

# Вредные привычки

# Твое здоровье - это будущее России



*Образ жизни человека, его  
поведение и мышление,  
которое обеспечивает охрану  
и укрепление здоровья,  
называют*

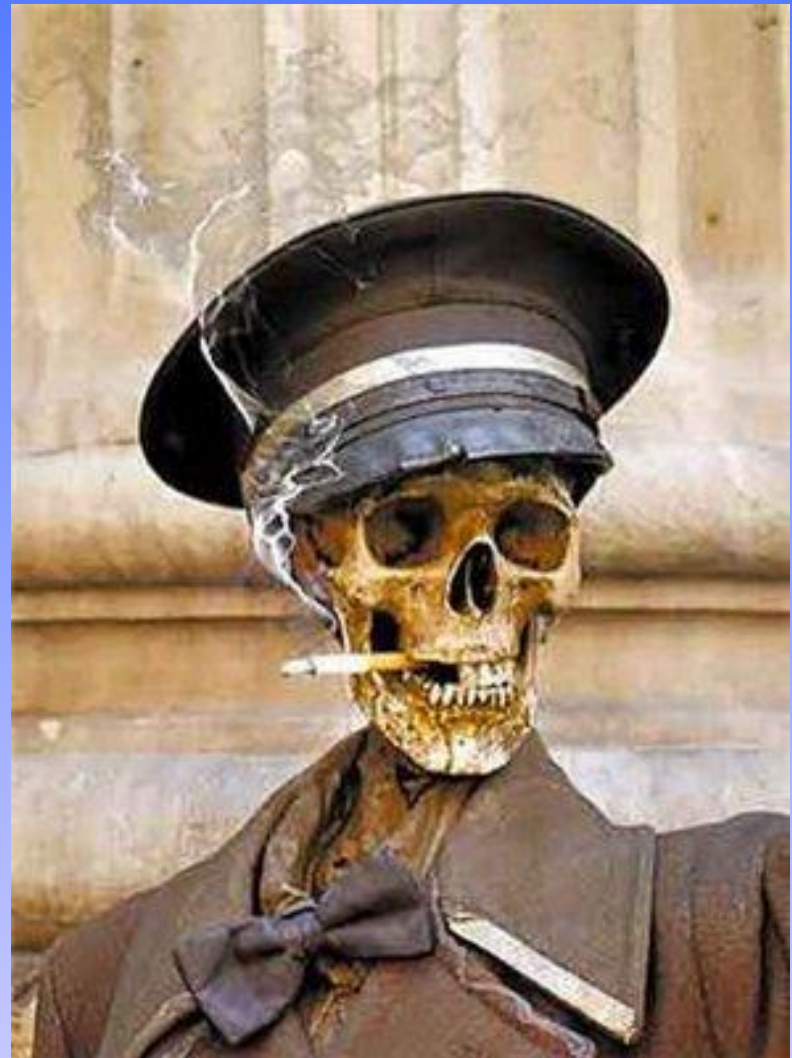
***здоровым образом жизни***

# Вредные привычки мешающие нашему здоровью:

- 1. Курение
- 2. Алкоголизм
- 3. Наркомания



Рак, инфаркт,  
болезни мозга –  
стой курильщик,  
будет поздно!



# ВЛИЯНИЕ АЛКОГОЛЯ, ТАБАКА И НАРКОТИКОВ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА



# Вещество, содержащее в сигарете

Радиоактивный полоний -210.

Он постоянно облучает курильщиков и  
окружающих:

300 сигарет – доза радиации, равная по  
воздействию ежедневному посещению  
рентгеновского кабинета в течение года.

