



Комиссия по делам несовершеннолетних  
и защите их прав  
при Исполнительном комитете  
г. Набережные Челны



# О вреде курения

- Каждый 7-й длительно курящий человек страдает эндартериитом – тяжелым заболеванием кровеносных сосудов;
- Если человек начал курить в 15 лет, продолжительность его жизни уменьшится более чем на 8 лет;
- Выкурив 20 сигарет в день, человек дышит воздухом, загрязненность которого в 580-1100 раз превышает санитарные нормы
- Ежегодно фиксируется до 1 млн. случаев бронхиальной астмы у детей, родители которых курят.



- 4000 химических веществ, содержащихся в табачном дыме, наносят непоправимый вред здоровью не только курящих, но и тех, кто находится рядом с ними. Пассивное курение еще опаснее.



- В семьях курильщиков некурящие члены семьи в среднем на 20% чаще заболевают раком желудка, на 35% раком легких, чем в семьях, в которых не курят.

- Ежегодно фиксируется до 1 млн. случаев бронхиальной астмы у детей, родители которых курят.

- У детей, в семьях которых есть активные курильщики, почти втрое выше уровень тяжелых аллергических реакций.



# Вы курите?

## Сказали «да»

■ Юноши

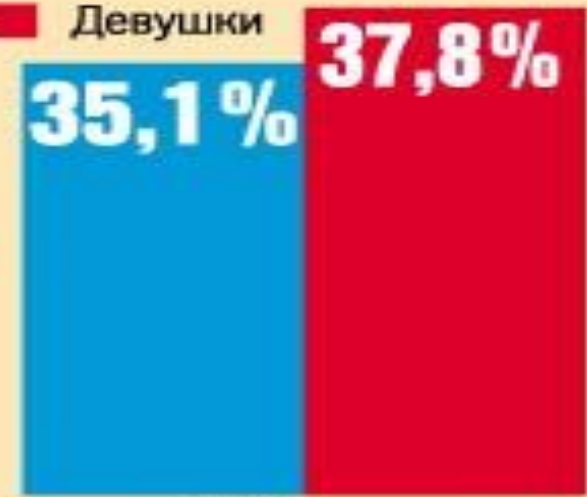
■ Девушки



7-й класс



9-й класс



11-й класс

# Сколько сигарет в день?

(в среднем)

7,8%  
Пачку и более

43%  
Примерно  
полпачки



51% До пяти  
сигарет



Указаны результаты опроса среди всех курящих старшеклассников.



# Немного истории



**Табак** - растение семейства пасленовых. В диком виде табак произрастает в Америке и в Австралии.

В начале XVII века табак начал возделываться в Голландии, чуть позже в Англии, потом в Германии. В России табак получил широкое распространение благодаря Петру Первому.

Традиция **табакокурения** зародилась у американских индейцев еще за несколько веков до нашей эры. Спустя почти полторы тысячелетия - в 15 веке курение было распространено уже по всей Северной и Южной Америке и вошло в повседневную бытовую практику.



# Почему люди начинают курить?

Многие считают курение привычкой, полагая, что бросить курить очень легко, что это только вопрос волевого усилия.

Это неверно по двум причинам.


Во-первых, привычки иногда очень трудно изменить.

Во-вторых, курение это не просто привычка, а также определенная форма наркотической зависимости.


Курение - это привычка. Ничто не мешает человеку закурить очередную сигарету, и это все еще остается социально приемлемым во многих местах.







Очень скоро курение становится  
заядлой привычкой. Средний  
курильщик делает около 200  
затяжек в день.



Это составляет  
примерно 6000 в  
месяц, 72 000 в год и  
свыше 2 000 000  
затяжек у 45-летнего  
курильщика, который  
начал курить в  
возрасте 15 лет.



# ЧЕМ ВРЕДНО КУРЕНИЕ?

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.



