

# 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 in a white shirt holding a cigarette and a glass of beer. His torso is cut away to reveal internal organs: lungs, heart, stomach, and intestines. Several circular insets provide detailed views of specific health issues: 1) A cross-section of the lungs showing cancerous growths and bronchitis. 2) A brain scan showing a stroke. 3) A heart with a blocked artery, representing ischemic disease. 4) A stomach with a tumor, representing gastric cancer. 5) A close-up of the digestive system showing inflammation and ulcers.

# 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



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