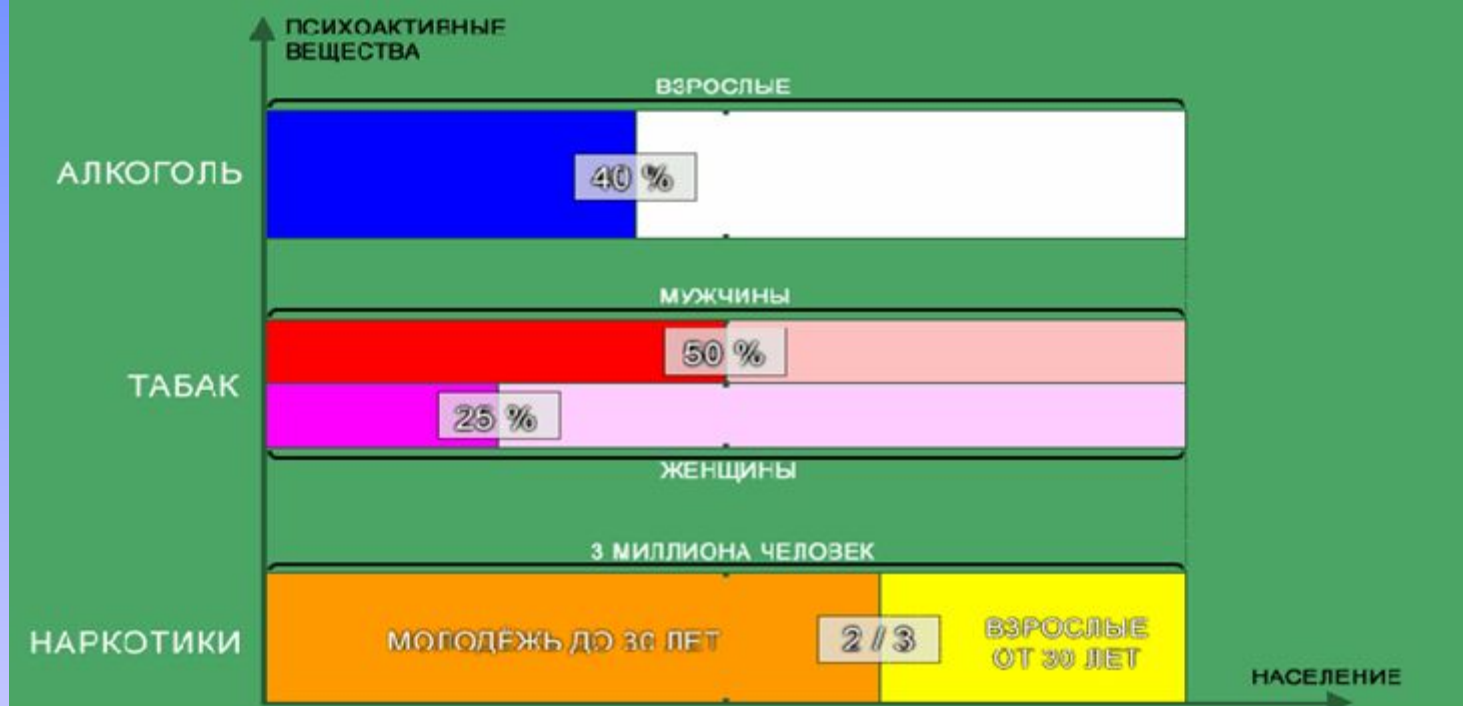
# Факты и статистика употребления психотропных веществ

- С 1991 года по 2025 год курение сведет в могилу **10 миллионов человек.**
- Ежегодно от болезней, вызванных курением, умирает **2,5 – 3 миллионов человек.**
- По мнению экспертов Всемирной организации (ВОЗ), если употребление алкоголя на душу населения превышает 1 литр в год, то ситуация становится опасной. В Российской Федерации этот показатель составил 8,07 литров. Примерно две трети мужчин трудоспособного возраста умирают по причине алкогольного опьянения.
- С 1997 года по 2008 год смертность от употребления наркотиков увеличилась в 15 раз, а среди детей в 50 раз. В десятки раз увеличилось количество сопутствующих наркомании болезней.



Заболевания сердечно – сосудистой системы и дыхательных путей, гепатиты, венерические заболевания и СПИД, травмы и психозы, самоубийства –удел наркомана, курильщика, алкоголика.