Здоровая ткань легкого



Больная ткань легкого

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

В сигаретном дыме присутствуют радиоактивные вещества:

**полоний, свинец, висмут.**



**Пачка сигарет в день - это около 500 рентген облучения за год! Температура тлеющей сигареты 700 - 900 градусов! Легкие курильщика со стажем - черная, гниющая масса**

# Что содержится в сигарете?

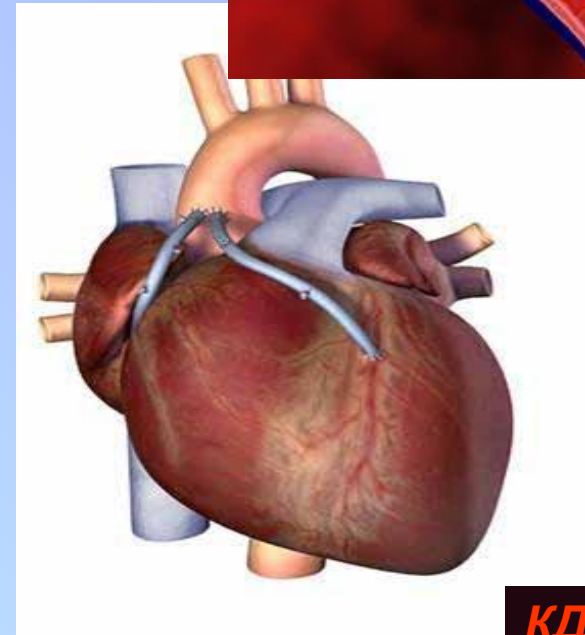
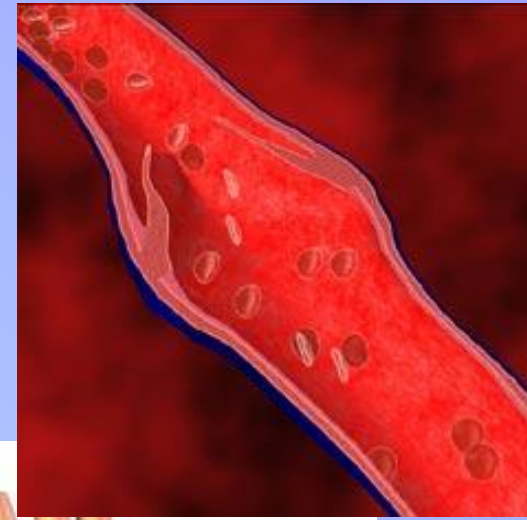
- В дыме **одной сигареты** содержится:
  - 6 мг никотина,
  - 1,6 мг аммиака,
  - 25 мг угарного газа,
  - 0,03 мг синильной кислоты,
  - 0,5 мг пиридина, формальдегид,
  - радиоактивные вещества: полоний, свинец, висмут, смолы и деготь и др.
- Значительная часть уходит в окружающую среду.
- Дым сигарет вреден окружающим.
- Каждая сигарета отнимает **от 5 до 15 минут жизни!**
- **20** ежедневно выкуриваемых сигарет сокращает жизнь на **8-12 лет!**





# НИКОТИН

- *Возбуждает центральную нервную систему.*
- *Спазм кровеносных сосудов, ухудшение кровоснабжения клеток мозга.*
- *Повышает артериальное давление крови и увеличивает работу сердца.*
- *В целом создает субъективные ощущения повышения работоспособности.*



