

О вреде курения.



«Почему курить вредно?»





Ухудшаются *память, внимание, почерк, глазомер.*

Одной капли никотина хватит, чтобы уничтожить лошадь.

Нет, нужно уточнить.

Одной капли никотина хватит, чтобы уничтожить тройку взрослых лошадей, до полутоны каждая.

А как же человек?



В каждой отдельной сигарете никотина не смертельная доза, но если одновременно выкурить 100 сигарет – смертельный исход неизбежен.





Бедные лёгкие! В течении года у
курильщика в лёгких накапливается
около 1 кг табачного дыма.

Легкие здорового человека и курильщика



МОТИВЫ

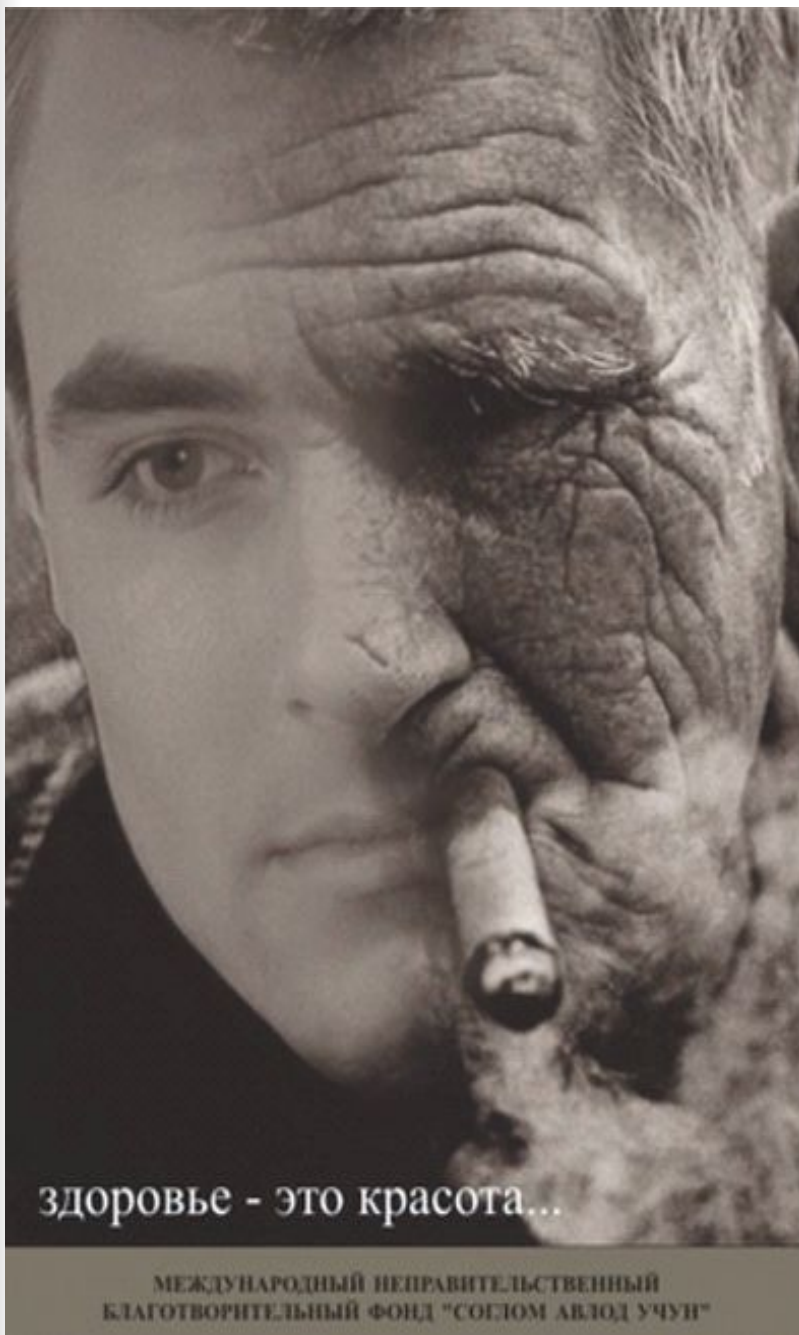


В медицине известен случай. Когда при вскрытии трупа скальпель **заскрежетал** о камень, то оказалось, что в лёгких скопилось около 1.5 кг угля. Этот человек курил и умер от рака лёгких.