## СТАТИСТИКА ЗЛОУПОТРЕБЛЕНИЯ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ В РОССИИ



# Мотивы, из – за которых подростки начинают курить:





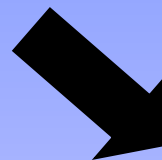
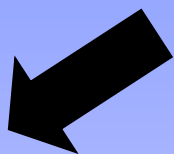
**Желудок**



**Легкие**



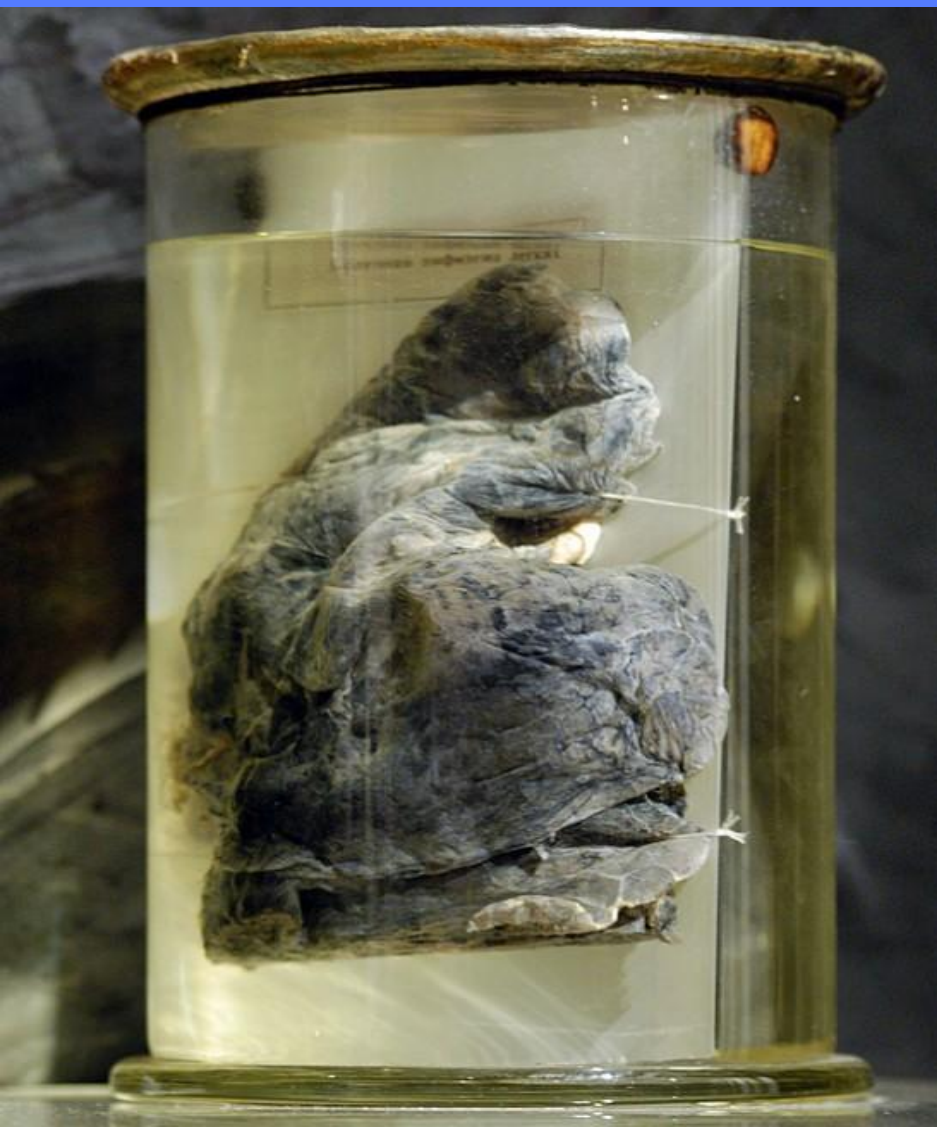
**НИКОТИН  
наносит  
удар**



**Сердце**



# Легкие курильщика!



# Дети, получающиеся от курения!



# Алкоголь



- Социальные перемены в России вызвали резкий рост алкоголизации общества.
- Россия один из мировых лидеров по уровню потребления алкоголя на душу населения .
- Происходит снижение среднего возраста первого употребления алкогольных напитков.
- Увеличение употребления алкоголя среди девушек.

