сосудистой системы. В индустриально развитых государствах от них умерли **1,02 млн** человек, в развивающихся - **670 тысяч**. Следом в развитых странах идет рак легких - **520 тыс.**, а в развивающихся - хроническая обструктивная болезнь легких - **650 тыс.** смертей.



Каждый год в мире от курения умирает «население одного маленького города»

Без комментариев



# Статистика исследований

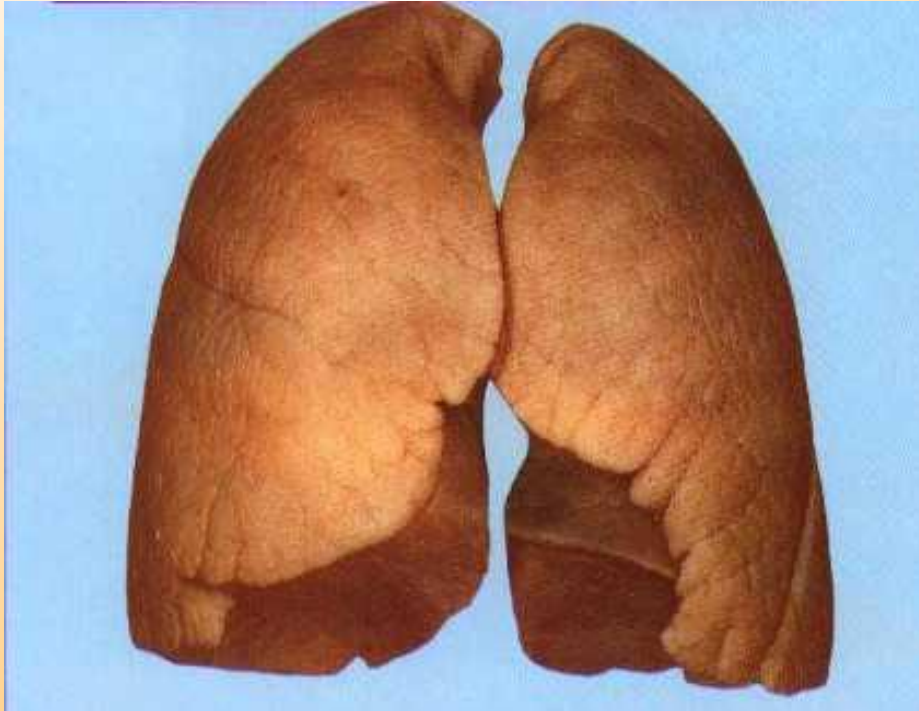
- Пристрастие к табаку за последние 50 лет унесло жизни 6,3 млн британцев. Это немногим меньше, чем все население Лондона. Таковы данные исследования, проведенного по заказу Британского медицинского совета, Британского совета по борьбе с раком и Британского фонда по борьбе с кардиозаболеваниями, передает Edicom.
- Около 42% смертей мужчин в возрасте от 35 до 69 лет и 16% смертей женщин того же возраста в течение минувших 50 лет были вызваны причинами, связанными с табакокурением. В настоящее время по этой же причине умирает около четверти мужчин и 15% женщин того же возраста, отмечают авторы исследования.

# Статистика исследований

- Что же касается России, то наша страна является сегодня одной из самых курящих стран мира. Она занимает четвертое место после Китая, Японии и Америки. Однако Россия затягивает принятие рамочной конвенции Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) по борьбе против табака. По мнению заместителя председателя комитета Государственной думы по охране здоровья Николая Герасименко, это связано с лоббированием в правительстве РФ интересов производителей табачных изделий.
- В 2003 году ВОЗ приняла рамочную конвенцию по борьбе против табака. Государства, одобдившие конвенцию, должны в течение пяти лет ввести жесткие ограничения или полный запрет прямой рекламы табачных изделий, а также спонсорство табачных компаний в отношении крупных спортивных и культурных мероприятий.



# Легкие некурящего



**Сравни и сделай  
ВЫВОДЫ.**

**Легкие  
курящего**



Европейский союз всерьез озаботился здоровьем своих граждан. И, видимо, для того, чтобы отучить их от вредных привычек, готов пойти на любые меры. Первыми "под раздачу" попали курильщики. Посчитав уговоры и предупреждения недостаточно эффективными, комиссар Евросоюза по здравоохранению Дэвид Бирн (David Byrne) перешел к более решительным действиям.

В странах Объединенной Европы начинается широкомасштабная акция, направленная на шокирование курильщиков. На сигаретных пачках предполагается размещать достаточно крупные изображения почерневших от табачного дыма легких, обезображенных зубов и прочих последствий курения.

