

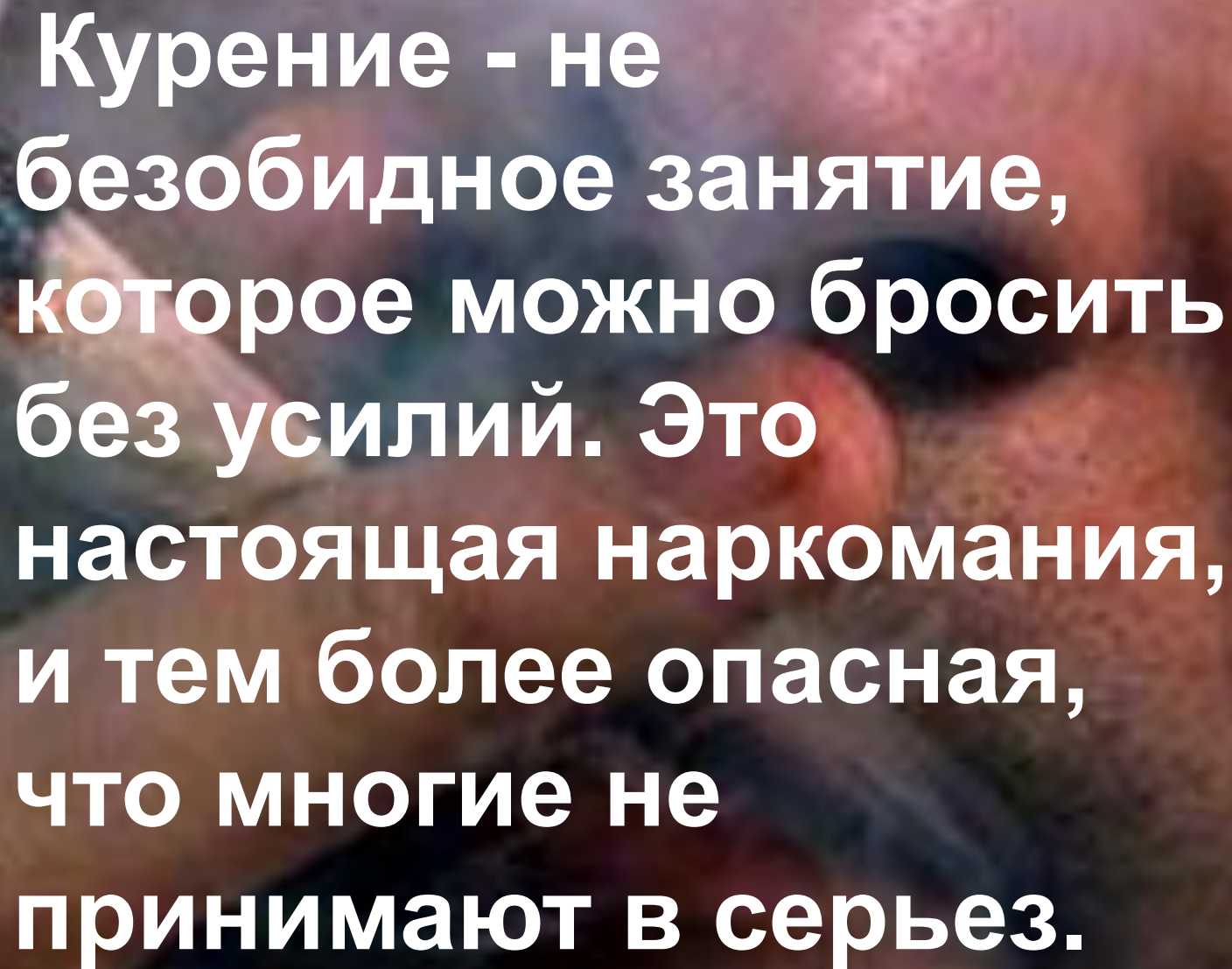
Комитет по образованию администрации Кировского района
г. Волгограда
Муниципальное Общеобразовательное Учреждение
Гимназия № 9

Капля никотина убивает лошадь!!!

Презентацию подготовили:
Сергеева Татьяна,
Череватова Виктория,
9 «А» класс



О вреде курения сказано немало. Однако беспокойство ученых и врачей, вызванное распространением этой пагубной привычки, растет, так как пока еще значительное число людей не считает курение вредным для здоровья.