Курение повышает риск инфаркта, инсульта, заболеваний мозга, язвы, гангрены конечностей.





Видите
пагубное
влияние
никотина на
организм в
целом.
Изменение не
только внутри.



Рак губы



A fatal mouth cancer in a 28-year-old who dipped a can a day for 10 years.

ПОЛОВАЯ СИСТЕМА

МУЖЧИНЫ

- *Курение начатое в любом возрасте, отрицательно влияет на половую функцию.*
- *Никотиновая интоксикация в юношеском возрасте - одна из причин будущего бесплодия*



ЖЕНЩИНЫ

- **Самое частое осложнение - выкидыши до 36 недель в 2 раза чаще некурящих.**
- **Патологии при родах.**
- **Выше процент мертворожденных детей.**
- **Чаще других курильщицы не могут родить детей.**
- **Курящая женщина болеет в 3-4 раза чаще, чем некурящие!**
- **Рак матки**
- **Бесплодие**

ДЕВУШКАМ

- *От курения станет хриплым твой голос*
- *Постепенно почернеют, испортятся зубы.*
- *Кожа лица постепенно приобретет землистый цвет.*
- *Резко ухудшаются обоняние, вкусовые качества.*
- *Запах изо рта настолько неприятен, что не удивляйся, если знакомые парни будут тебя избегать.*
- *Ты будешь просыпаться с горечью во рту и головными болями оттого, что всю ночь кашляла.*
- *Курящая девушка представляет собой временную забаву, закурив, ты удешевляешь себя, унижаешь свое достоинство, делаясь легкомысленной и более доступной. И только твоя молодость не дает увидеть катастрофу, тебя ожидающую.*

В первую очередь страдают органы дыхания.

98% смертей от рака гортани,



96% смертей от рака легких,

75% смертей от хронического бронхита и эмфиземы легких обусловлены курением.

Табачный дым содержит более 4000 химических соединений, более сорока, из которых, вызывают рак, а также несколько сотен ядов, включая никотин, цианид, мышьяк, углекислый газ, окись углерода, т.д.



В сигаретном дыме присутствуют радиоактивные вещества: полоний, свинец, висмут. Пачка сигарет в день - это около 500 рентген облучения за год!



О вреде курения.



«Что такое побочный дым?»



Дым, выходящий из горящего края сигареты содержит все вредные вещества табачного дыма. А также

- в 2 раза больше никотина**
- в 3 раза больше бензопирена (канцерогенное вещество)**
- в 5 раз больше окиси углерода**

чем главная струя дыма.



НЕ КУРИТЬ



Около 79% дыма
попадает в
окружающую
среду и вдыхается
людьми,
находящимися
поблизости от
курильщика.



А кому не приходилось наблюдать картину, когда молодой отец везёт детскую коляску или даже несёт ребёнка на руках, а у него в зубах дымящаяся сигарета.

Разумеется, в этом случае ребёнок накуривается вместе с отцом, который безумно отравляет организм малыша.

Дети курящих родителей в большей степени подвержены заболеваниям органов дыхания, чем некурящих. У таких детей удваивается частота бронхитов и воспаления лёгких.



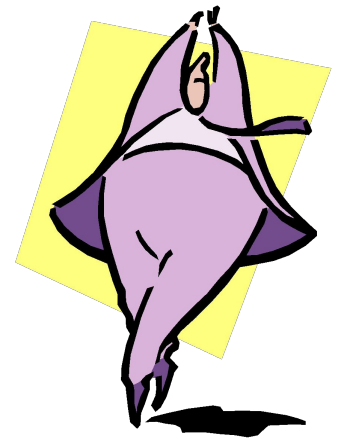
МИФЫ О КУРЕНИИ

Курящие люди дольше сохраняют стройную фигуру?

Кругом полно дымящих толстяков.

