

Как курение вредит нашему здоровью



ВОТ ЧТО ПРЯЧЕТСЯ В СИГАРЕТЕ

Формальдегид

Он развивает рак, повреждает легкие, кожу и пищеварительную систему. Этот химикат применяется в бальзамировании тел умерших

Свинец

Из-за отравления свинцом у курильщика возникает рвота, повреждаются клетки мозга и замедляется рост

Ацетон

Один из главных составных в химикате для снятия лака с ногтей

Мышьяк

Из-за этого смертельного яда у курильщика горят губы и плохо пахнет изо рта

Бензопирен

Вы найдете его в угольной смоле и в сигаретном дыме. Он является одним из самых сильных химикатов, способствующих развитию рака

Гликолы пропилен

Табачная промышленность утверждает, что она добавляет его в табак, чтобы он не высыхал

These are some of the harmful chemicals smokers inhale.

Бензин

Его можно залить на любой бензоколонке

Аммоний

Он помогает усваивать табак, из-за чего курильщики становятся все более пристрастны к нему

Кадмий

Повреждает печень, почки и мозг. Он остается в организме курильщика долгие годы

Бутан

Легковоспламеняющееся вещество, главный компонент различных горючих веществ

Фенол

Химикат, используемый как дезинфицирующее средство наподобие того, что используется при уборке лабораторий

Толуол

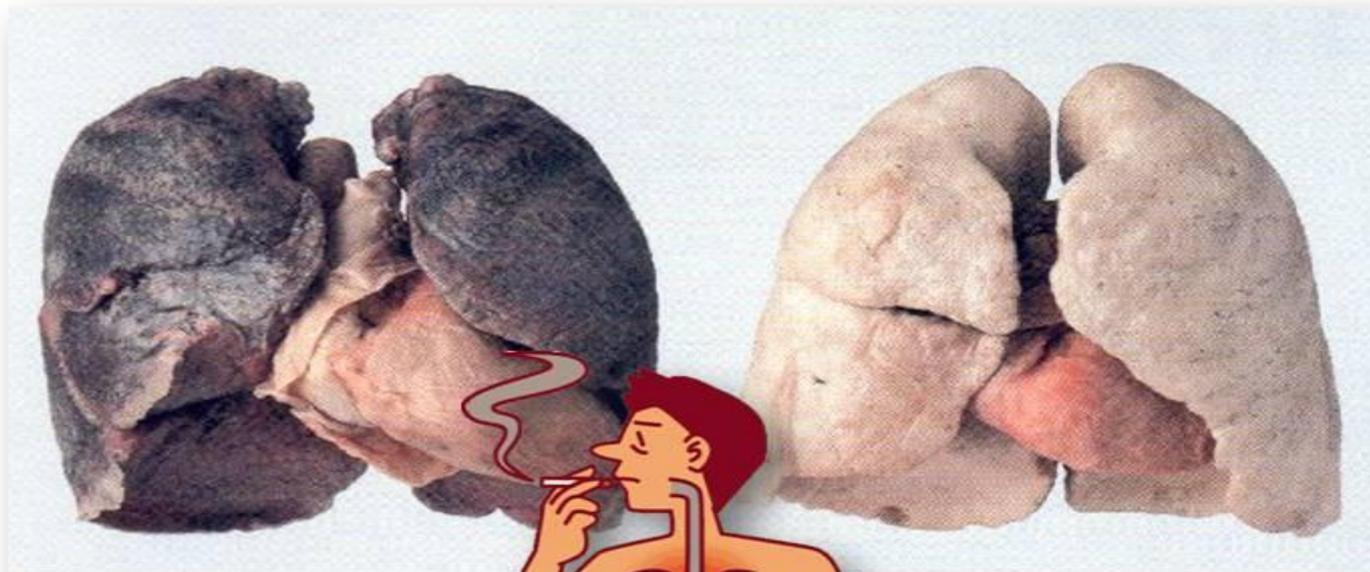
Толуол сильно токсичен. Он часто применяется в красках с целью уменьшения толщины слоя краски при нанесении на поверхность