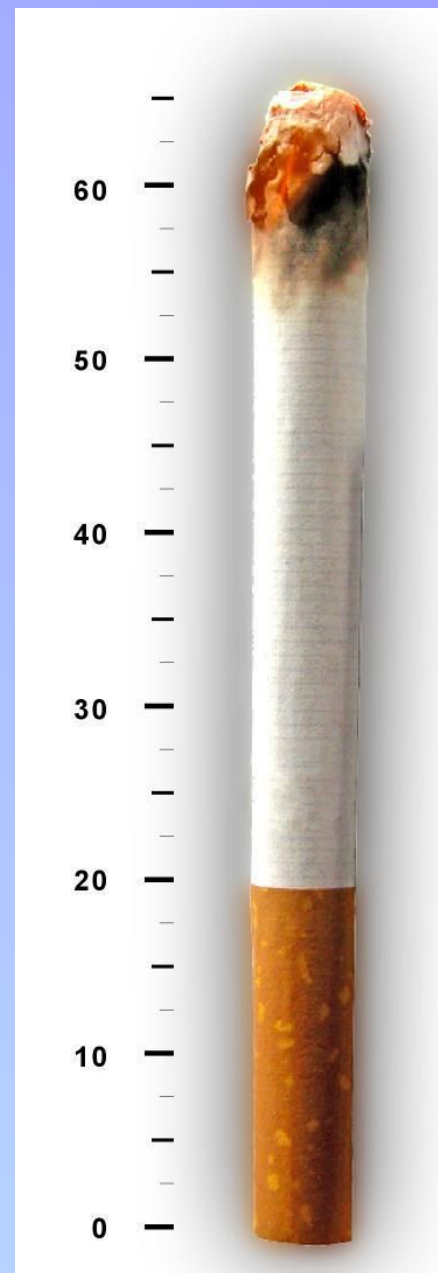
*Никотин - это наркотик. А это означает,  
что с каждым годом тебе будет все труднее!*



# АММИАК

- Раздражает слизистые оболочки вызывая боли в желудке.
- Происходит **слезотечение**, повышенное отделение **мокроты**.
- Вызывает **удушьё**, **головокружение**.
- Снижается сопротивляемость легких к инфекционным заболеваниям, в частности к **туберкулезу**.

Из 100 случаев заболеваний туберкулеза - **95** приходится на курильщиков





# СИНИЛЬНАЯ КИСЛОТА

- Легко проникает в кровь (снижает способность клеток воспринимать кислород).
- Первыми страдают **нервные клетки**.
- При большой дозе проявляется отравление: за сильнейшим возбуждением ЦНС наступает **паралич, останавливается дыхание, а затем и сердце**.



# МЕТАНОЛ    ФОРМАЛЬДЕГИД

- это очень ядовитое  
вещество, вызывающее  
тяжелое **отравление,**  
**слепоту, смерть.**



- это ядовитое  
вещество,  
вызывающее боль в  
груди, **кашель,**  
**бронхит,**  
**конъюнктивит,**  
**сильные отеки**  
**КОЖИ...**

# СЕРОВОДОРОД

- это токсическое вещество, вызывающее острую кислородную недостаточность, приводящую к поражению нервной системы.

# АЦЕТАЛЬДЕГИД

- это ядовитый пар, раздражающий глаза, дыхательные пути, вызывающий удушье и головную боль.





# РАДИОАКТИВНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ

*Изотопы полония являются первопричиной **рака легких**. Человек, выкуривающий в день пачку сигарет, получает дозу облучения в **3,5 раза** больше дозы, принятой международным соглашением по защите от радиации.*

## *Радиоактивный свинец и висмут:*

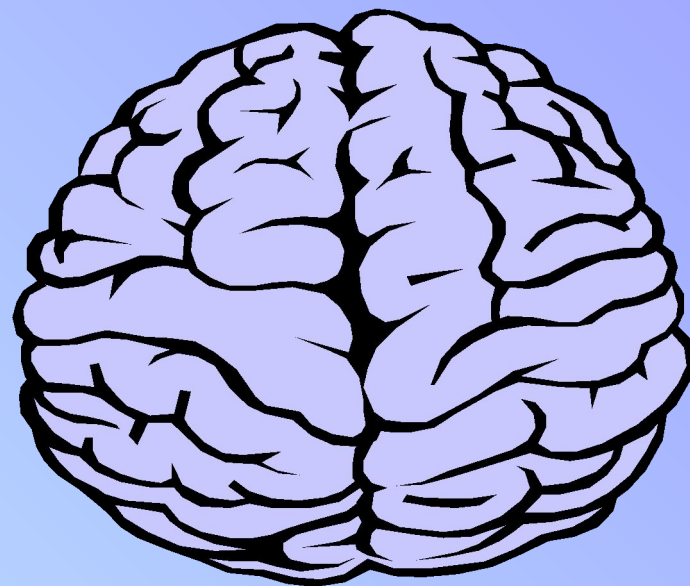
- расстройство сна и аппетита;*
- нарушение деятельности желудка и кишечника*  
*повышенная раздражительность;*
- плохая успеваемость;*
- отставание в физическом развитии.*