**Курение - не
безобидное занятие,
которое можно бросить
без усилий. Это
настоящая наркомания,
и тем более опасная,
что многие не
принимают в серьез.**



Каждый курильщик, потребляющий в день 20 сигарет, добровольно сокращает свою жизнь на пять лет, каждая выкуренная сигарета "стоит" ему пять с половиной минут жизни. Смертность среди курильщиков в среднем на 50 процентов выше, чем среди некурящих.

Оказывается : если человек курит в среднем в день от 1 до 9 сигарет , то сокращает свою жизнь на 4,6 года по сравнению с некурящими; если курит от 10 до 19 сигарет , то на 5,5 года ; если выкуренных 20 до 39 сигарет - на 6,2 года.



При курении в организм человека проникает 20-25% ядовитых веществ, а 50% вместе с выдыхаемым дымом поступают в воздух. А им дышат окружающие. Получается, что не курящие 'курят'. Появился даже специальный термин - 'пассивное' курение.

Когда человек впервые прикасается к сигарете, он не задумывается о тех тяжелых последствиях, к которым может привести курение.

Смертельная доза для взрослого человека содержится в одной пачке сигарет, если ее выкурить сразу, а для подростков полпачки.



Были даже зарегистрированы случаи смерти подростков от подряд выкуренных двух трех сигарет из-за резкого отравления жизненно важных центров, в результате которого наступала остановка сердца и прекращалось дыхание.



"Капля камень точит" - так гласит народная пословица.

Действительно, каждая выкуренная сигарета оставляет определенный след в организме.



Большинству людей свойствен оптимизм. Будучи здоровыми, они обычно полагают, что им всегда будет сопутствовать хорошее самочувствие, а всякие заболевания - это удел других, более слабых, восприимчивых к болезням людей. Но, увы, такой оптимизм нельзя считать оправданным, если не предпринять мер профилактики заболеваний, не отказаться от вредных привычек.

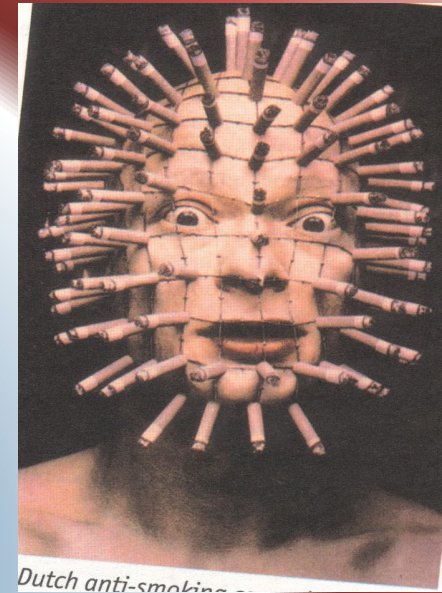


Заболевания курильщика :

- Заболевания сердечно-сосудистой системы (инфаркт миокарда, гипертония)***
- Онкологические заболевания***
- Заболевания легких (астма, туберкулез)***
- Болезни почек***
- Заболевания мочевого пузыря***
- Болезни половых желез***
- Заболевания головного мозга***
- Болезни печени***

