



# Курение – вредная привычка

Внеклассное мероприятие для школьников

В 1492 году флотилия адмирала Христофора Колумба открыла Америку. В числе подарков местные жители поднесли Колумбу траву для курения, которую они называли «сигаро».





Мы, химики, выяснили, что в состав табачного дыма входят следующие вредные вещества:

- **никотин** – канцероген (вещество, вызывающее рак);
- **оксид углерода** – угарный газ;
- **сероводород** (ядовитый газ);
- **табачный дёготь** – содержит канцерогены;
- **горячий табачный дым** – мельчайшие твёрдые частицы и капельки жидкости (их сотни миллиардов в одной сигарете), канцерогены и ядовитые вещества;
- **кураре** – смертельный яд;



## Мы, биологи, выяснили, какое воздействие оказывают эти вещества на человека.

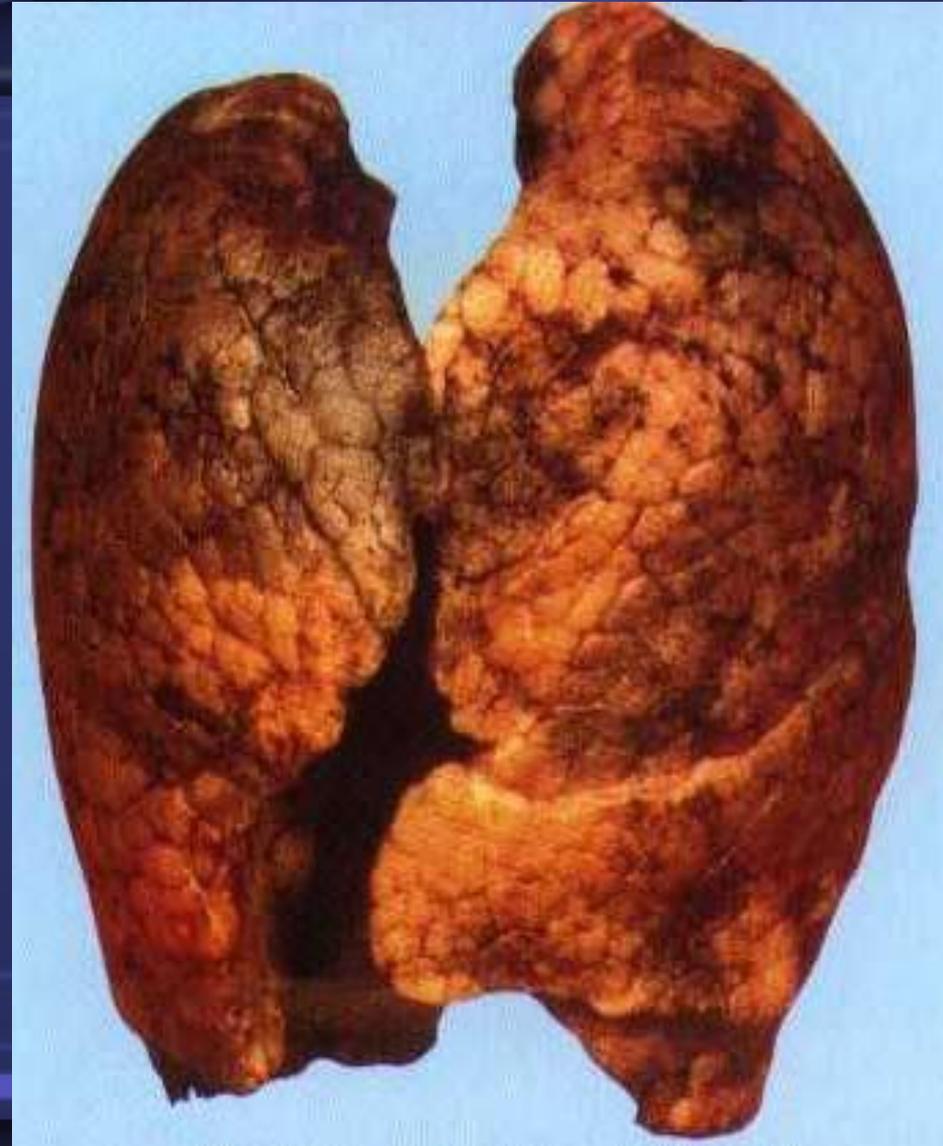
Горячий дым – разрушает слизистую рта и носоглотки, вызывает **трещины на зубной эмали** за счёт разницы температур холодного воздуха и горячего дыма.

От табачного дёгтя **желтеют зубы и пальцы**, он вызывает специфический **запах изо рта**.

Твёрдые частицы дыма осаждаются в лёгких – возникает **постоянный кашель**. Воспаляются голосовые связки – **грубеет голос**.

Табачный дёготь оседает на стенках лёгких и бронхов, проникая в их ткани. При каждой затяжке **нарушается усвоение организмом кислорода** и течение важнейшего физиологического процесса – дыхания.

Некоторые считают, что фильтры делают сигареты безвредными. Это далеко не так. **Лучшие фильтры задерживают не более 20% содержащихся в дыме веществ**. Всасываясь в кровь, эти вещества и производят то действие, благодаря которому курильщику снова и снова хочется курить



По нашим данным в мире ежегодно от курения погибает около миллиона человек.

**Каждая затяжка сокращает жизнь человека на один вздох, а выкуренная сигарета – на 15 минут.**

У курящих от 10 сигарет до пачки в день смертность на 70% выше, чем у некурящих, причём  $\frac{1}{2}$  прироста – за счёт болезней сердца,  $\frac{1}{6}$  – рака лёгких.

Двойная атака на лёгкие загрязнённого воздуха и табачного дыма увеличивают число заболеваний дыхательных путей.

С нашей точки зрения **никотин – наркотик!**

80% детей курящих родителей также начинают курить.

**От курения табака умирает каждый пятый.**

**У курящих матерей 100% детей курят. 80% курящих детей будут курить всю жизнь.**

Мы выступаем сегодня с лозунгом «Курение или здоровье? Выбирайте сами!».

**Курить – повышать риск возникновения рака полости рта, гортани, глотки.**



В течение нескольких лет ученые проводили наблюдение над 200 курящими и 200 некурящими школьниками. А теперь посмотрим, какими оказались сравнительные результаты.

<b>Заболевания</b>	<b>Курящие</b>	<b>Не курящие</b>
1.нервные	14	1
2.понижение слуха	13	1
3.плохая память	12	1
4.плохое физическое состояние	12	2
5.плохое умственное состояние	18	1
6.нечистоплотны	12	1
7.плохие отметки	18	3
8.медленно соображают	19	3