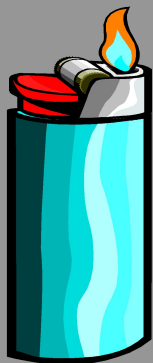
Притупляя сигаретой чувство голода, вы провоцируете развитие гастрита и язвенной болезни.

Худеть с помощью курения – это все равно что привить себе инфекционную болезнь и “таять на глазах” от нее.



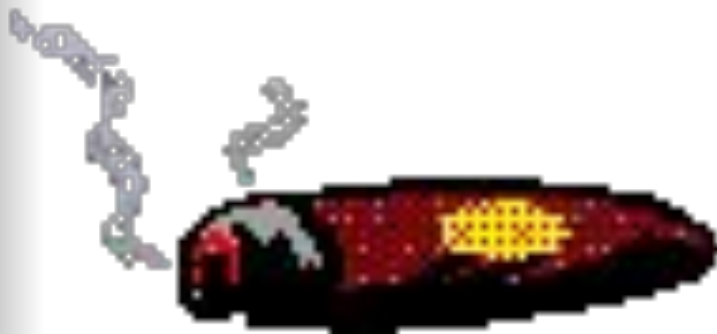
О вреде курения

История табака





Табак родом из Америки. 12 октября 1492года Христофор Колумб причалил к неизвестному острову, жители которого поднесли гостям сушёные на солнце листья, свёрнутые в трубочку. Они курили это растение, «петум» - так они его называли.





После второго похода Колумба семена табака были занесены в Испанию, а оттуда во все уголки Земного шара. Быстрому распространению способствовало удивительное свойство табака – привычная тяга к курению, с которой трудно совладать человеку.



- В Англии по указанию Елизаветы I (1585г.) курильщиков приравнивали к ворам и водили по улице с верёвкой на шее.



Царь Михаил
Фёдорович вёл
жестокую борьбу с
курильщиками:
уличая 1 раз в
курении – 60
ударов палок по
стопам; 2 раза –
резали носы, уши,
ссылали в дальние
города.

*В Россию табак завезён
английскими купцами в 1585 году
через Архангельск.*





*Пётр 1 стал внедрять
табакокурение: по его
мнению, это
способствовало
принципам западной
цивилизации.*

*Славный царь
простудился, заболел и
вследствие слабости
прокуренных лёгких
умер до срока.*

Как ведётся борьба с курением

Англия – вычитают деньги из зарплаты за время, проведенное в курительной комнате.

Дания- запрещено курить в общественных местах.

Сингапур – курение – 500 долларов штрафа. Нет рекламы на табачные изделия.

Финляндия – врачи установили 1 день – 17 ноября, когда курильщики приходят на работу без сигарет.

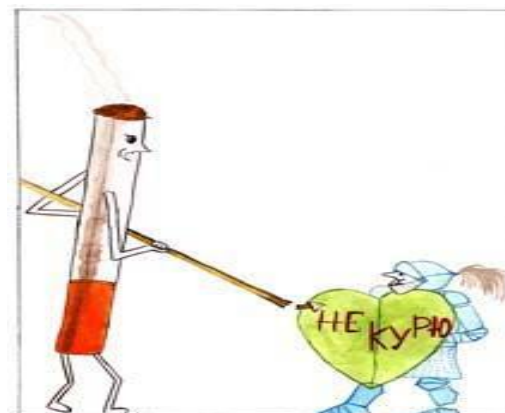
Япония – г. Ваки – решение: 3 дня в месяц без курения.

Франция – После антитабачной кампании число курильщиков сократилось более, чем на 2 млн. человек.



- *«Курение - медленное самоубийство».*
- **Скажи себе : «Нет!»**
- *Прекращать дурные привычки надо сразу.*
- *Занятия спортом укрепляют волю, делают человека бодрым, здоровым, отвлекают его от вредных наклонностей.*
- **Человек с сильной волей никогда не начнет курить!**

- *От причин, связанных с употреблением табака,*
- **умирает каждый пятый.**
- **Вдумайтесь в эти цифры и факты. Здоровье не купишь.**



Человек- это
разумное
существо.

А ты
считаешь себя
человеком?

**Не
начинай
курить!**

