

СМЕРТЕЛЬНАЯ сигарета.

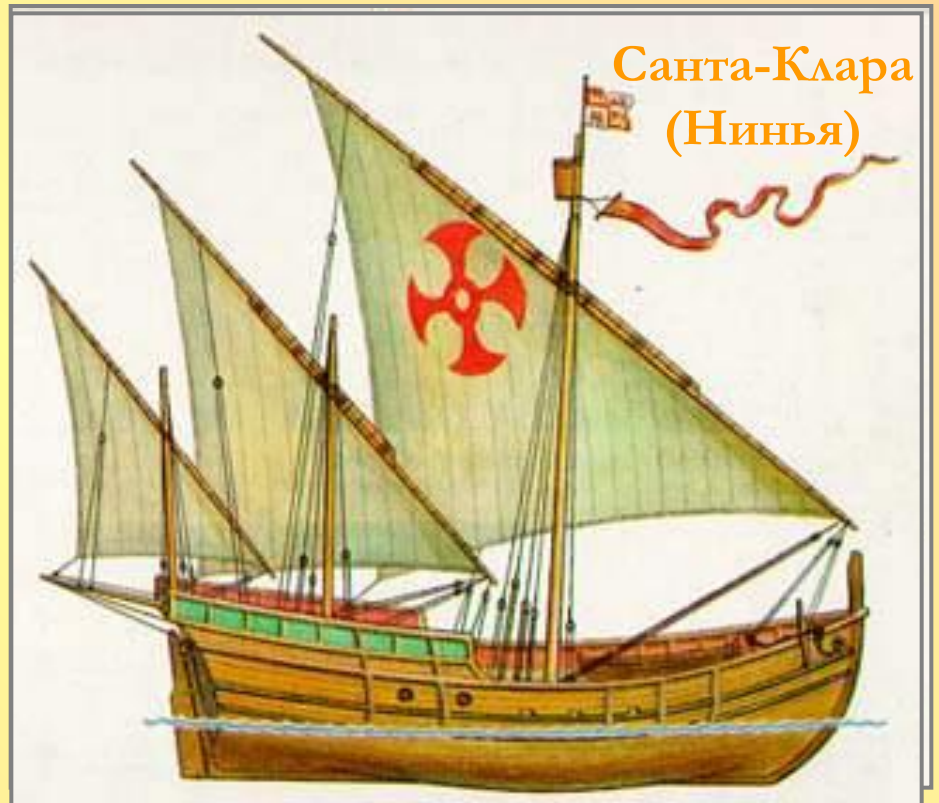


История табакокурения



**ТАБАК (*Nicotiana*), род
однолетних и многолетних
кустарников и
травянистых растений
семейства пасленовых**

Христофор Колумб



Господь сделал меня посланцем нового неба и новой земли, им созданных, тех самых, о которых писал в Апокалипсисе св. Иоанн...и туда Господь указал мне путь.
(Христофор Колумб)

Михаил Федорович (1596-1645)



При Михаиле Федоровиче после пожара в Москве в 1634 году курение было запрещено под страхом смертной казни



Петр I (1672-1725)

**В России табак получил
широкое распространение
благодаря Петру I**

*Sometimes is necessary to listen to
much more...
It may tell more...
Оно может рассказать больше.*

Подсчитано:

- Каждая выкуренная сигарета сокращает жизнь на 15 минут.
- Каждые 13 секунд умирает человек от заболевания, связанного с курением.
- За год – это 2,5 миллиона человек.
- Население земного шара за год выкуривает 12 миллиардов сигарет.
- Общая масса окурков – 2520000 тонн.

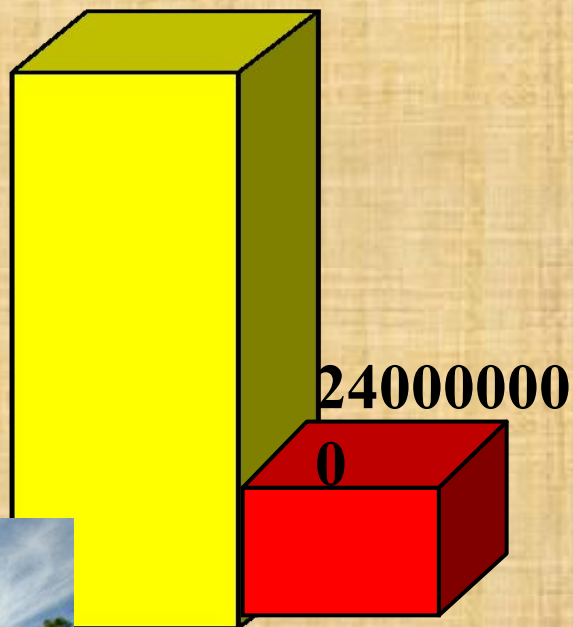
ФАКТЫ:



- В России курят 70,5% мужчин, а среди старшеклассников в крупных городах не обходятся без сигареты 30-47% юношей и 25-32% девушек. Ежегодно в России выкуривается 25 млрд. сигарет.
- Российский курильщик, который выкуривает в день одну пачку сигарет высшего класса тратит на сигареты около 10.000 рублей в год! Это означает, что за 10 лет Вы можете выкурить небольшую квартиру.

В мире курят...

1000000000

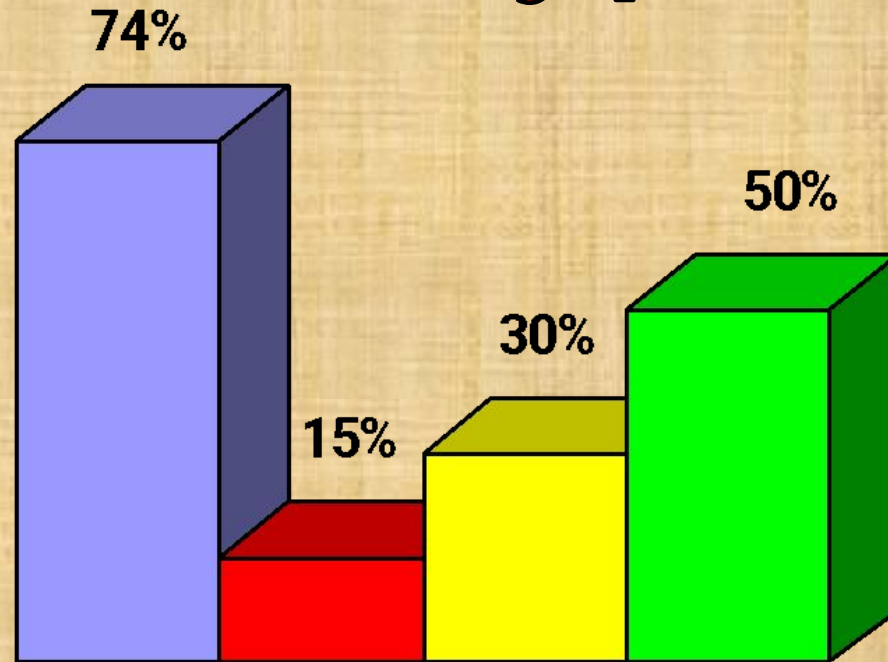


■ всего курящих в мире

■ курящих женщины в мире

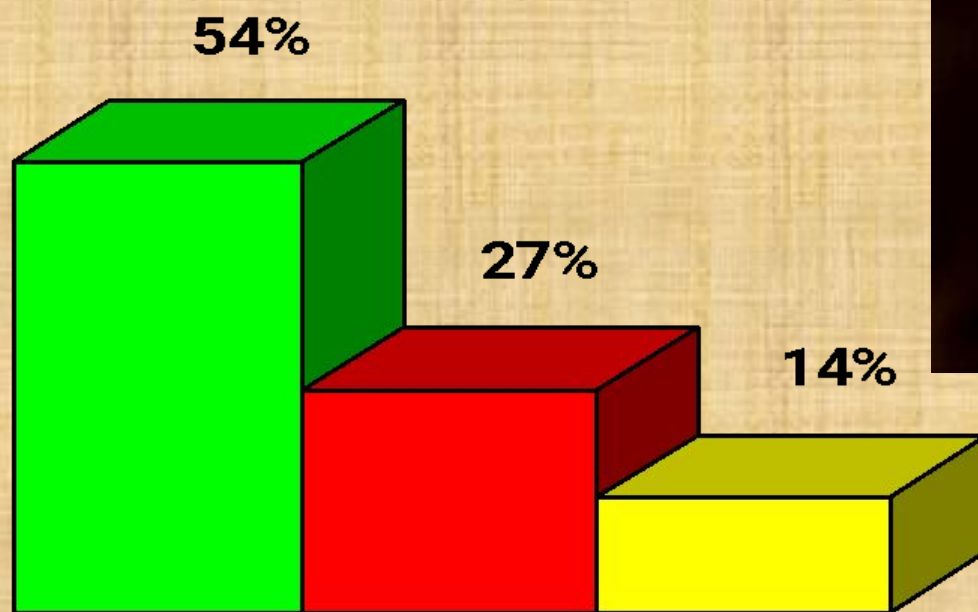


В России курят...