# ВЛИЯНИЕ НИКОТИНА НА ЧЕЛОВЕКА

## Нервная система

- Никотин в первой короткой фазе расширяет сосуды мозга (создает обманчивое впечатление улучшения умственной деятельности), затем резко сужают их.
- Отравляет клетки мозга (ухудшается память, зрение, умственная работоспособность, появляется бессонница, головные боли).
- Курящие ученики отстают в учебе, становятся нервными, рассеянными, ленивыми, грубыми и недисциплинированными.
- Развиваются нервные заболевания – невралгии, невриты, плекситы (заболевания нервных узлов – сплетений).





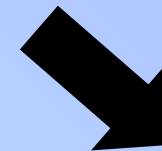
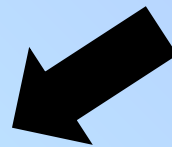
**Легкие**



**Желудок**

**НИКОТИН  
наносит  
удар**

**Сердце**





# Дыхательная система

## Хронические заболевания

дыхательных органов: бронхит, астма, гибель эпителия, усиленное выделение слизи, воспаление голосовых связок.

**Туберкулез легких** (из 100 случаев заболевания туберкулезом 95% - курильщики)

**Рак легких** (почти 97% больных раком – курильщики,

**Рак гортани** (в 6 – 10 раз больше).

■ Легкие не курящего человека



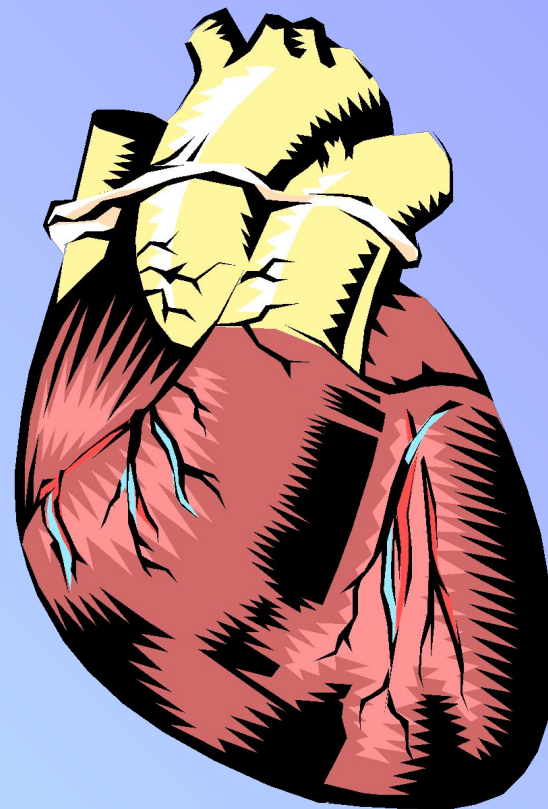
■ Легкие курящего человека





# КРОВЕНОСНАЯ СИСТЕМА

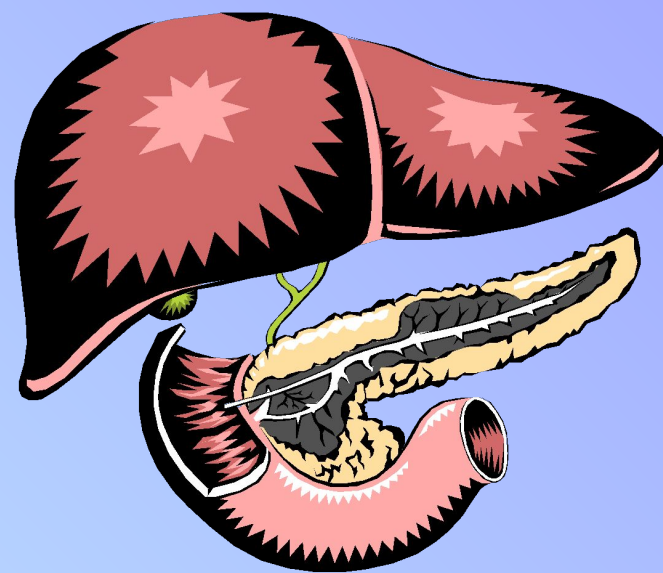
- Снижается количество эритроцитов и гемоглобина;
- **Стенокардия** у курильщиков чаще в 13 раз;
- **Инфаркт** миокарда чаще в 13 раз (особенно у лиц до 40 лет);
