



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

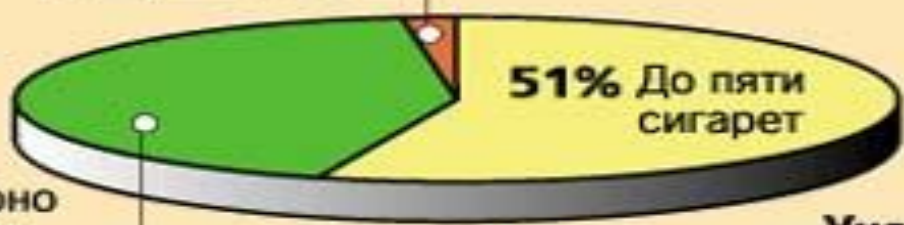
Сколько сигарет в день?

(в среднем)

7,8%
Пачку и более

51% До пяти
сигарет

43%
Примерно
полпачки



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

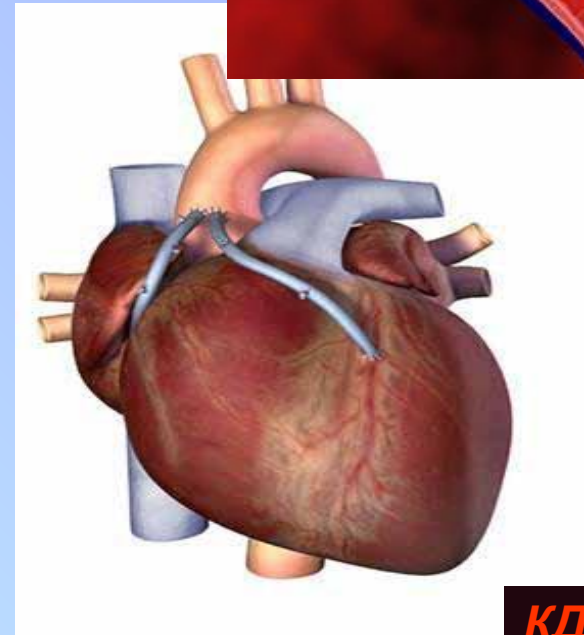
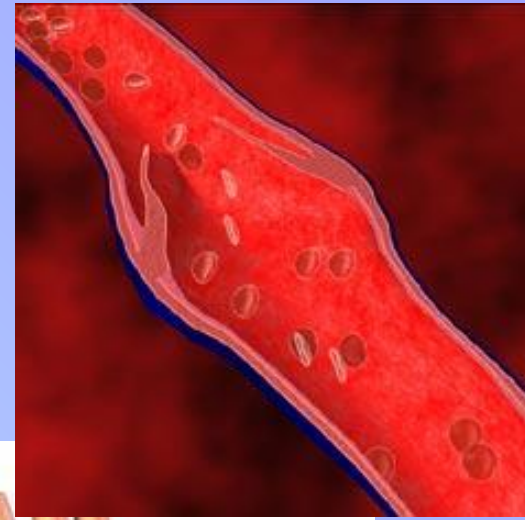
Что содержится в сигарете?

- 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.*



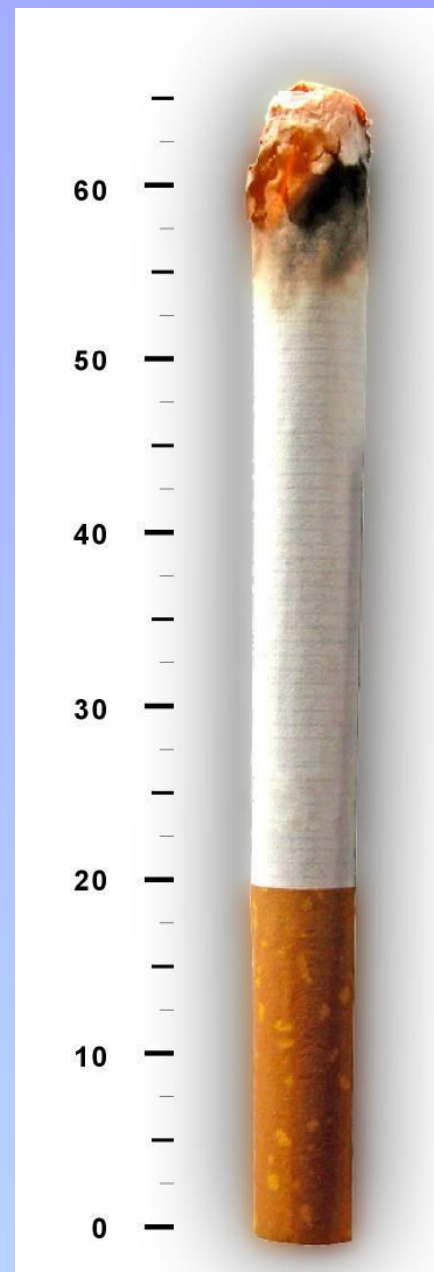
*Никотин - это наркотик. А это означает,
что с каждым годом тебе будет все труднее!*