## ПОСЛЕДСТВИЯ АЛКОГОЛИЗМА



# Алкоголь

С химической точки зрения алкоголь является наиболее опасным наркотиком, известным человеку. Но за столетия опыта общество сумело выработать культурное потребление алкоголя, без того, чтобы он наносил слишком большой вред. В большинстве стран установлен минимальный возраст, с которого можно покупать алкогольные напитки, ограничено время дня, когда они могут продаваться, контролируется количество и расположение баров и магазинов, торгующих спиртными напитками, и ведется строгое наблюдение за выполнением ими требований закона. Законы, регулирующие продажу спиртного в США, варьируют не только по штатам, но даже по городам. В большинстве случаев минимальный возраст для приобретения алкоголя или его потребления в барах – 21 год. Законы запрещают употребление каких бы то ни было алкогольных напитков на улицах и в автомобилях. В некоторых штатах Среднего Запада законы запрещают продажу спиртного по воскресеньям. Местные законы против вождения в пьяном виде все более ужесточаются по всем Соединенным Штатам.

# Органы алкоголика



...ТОВОЙ МОЗГ. ИНСУЛЬТ  
...как выкладит или  
...его черепицу  
...исит от



43. Панкреонекроз



ЯЗВА ЖЕЛУДКА



# Дети алкоголика



Лова - циклоп. Ребёнок рожден мертвым  
недель. Родители - хронические алкоголики.

# НАРКОТИКИ

**Наркотик** - это любое химическое соединение, которое воздействует на функционирование организма. Злоупотребление наркотиками - это их употребление любым неприемлемым с медицинской и социальной точек зрения образом или приемлемым, но неправильным. Здесь особенно уместно назвать психоактивные наркотики: те, которые воздействуют на организм, вызывая поведенческие изменения, вроде эйфории и галлюцинаций. Использование и зачастую производство многих наркотиков, которыми злоупотребляет большое число людей, запрещено во многих странах, но алкоголь и табак, два наиболее широко распространенных наркотических вещества, вполне законны и легко доступны. Однако с тех пор, как была твердо доказана опасность курения, эта привычка сейчас становится все более неприемлемой социально в США, Великобритании и многих странах Запада.



# Причины злоупотребления наркотиками

- **Социальная согласованность.** Если использование того или иного наркотика принято в группе, к которой человек принадлежит или с которой он себя идентифицирует, он почувствует необходимость применять этот наркотик, чтобы показать свою принадлежность к этой группе. Это относится ко всем наркотикам, от никотина и алкоголя до героина.
- **Удовольствие.** Одна из главных причин, почему люди употребляют наркотики, - это сопутствующие и приятные ощущения, от хорошего самочувствия и релаксации до мистической эйфории.
- **Доступность.** Нелегальное потребление наркотиков наиболее высоко там, где они легче доступны, например в крупных городах. Применение легальных наркотиков также возрастает с доступностью, например алкоголизм распространен среди торговцев спиртными напитками.



- Одни наркотики подавляют нервную активность мозга, другие стимулируют ее, и в этом состоит различие в их психических эффектах.
- Другие причины различий включают количество принимаемого наркотика, его чистоту и концентрацию, а также то, каким образом он попадает в тело.
- К числу других факторов относятся психическое и физическое состояние принимающего наркотика, его ожидания и реакция на окружающую обстановку: наркотик может усиливать существующее психическое состояние или вызывать подавленность. Эффект часто усиливаются, если принимающий наркотики утомлен или голоден



# Признаки зависимости от гашиша

- Интоксикация гашишем проявляется сначала покраснением лица,
- расширением зрачков,
- блеском глаз,
- сухостью во рту,
- учащением пульса и дыхания.

Затем возникают характерные психические изменения – окружающие предметы воспринимаются с необычайной чёткостью, мысли резко ускоряются, ощущение времени изменяется; наблюдаются неадекватная и безудержная весёлость, приступы смеха.

Далее нарушается координация движений, речь превращается в бессвязное бормотание. Впоследствии возбуждение спадает, сменяется заторможенностью, слабостью, бледностью, вялостью.



# Дети наркомана



***Ты - человек!!!***

Не ведись за толпой, у тебя ***должно  
быть свое мнение.***

***Твое здоровье и твое будущее в твоей  
голове и руках.***

# Подготовили презентацию

Андрей Лачук

и

Артур Архипенков,  
ученики 10 «А» класса