- **Острый инфаркт миокарда** (у курильщиков до 35 лет, у 80% курящих со школьной скамьи).
- Курение способствует возникновению атеросклероза, гипертонической болезни, кровоизлияния в мозг.





# ПИЩЕВАРИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

- Развивается **кариес**;
- Ухудшается аппетит, обоняние, вкус извращается;
- Возникают спазмы желудка, кишечника, кишечная непроходимость (**парез**) кишечника ведет к смерти;
- Развивается хронический **гастрит, колит, язвенная болезнь** желудка и 12- перстной кишки (в 10 раз чаще);
- Приводит к **циррозу печени**;
- Развивается **рак полости рта, пищевода, поджелудочной железы**.



# ВЫДЕЛИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

- Развитие **хронических болезней почек и мочевого пузыря**, вплоть до рака мочевого пузыря;

(В моче образуется **бензапирен** – канцерогенное химическое соединение, вызывающее рак.

Это вещество обнаруживается и у пассивных курильщиков)

- **Рак почек** (встречается у курильщиков в 5 раз чаще)

# ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

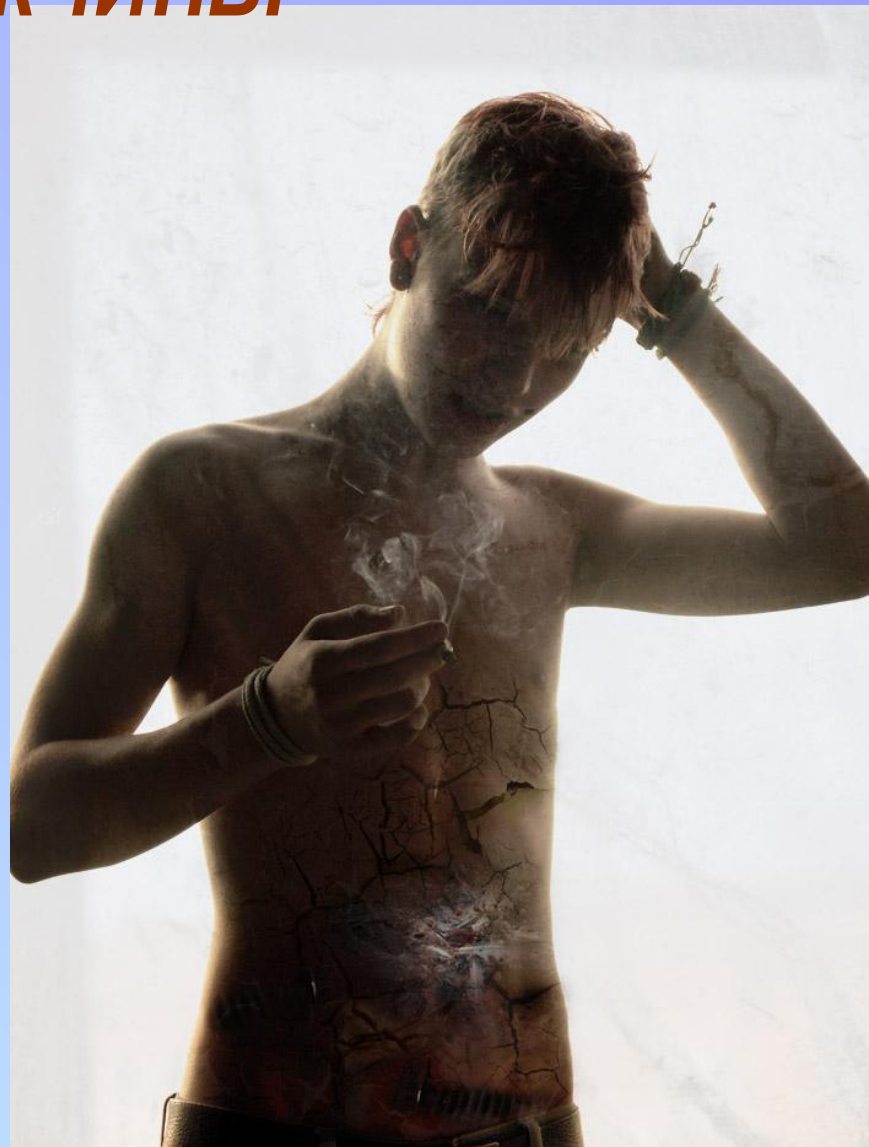
- Ухудшение кровоснабжения из-за спазма кровеносных сосудов приводит к снижению работоспособности мышц (может привести к самопроизвольной **гангрене** конечностей);
- **Эндартериит** - перемежающаяся хромота, часто требующая **ампутации ног**.  
*Никотин действует как яд курара, парализующий мышечную систему (страдает каждый 7 курильщик)*