Как курение портит лёгкие

Что опасно для органов дыхания

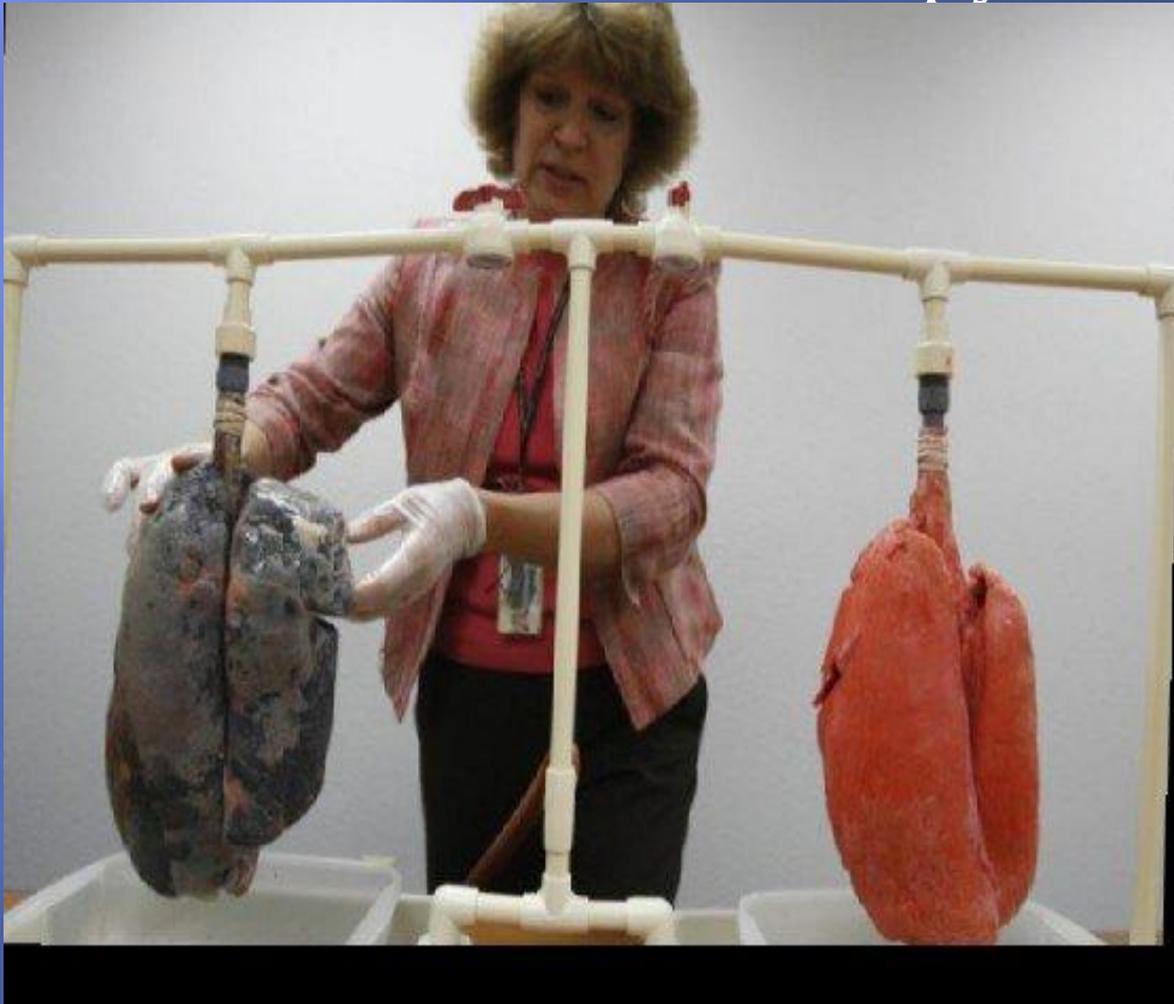
Частицы дыма оседают на стенках легочных пузырьков и мешают поступлению кислорода в кровь. Вместе с дымом сигареты в легкие курильщика и находящихся рядом людей попадает яд – **НИКОТИН**.



Легкие
курильщика

Легкие некурящего
человека

- Лёгкие курящего становятся серо-чёрного цвета
- Дышать становится затруднительно



Биологи



Курящий с жадностью затягивается ароматным дымом, не задумываясь, конечно, о том, что вызывает в организме каждая подобная затяжка. Значительные перепады температуры во время курения отражаются на состоянии зубной эмали.



Почему молодежь курит?