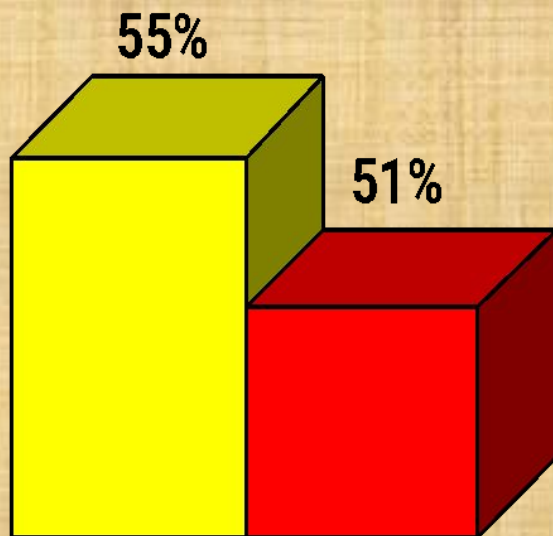
- мужчины в возрасте 30-35 лет
- женщины в возрасте 30-35 лет
- девушки
- юноши

Выкуривают в день...



- От 10 до 20 штук сигарет
- менее 10 штук
- более пачки в день

Что думают о курении...



■ курение ухудшает здоровье

■ хотят бросить курить



Табачный дым содержит:



- Синильная кислота
- Нервно – сердечные яды
- Аммиак
- Никотин
- Канцерогенные смолы
- Мышьяк
- Угарный газ
- Радиоактивный полоний и другие вещества.

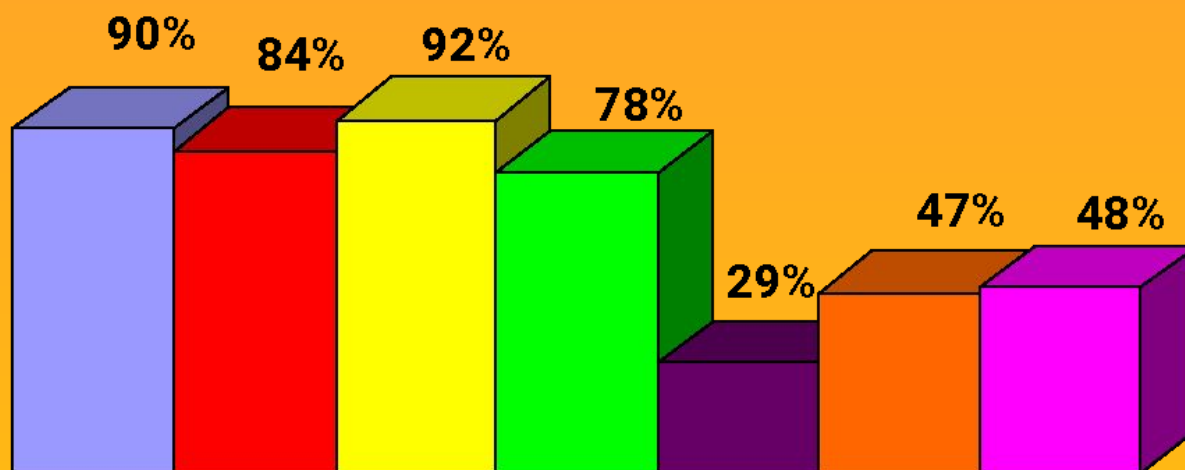
4000

**ХИМИЧЕСКИХ
Веществ**

Статистика:

Отрицательные качества	Курящие	Некурящие
Нервозность	14%	1%
Понижение слуха	13%	1%
Плохая память	12%	1%
Плохое физическое состояние	12%	2%
Плохое умственное состояние	18%	1%
Нечистоплотность	12%	1%
Низкая успеваемость	18%	3%
Замедленная реакция	19%	3%

Последствия:



■ Рак легких, трахеи и бронхов

■ Рак гортани

■ Рак ротовой полости

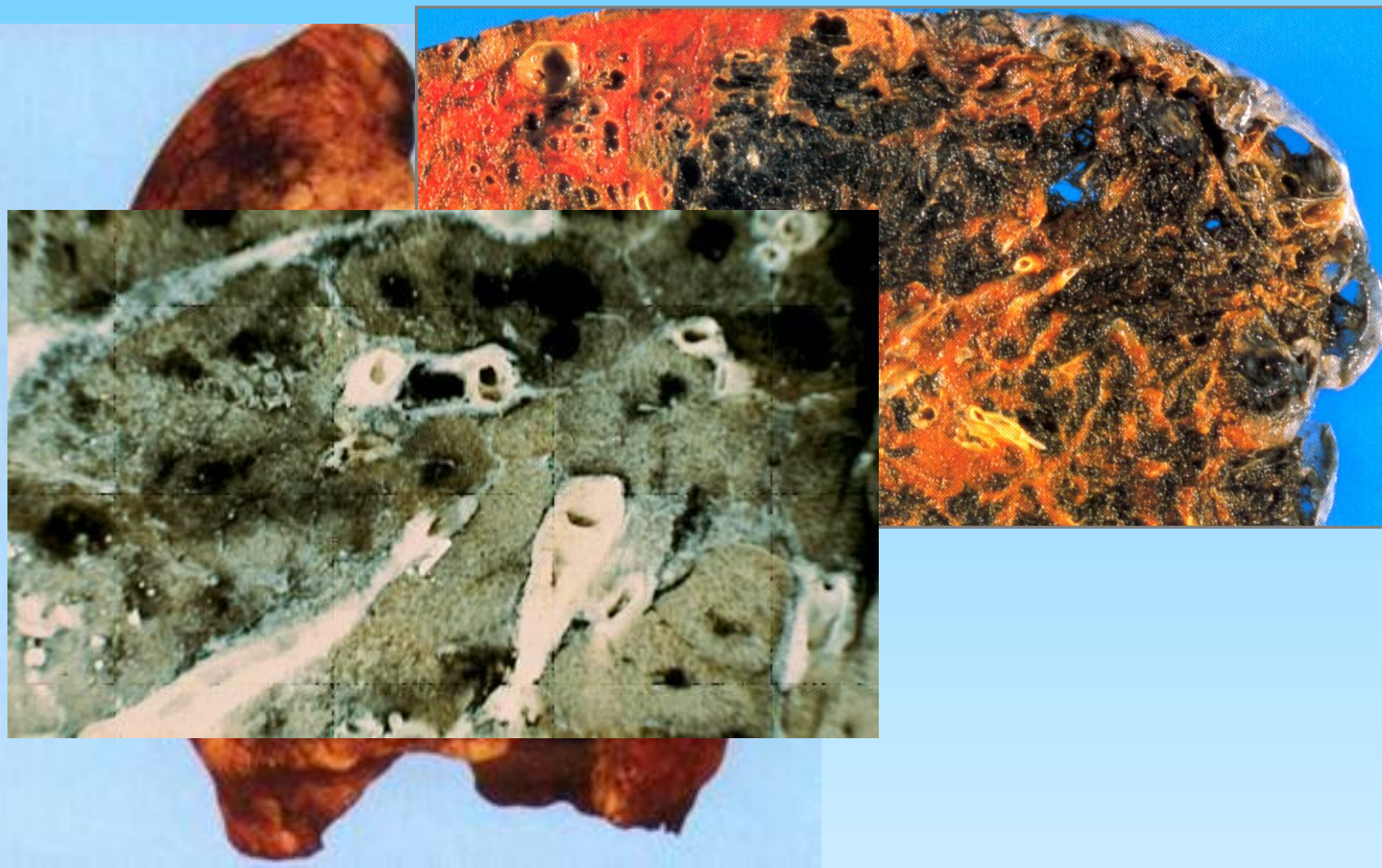
■ Рак пищевода

■ Рак поджелудочной железы

■ Рак мочевого пузыря

■ Рак почек

ЛЁГКИЕ ПРИ КУРЕНИИ.