# ПОЛОВАЯ СИСТЕМА МУЖЧИНЫ

- **Курение, начатое в любом возрасте, отрицательно влияет на половую функцию.**
- **Никотиновая интоксикация в юношеском возрасте - одна из причин будущего **бесплодия**.**
- **Увеличивается количество уродливых, неполноценных сперматозоидов.**
- **Угнетает центры эрекции, резко **снижает** влечение мужчин.**
- **Лечение импотенции возможно тогда, когда больной бросит курить.**



**Обратите  
внимание!**

Пагубно влияя на  
половые железы,  
никотин  
способствует  
развитию у  
мужчин половой  
слабости -

**ИМПОТЕНЦИИ!!!**



# 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





# Роди здорового малыша !



Курение женщин во время беременности может внести нежелательные изменения в ДНК их детей и внуков и привести к **врожденной патологии**

# ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ДРУГИЕ СИСТЕМЫ

**“Кожа” –преждевременное старение кожи, сухость, землистый оттенок, бледность, морщины, дряблость. Кожа теряет свою эластичность и свежесть. Женщины-курильщицы в 25 лет выглядят намного старше ровесниц.**

**“Железы внутренней секреции” – нарушаются нормальные функции всех желез, развивается сахарный диабет. “Обмен веществ” – снижается, развивается витаминная недостаточность.**



# НАДО ЛИ КУРИТЬ?!

Хотите подарить себе 8 лет жизни, бросьте курить. Именно настолько дольше по сравнению с курильщиками живут те, кто не имеет этой пагубной привычки.