- * считают, что курение успокаивает «нервы»;
- * хочется;
- * привыкли;
- * получают удовольствие;
- * стадный инстинкт – «Все друзья курят и я с ними за компанию».



ГЛИЦЕРИН

Используется в парфюмерии для смягчения кожи и в пищевой промышленности как загуститель. Вызывает сухость во рту. Может ухудшать состояние кровеносных сосудов и нарушать кровообращение. Является хорошей средой для развития бактерий.



НИКОТИН

Алкалоид естественного происхождения (в электронных сигаретах синтетический). Угнетает нервную систему, ухудшает зрение, вызывает поражение органов пищеварения. Вызывает выработку адреналина, что повышает нагрузку на сердце. Провоцирует выработку дофамина – гормона удовольствия, что дает основания считать никотин наркотическим веществом.



ПРОПИЛЕНГЛИКОЛЬ

Используется как пищевая добавка. Может вызывать заложенность носа, кожную сыпь и прочие аллергические реакции.



АРОМАТИЧЕСКИЕ ДОБАВКИ

Вызывают ускоренное всасывание никотина в кровь и тем самым усиливают его поражающе действие.



МЕТАЛЛЫ, В ЧАСТНОСТИ, НИКЕЛЬ

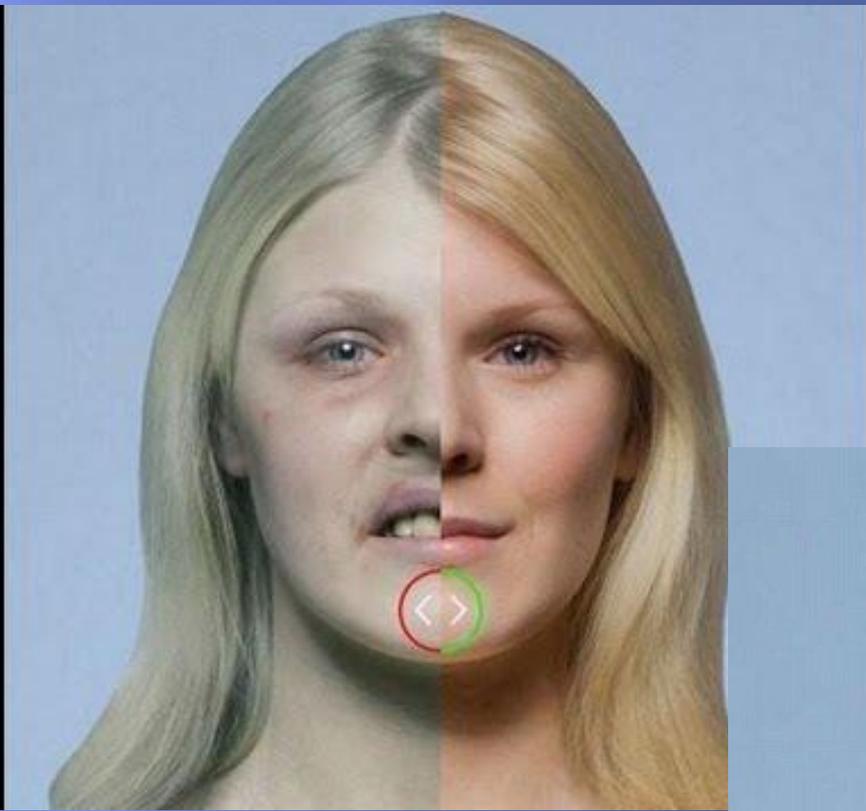
Могут вызывать интоксикацию организма.

Вред электронной сигареты

БРОСАЙ



КУРИТЬ!!!



A circular anti-smoking sign. It features a thick red border with a white center. In the center, two cigarettes are crossed in an 'X' shape. The top halves of the cigarettes are white with lit tips, and the bottom halves are brown. A white rectangular box with a red border is superimposed over the center of the cigarettes. Inside this box, the text "Я ПРОТИВ КУРЕНИЯ!" is written in bold, black, uppercase Cyrillic letters. The sign is set against a white background.

**Я ПРОТИВ
КУРЕНИЯ!**

- Не начинай курить!
- Подумай, хочешь ли ты подвергнуть свой организм таким испытаниям
- Бросай курить, пока ещё не поздно!

Вывод:

- Курение опасно для нашего здоровья. 🚫
- Лучше заниматься спортом, чем курить. 😊