Легкие курильщика с раковой опухолью

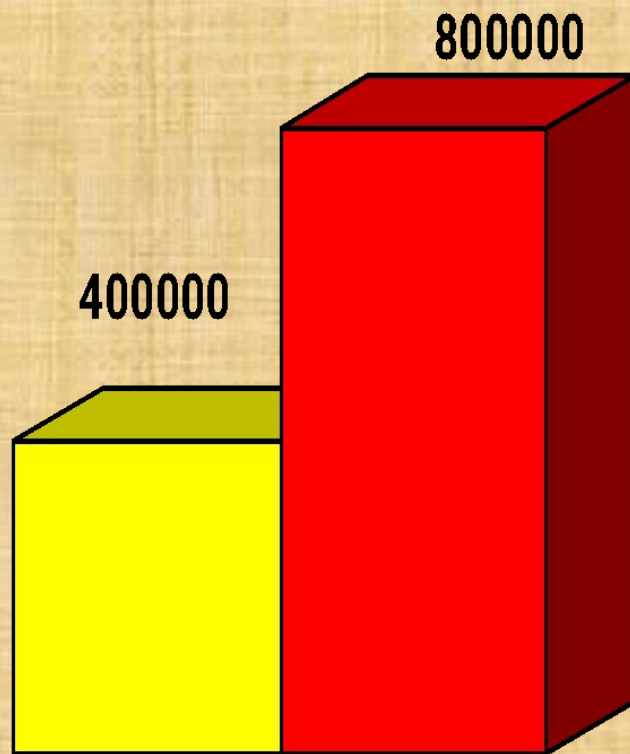
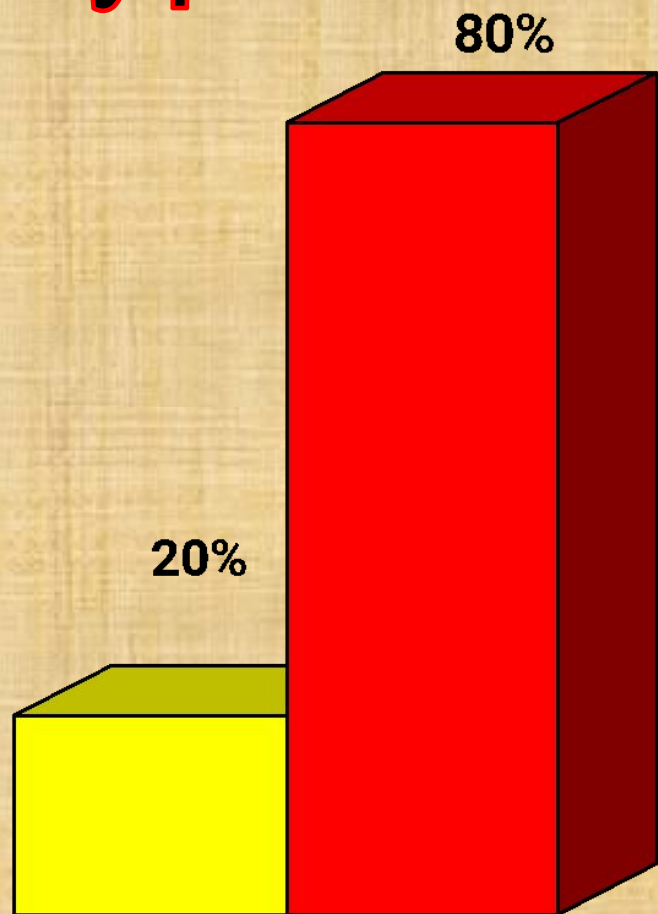


**Первой причиной
рака легких у
курящих является
наличие в табачном
дегте одного из
наиболее активных
радиоэлементов -
полония**



Курят

Умирают от курения



■ США
■ Россия

Когда вы бросите курить...

Через 20 минут – после последней сигареты давление и пульс приближаются к норме, улучшается кровоснабжение рук и ног.

Через 8 часов – Уровень никотина и угарного газа в крови уменьшается на половину. Уровень кислорода приходит в норму.

Через 24 часа – В организме не остается угарного газа. Легкие начинают очищаться от слизи и шлаков.

Через 48 часов – В организме больше нет никотина, восстанавливается обоняние и полнота вкусовых ощущений.

Через 72 часа - Дышать становится легче.

Через неделю – улучшается цвет лица, исчезает неприятный запах от кожи, волос, при выдохе.

Через месяц – исчезнет утомление, головная боль, перестанет беспокоить кашель.

Через полгода – пульс станет реже, улучшатся спортивные результаты.

Через год - Риск сердечных приступов и инфарктов уменьшается наполовину (в зависимости от стажа курения).

Через 5 лет - Риск заболеть раком легких уменьшается наполовину, риск сердечных заболеваний снижается до уровня риска некурящего человека.

А стоит ли начинать
курить?