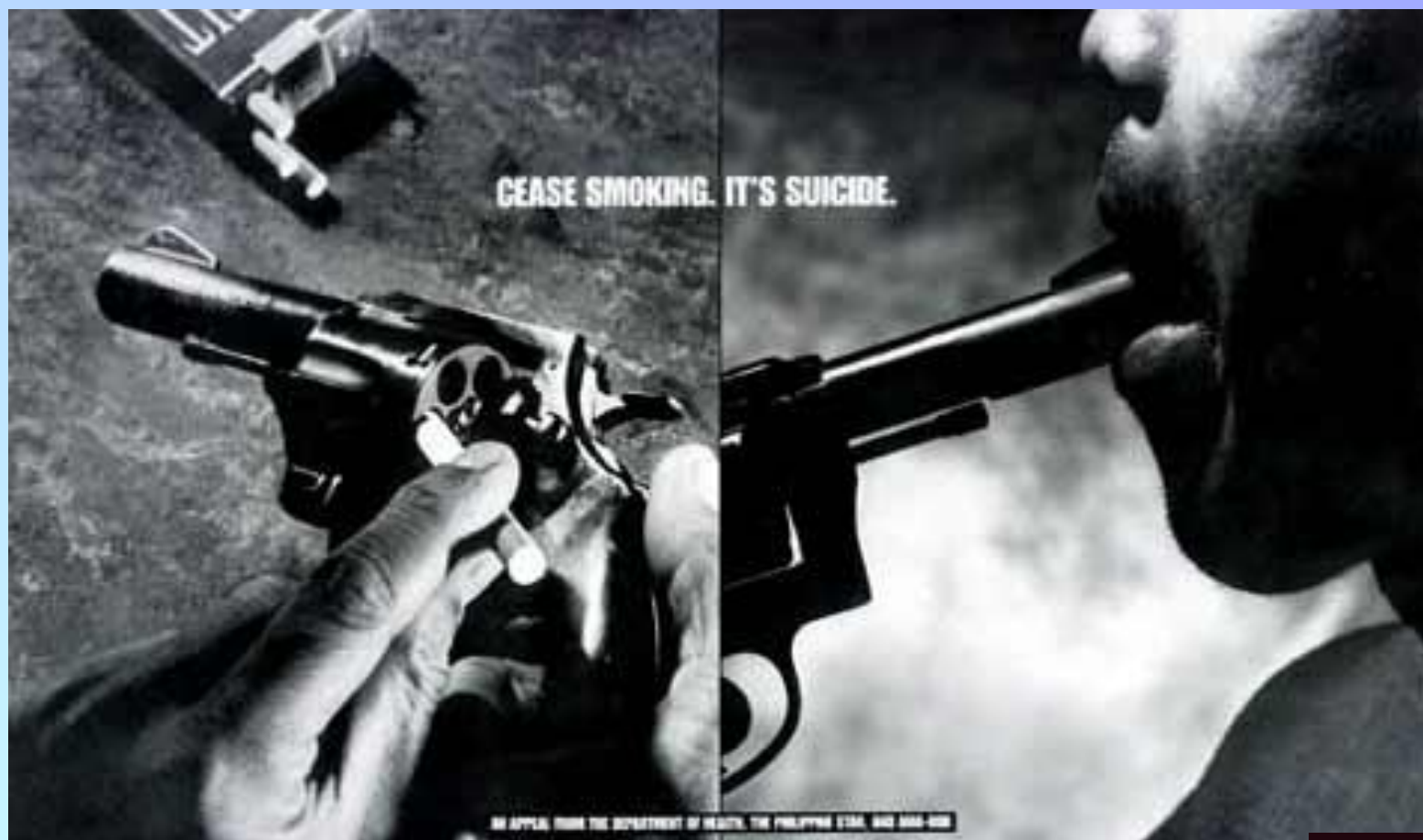


**8 лет жизни**

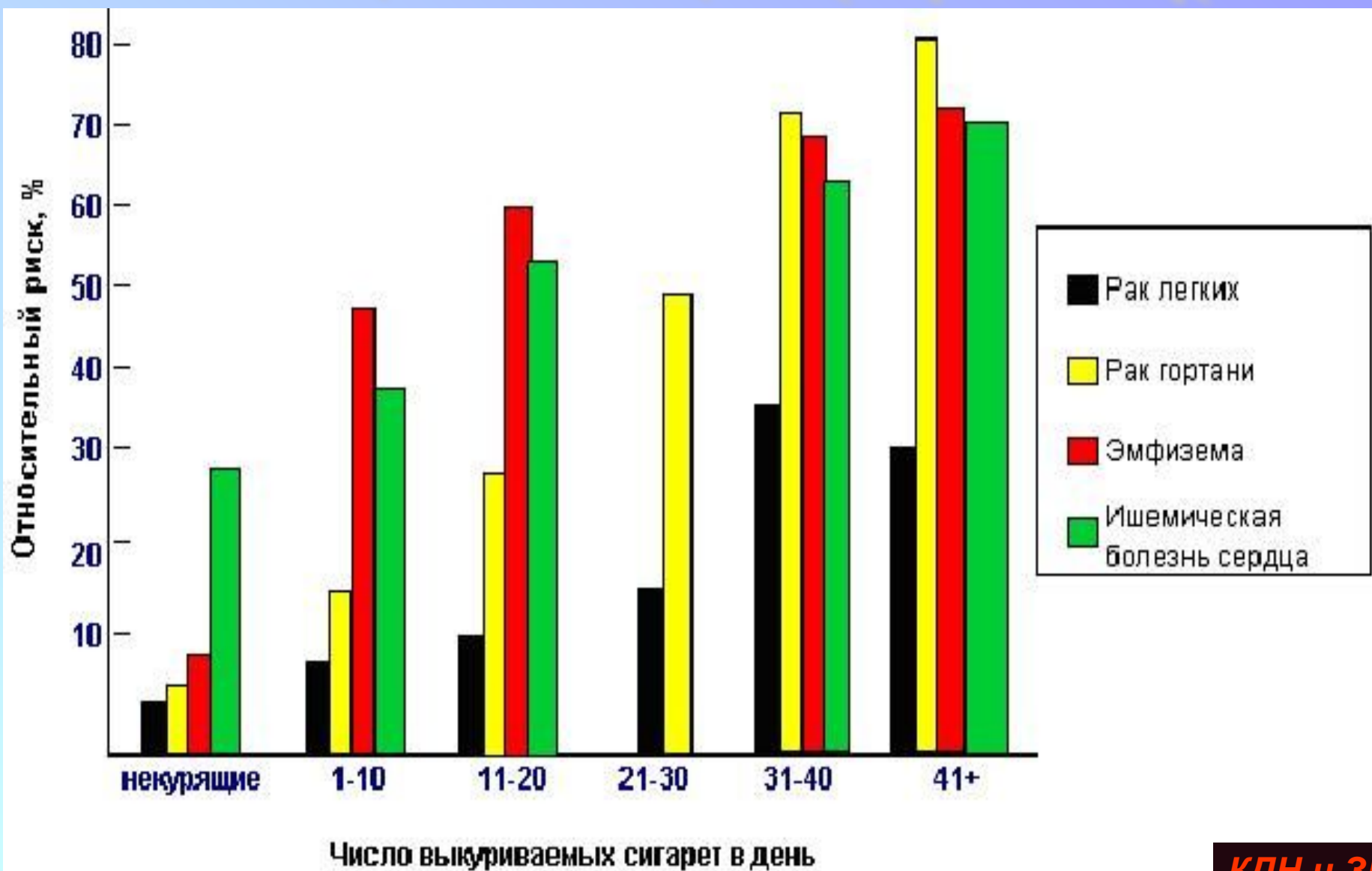
**И МОЛОДОСТЬ —  
В ПОДАРОК**



# Стоит ли продолжать?



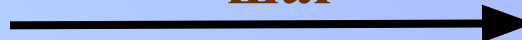
# Заболевания, возникающие в результате курения



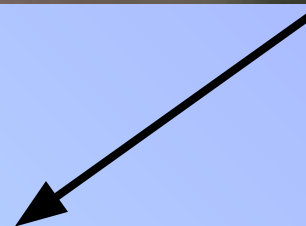
# Табак - это НАРКОТИКИ



Первый шаг



Табак – один из наиболее распространенных наркотиков



Последний шаг



# НЕ КУРИТЕ!

**Поверьте в себя. Поверьте, что вы можете бросить курить. Вспомните самые сложные вещи, которые вы делали и осознайте, что у вас есть сила воли и решимость бросить курить. Все зависит от Вас.**



Andrei4eg

# Не курите!

# Не убивайте своё будущее и будущее России!