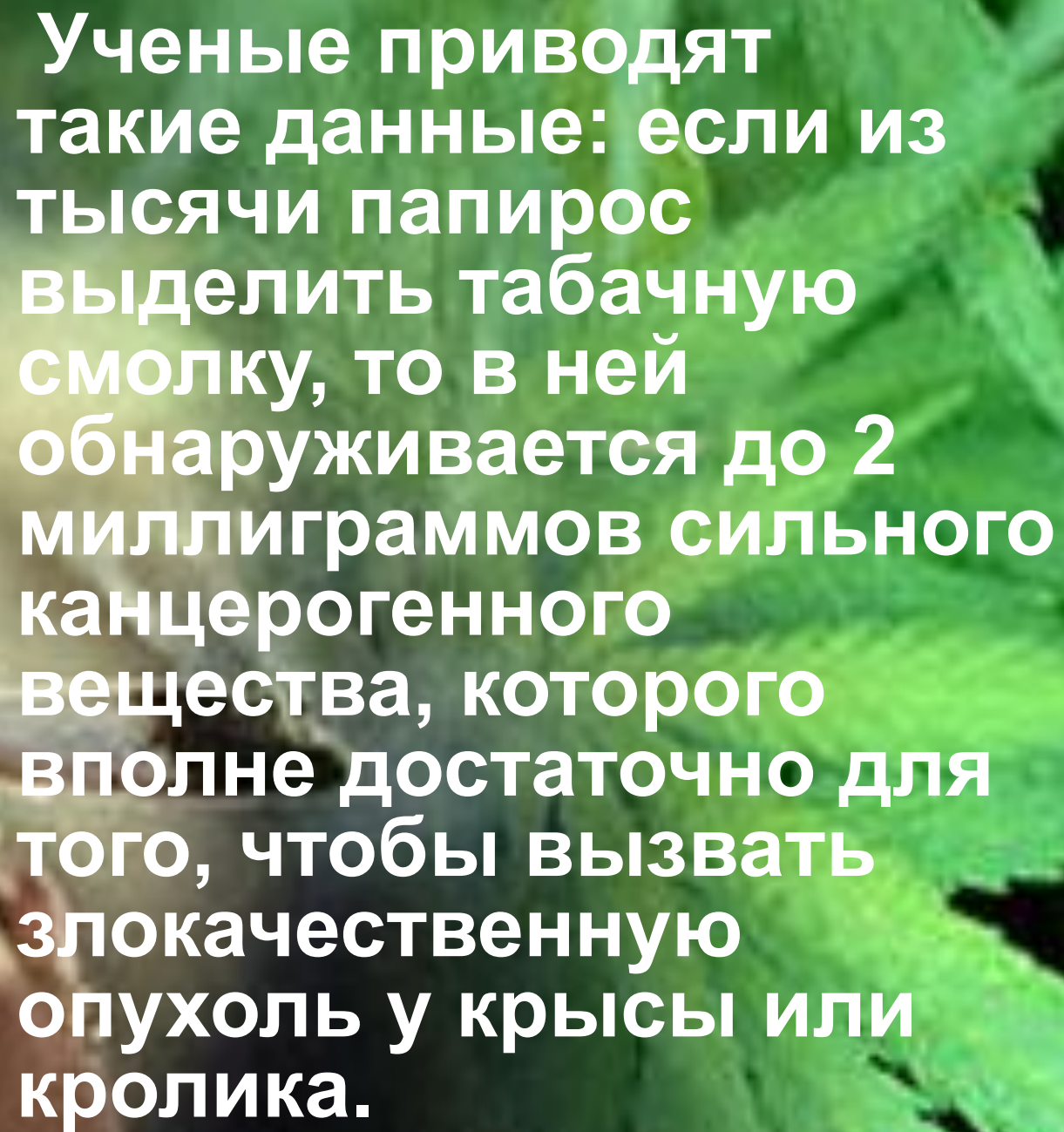


Подсчитано, что сердце курящего человека делает за сутки на 12-15 тысяч сокращений больше, чем сердце некурящего. Сам по себе такой режим неэкономичен, так как излишняя постоянная нагрузка ведет к преждевременному изнашиванию сердечной мышцы.



Женщины среднего возраста могли бы иметь зубы в гораздо большей сохранности, если бы в молодости избегали курения. Согласно результатам исследований лишь 26 процентов некурящих женщин в возрасте после 50 лет нуждались в протезировании зубов. А у курящих такую потребность испытывали 48 процентов.





Ученые приводят такие данные: если из тысячи папирос выделить табачную смолку, то в ней обнаруживается до 2 миллиграммов сильного канцерогенного вещества, которого вполне достаточно для того, чтобы вызвать злокачественную опухоль у крысы или кролика.

**Человек – высший земной продукт.
Человек – сложнейшая и тончайшая
система. Но для того, чтобы использовать
сокровища природы, чтобы этими
сокровищами наслаждаться, человек
должен быть здоровым, сильным и
умным.**



И. П. Павлов.

Результаты опроса, проведенного среди старшеклассников гимназии № 9





**ПРИВЫЧКА КУРИТЬ, СИЛЬНА,
НО ЧЕЛОВЕК ЕЩЕ СИЛЬНЕЕ,
И ОН ЕЕ ПОБЕДИТ!**