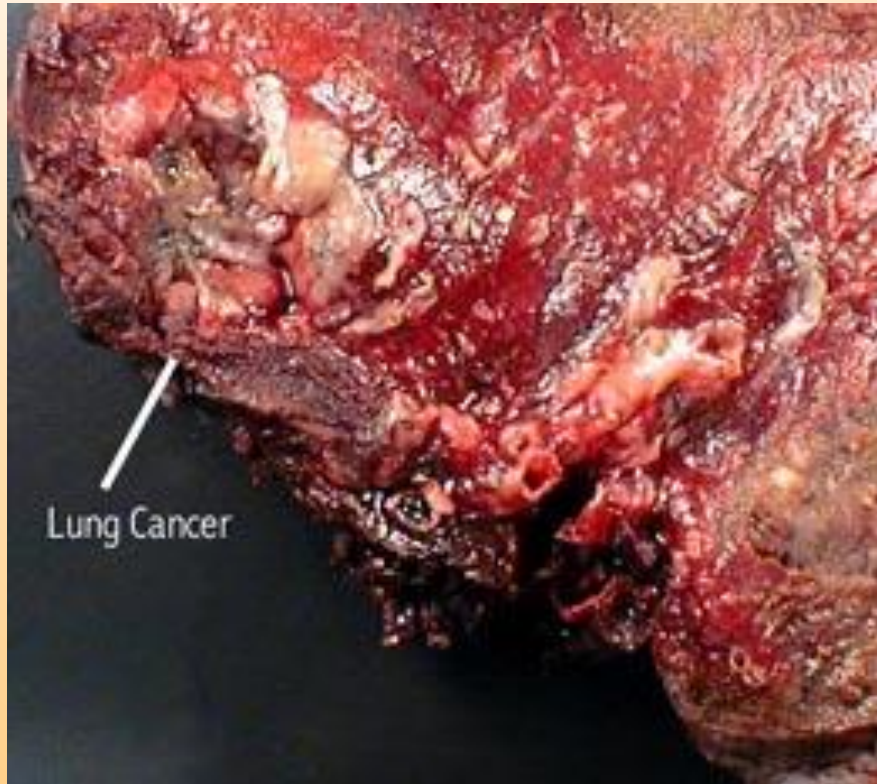
[http://www.e1.ru/news/spool/news\\_id-270800.html](http://www.e1.ru/news/spool/news_id-270800.html)



Рак ротовой полости

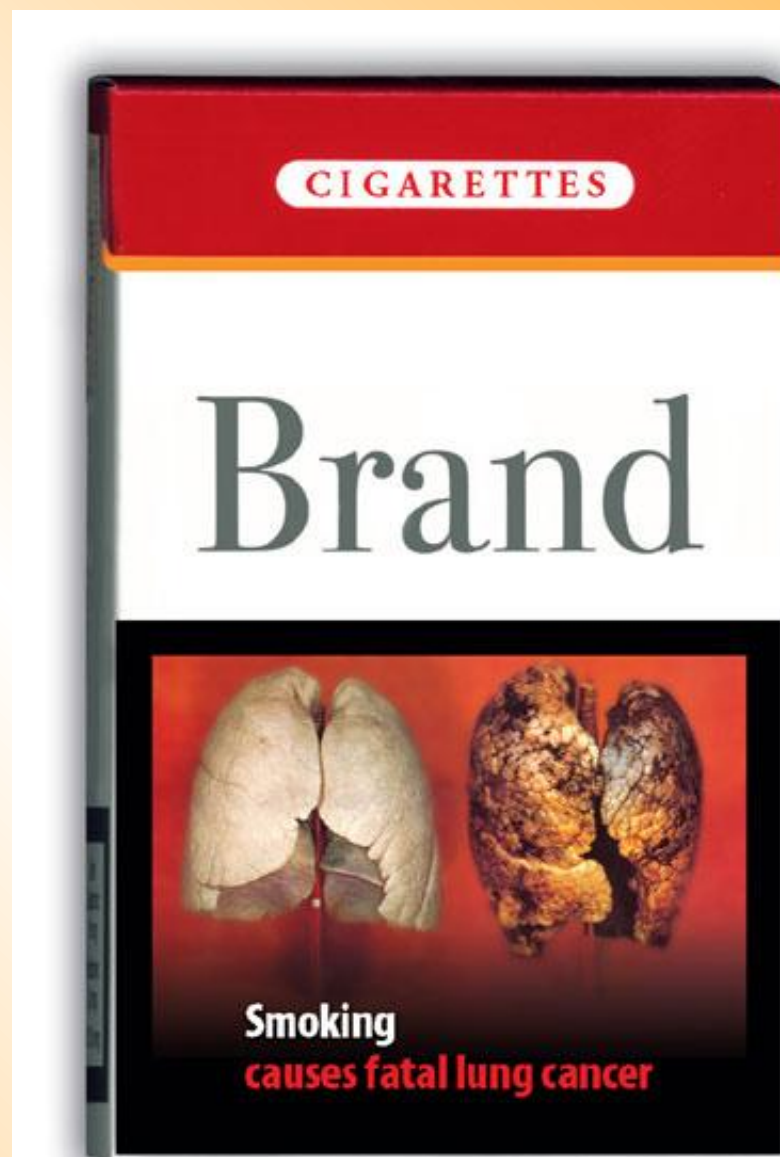


Это должен знать каждый!



А это уже рак легких

# Легкие после 25 лет курения



Курение может повреждать сперму и снижать фертильность.