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).





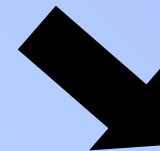
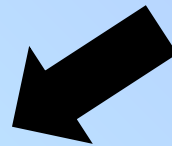
Легкие



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

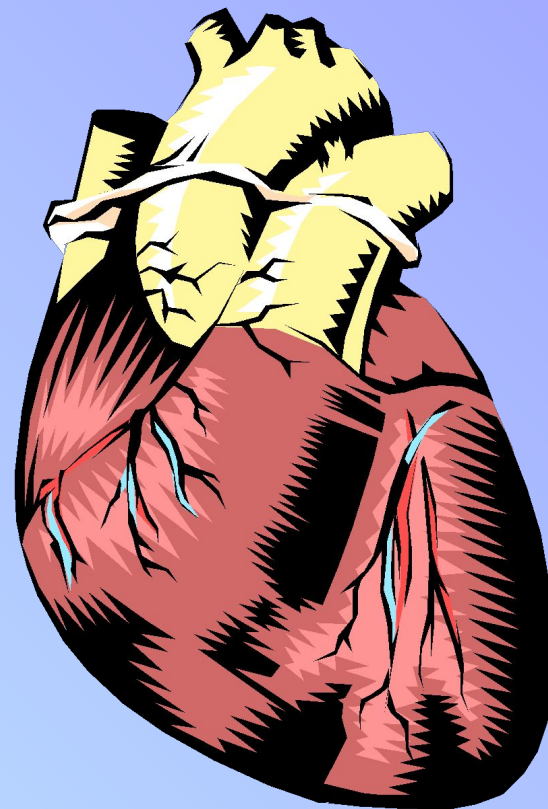


■ Легкие курящего человека



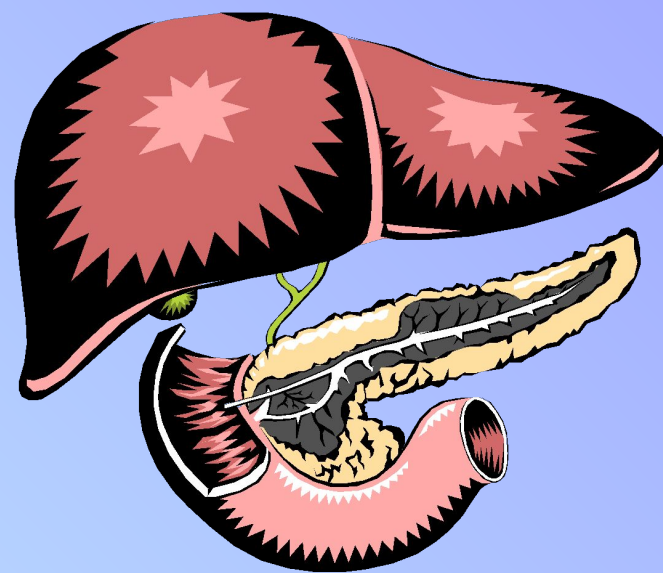
КРОВЕНОСНАЯ СИСТЕМА

- 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;

