

**УРОК ЗДОРОВЬЯ
«ЗЛОЙ ВОЛШЕБНИК –
ТАБАК»**

**Подчинённость другим при отсутствии
самостоятельности, свободы – это
зависимость.**



ЗЛОЙ ВОЛШЕБНИК - ТАБАК



Табак – это однолетнее растение семейства паслёновых, в листьях которого содержится никотин.



Европейцам долгое время не было известно курение табака.

Впервые с ним познакомились участники экспедиции Христофора Колумба, наблюдавшие, как индейцы выпускали изо рта дым, который они втягивали из листьев, свёрнутых в трубки и зажжённых на конце. Такие трубки индейцы называли «сигаро».





В 1560 году табак попал во Францию. Французский посол в Португалии Жан Нико подарил его Екатерине Медичи, которая страдала приступами головной боли (мигренью). Королева измельчала табак и нюхала его.

В Россию табак был завезён англичанами и немцами в начале 17 столетия. Курение и нюхание табака жестоко преследовалось. Уличённые в курении строго наказывались: их били кнутом, торговцам отрезали носы, рвали ноздри и ссылали в далёкие города.

С приходом к власти Петра I был отменён запрет на курение. Так постепенно все народы пристрастились к курению. Произошло это потому, что в состав табака входят вещества, способные вызвать зависимость от него.





Федор
Григорьевич
УГЛОВ



После десяти-пятнадцати лет пагубная привычка курить становится в тягость, но к тому времени власть папиросы как наркотика столь сильна, что она преодолевает и рассудок. Может быть, в затяжных случаях наступает деградация умственных способностей, когда человек перестаёт понимать элементарные истины, понятные всем, о непонятные курящему.

**Каждая выкуренная папироса
СТОИТ
курящему пятнадцать минут
жизни!**





50%
СМЕРТЕЙ
ОТ КУРЕНИЯ

приходятся на возраст 30–69 лет



**Профессор Жданов Владимир
Георгиевич.**

196 ядов

14 – наркотики

Разрушается витамин А



Каждый третий четверг ноября

–

**Международный день отказа от
курения**

ВОЗ (всемирная организация здравоохранения) сообщает:

- В мире 90% смертей от рака лёгких,
- 75% - от хроническоо бронхита,
- 25% -от ишемической болезни сердца обусловлены курением.

Каждые десять секунд на планете умирает один заядлый курильщик.



Мы говорим курению – нет!