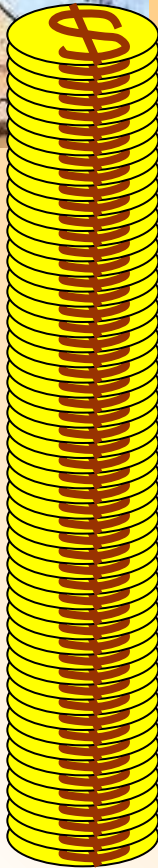
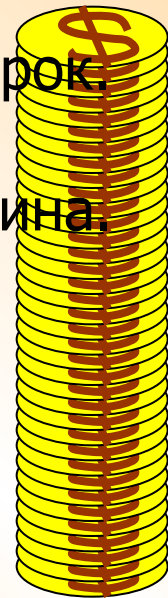
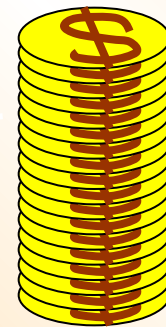
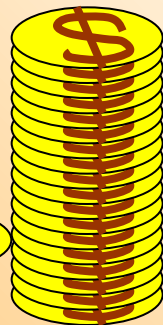
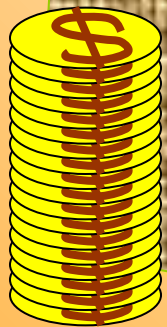
Курение может уменьшать кровоток и приводить к импотенции.



Никотин вызывает зависимость, это наркотик. Поэтому табачные компании тайно увеличивают содержание никотина в сигаретах.



Проведены исследования популярных у молодежи США сигарет. Были изучены 116 марок. Выяснилось, что в 92 из них превышено содержание никотина.



## "МОДНИЦА"

Не курит!



## "ФУТБОЛИСТ"



Играет, забивает, болеет, дудит! Не курит!



## «ГРАФИСТ»



Катается, рисует, бомбит! Не курит!

## "ГРАНЖИСТ"



Играет грандж, встречается с девушками! Не курит!

Philip Morris в США при нейша жамерикает, катрекумраждающие о  
вреде курения, и старит, бына силъз дивиденды табакных компаниям.  
Возбужден век противе жененой будил курика, которь откуривали у  
табарных Marlboro и умериотрадалтаров. Теперь эти дела  
компания выигрывают.

Истец Шеила Лонгден требовала от Philip Morris USA возмещения  
ущерба здоровью, который был  
причинен ей и ее мужу Джулиену  
Лонгдену. Они также обвиняли  
компанию в сокрытии информации  
о вреде курения.

"Суд рассмотрел дело и пришел к  
выводу, что представленные  
доказательства свидетельствуют о  
том, Джулиен Лонгден четко  
осознавал тот риск, которому он  
подвергал себя в процессе курения,  
и что он сам решил принять эти  
риски"



# 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.

ОТКАЗ ОТ СИГАРЕТ ИЛИ РЕКОМБАНДИИ подготовка к отказу от курения:  
нужно курить больше сигарет до тех пор, пока вы не почувствуете, что в вашем  
теле нет вредных химических веществ, а затем бросить курить; но в ней;  
каждый день съедать ложку меда – он помогает печени очистить  
организм от вредных веществ, а также количество выкуриваемых сигарет на  
активные;  
двигатель же  
функция не  
только не вредит  
от курения, но и  
создает ощущение;  
ежедневные желания  
закурить душ.  
постараться  
пережить этот  
«приступ» без  
сигарет.



# ЧТО ВЫИГРЫВАЕТ ЧЕЛОВЕК, ОТКАЗАВШИСЬ ОТ КУРЕНИЯ?

через неделю улучшается цвет лица, пропадает неприятный запах от кожи, от волос, от дыхания; после первого месяца становится легче дышать, исчезает головная боль, повышается вкусовая чувствительность; за полгода улучшаются спортивные показатели – пульс становится реже, уже можно задерживать дыхание на долгое время, а значит, человек в хорошей форме; можно сосчитать, сколько денег уже сэкономлено, и сделать на сэкономленные деньги себе подарок.



Подробно о болезнях, вызванных курением можно узнать на сайте

<http://www.newsru.com/world/06mar2005/kur.html>

Использованы материалы сайтов  
<http://www.newsrom.ru/print.html>  
[http://www.newsrom.ru/articles/zdorovje/rak\\_ledkikh\\_-\\_kara\\_kurilshhika/](http://www.newsrom.ru/articles/zdorovje/rak_ledkikh_-_kara_kurilshhika/)  
[http://www.foodsmarket.info/news/content.php?id\\_news=429&id\\_groups=2](http://www.foodsmarket.info/news/content.php?id_news=429&id_groups=2)  
<http://www.imenno.ru/ru/article.sdf/news/roniga?item=231&id=92330>  
[http://www.newsrom.ru/print.shtml?lot\\_id=114907051817240](http://www.newsrom.ru/print.shtml?lot_id=114907051817240)

<http://gorodlip.ru/news/event34244.html>

<http://www.medpages.ru/ru/articles/show?id=89>

**В жизни есть много интересного**

помимо курения.  
**ЗАПОМНИ ЭТО!**