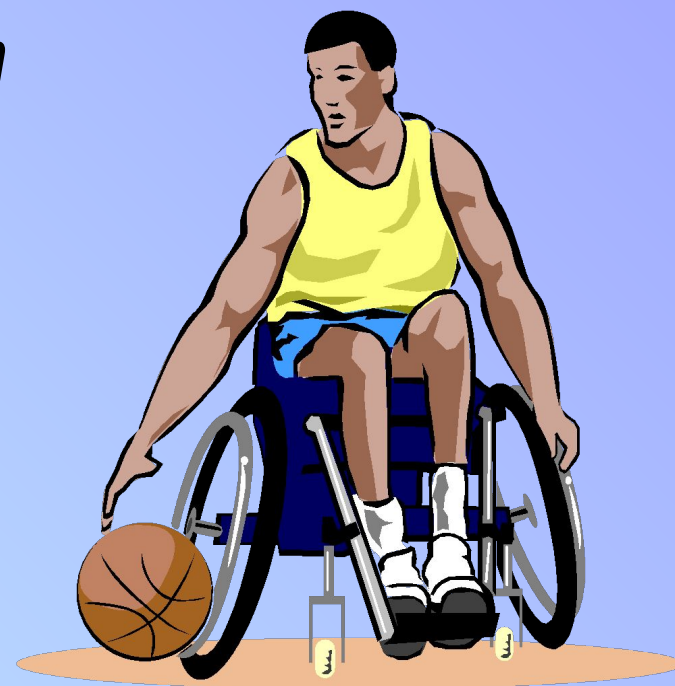
(В моче образуется **бензапирен** – канцерогенное химическое соединение, вызывающее рак.

Это вещество обнаруживается и у пассивных курильщиков)

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

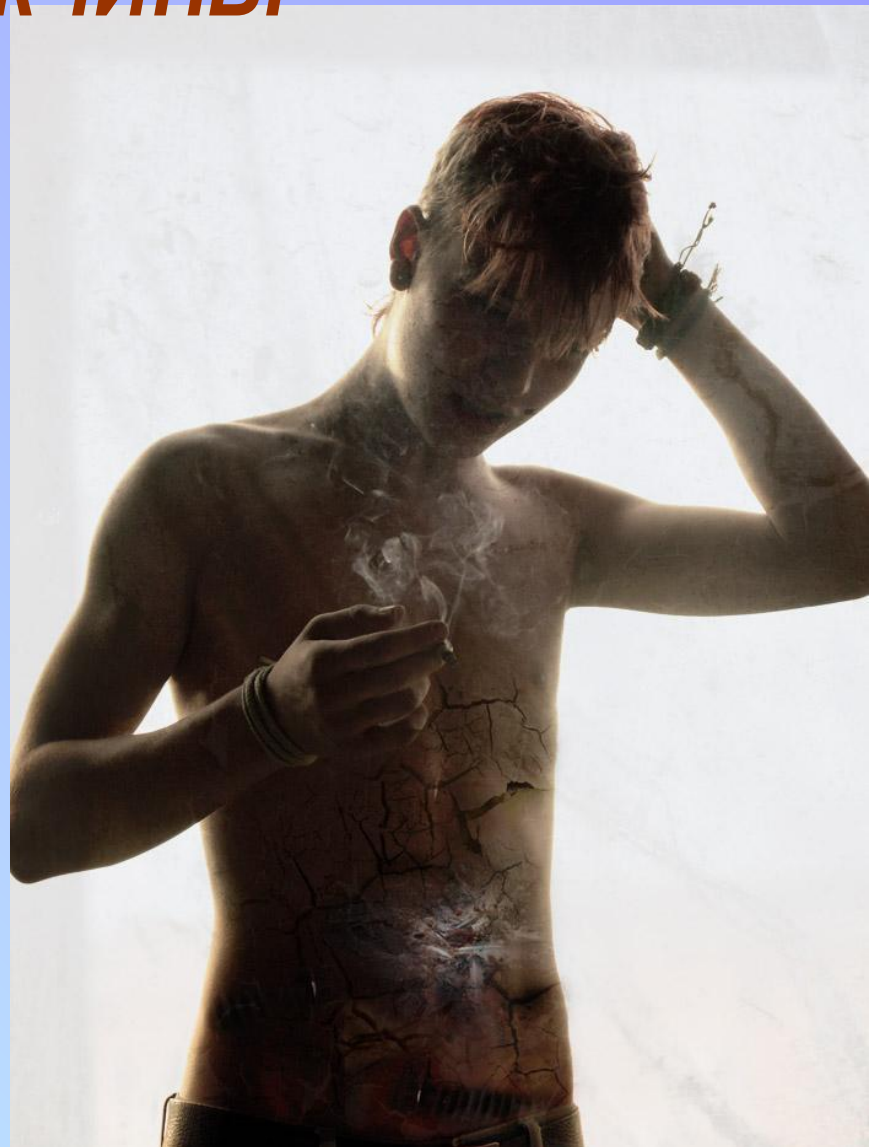
ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

- 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?!

