

# Профилактика табакокурение



Вахрушев Елизавета  
и Галицына Татьяна  
9В



**Приобрести какую-либо зависимость достаточно просто, а избавиться от неё уже затруднительно.**

**Именно поэтому государство, институты семьи, образования, здравоохранения заинтересованы в том, чтобы проводилась работа по профилактике курения, особенно среди детей.**



# Психологические и медицинские исследования доказывают, что зависимость от никотина имеет массу негативных последствий для организма человека

## Так убивает курение!

▲ Рак легких – 90%\*  
Бронхит 75%\* ▼

▲ Ишемическая болезнь: инфаркт и инсульт – 25%\*  
Рак желудка – 30%\* ▼

The illustration shows a man from the chest down, with his internal organs (lungs, heart, liver, stomach, intestines) exposed. He is smoking a cigarette and holding a glass of beer. Four inset diagrams illustrate the damage caused by smoking: 1. Lungs: Shows a cross-section of the lungs with a large tumor and inflamed airways. 2. Brain: Shows a cross-section of the brain with a tumor and a magnified view of a blood vessel. 3. Heart: Shows a heart with a large tumor and a magnified view of a blood vessel. 4. Stomach: Shows a cross-section of the stomach with a large tumor and a magnified view of a blood vessel.

# Мероприятий, которые способны предотвратить привыкание к вредному источнику:

- Активные занятия спортом
- Высокий уровень занятости
- Беседы и другие информационные мероприятия
- Ограничение возможностей приобрести или выкурить сигареты
- Демонстрация серьёзных проблем
- Демонстрация положительных примеров



# ВРЕД КУРЕНИЯ

ухудшение кровоснабжения мозга — головные боли, снижение памяти, утомляемость

600°C

**ЯД**

никотин	аммиак
угарный газ	мышьяк
синильная кислота	радиоактивные вещества

А/Д выше нормы на 20—50 мм рт. ст.

спазм сосудов, инфаркт миокарда

понижение способности гемоглобина присоединять кислород

сужение просвета сосудов, гангрена нижних конечностей