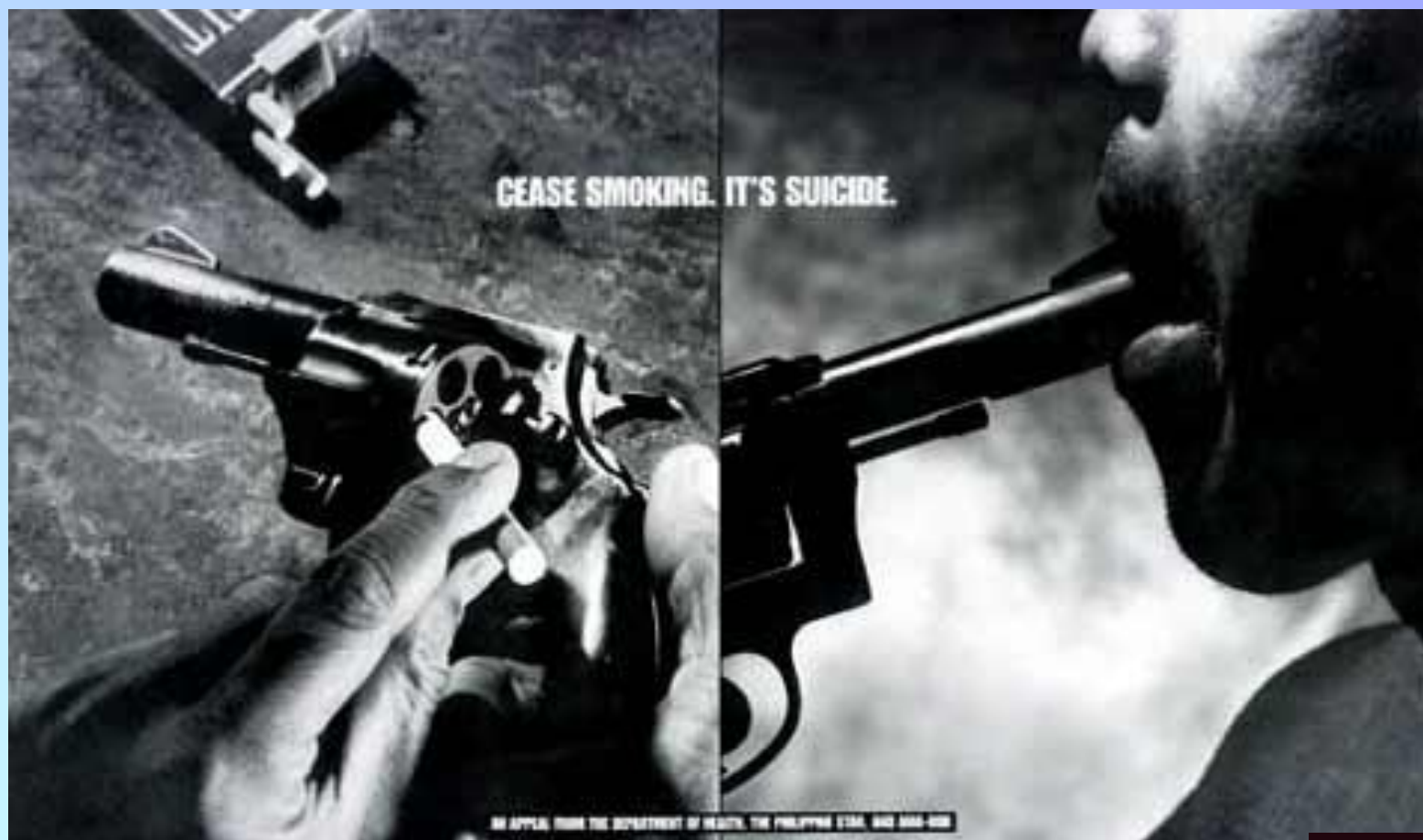
Хотите подарить себе 8 лет жизни, бросьте курить. Именно настолько дольше по сравнению с курильщиками живут те, кто не имеет этой пагубной привычки.



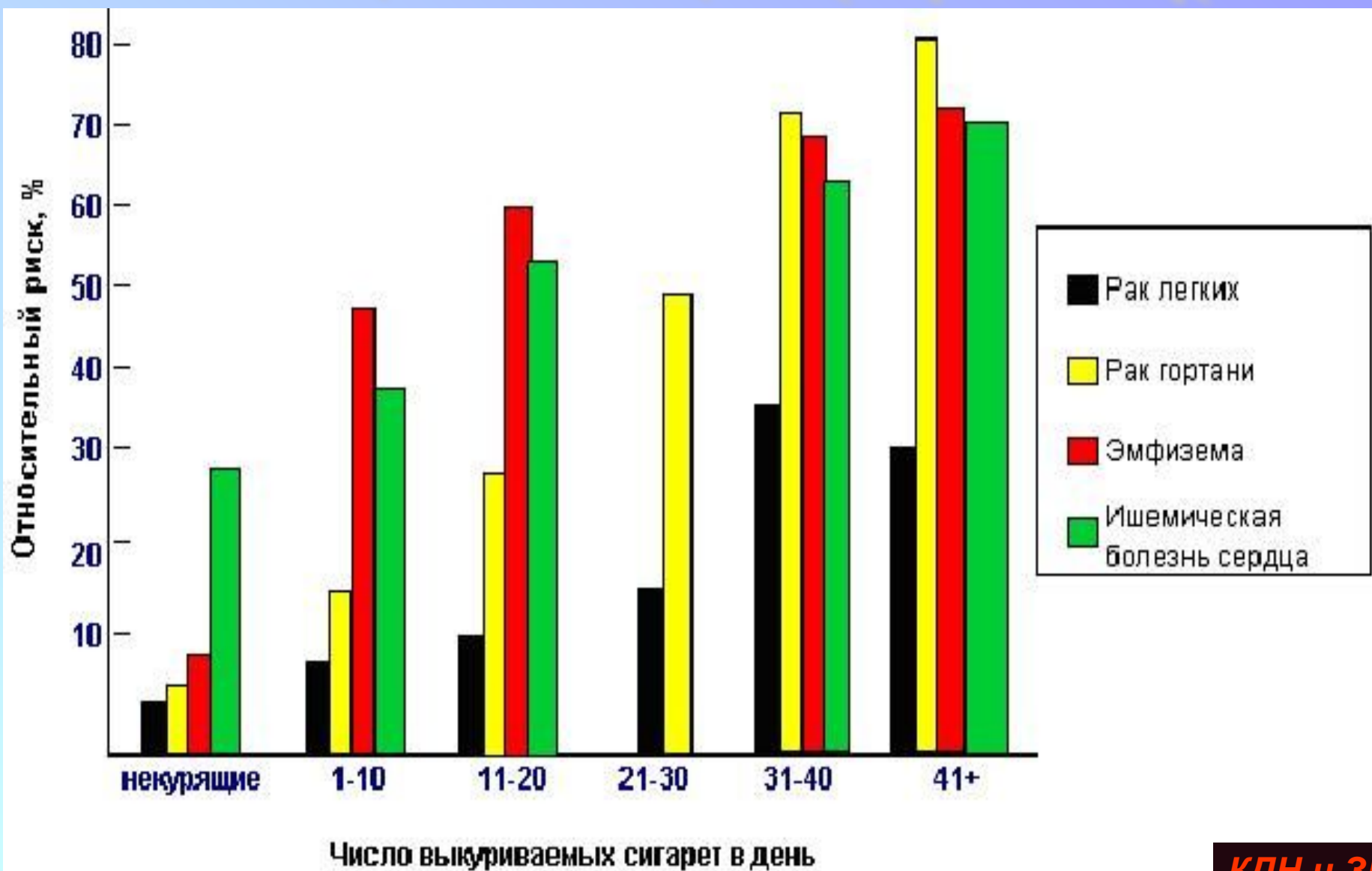
8 лет жизни

**И МОЛОДОСТЬ —
В ПОДАРОК**

Стоит ли продолжать?



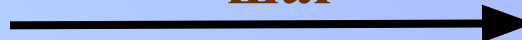
Заболевания, возникающие в результате курения



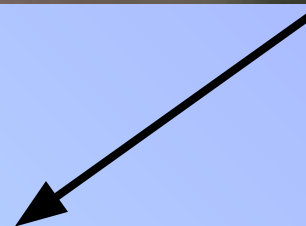
Табак - это НАРКОТИКИ



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.



Не курите!

Не убивайте своё будущее и будущее России!

