

Нижнетагильский филиал ГБПОУ «Свердловский областной Медицинский колледж»

# Курению скажем – НЕТ!

Выполнила: Абдуллина Карина  
Студентка 3 курса  
395 группы  
Руководитель: Костромитина Ю.  
Ю



**КУРЕНИЕ ИЛИ НИКОТИНОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ –  
САМАЯ РАСПРОСТРАНЕННАЯ НА ЗЕМЛЕ.  
В РОССИИ КУРЯТ 65% МУЖЧИН И 30%  
ЖЕНЩИН.**



По определению  
Всемирной  
Организации  
Здравоохранения:

Курение – «заразная»  
болезнь,  
передающаяся через  
рекламу  
производителей  
табачной продукции.



### Основные причины курения:

- сигарета помогает нерешительным людям легче адаптироваться в незнакомой обстановке;
- курение помогает уйти на время от проблем, которые слабовольный человек не в состоянии решить самостоятельно.

Курение подростков –  
стремление доказать всем,  
что он уже взрослый.

Курящие школьники  
становятся  
раздражительными,  
неаккуратными, жалуются  
на плохую память и плохие  
оценки, у них снижается  
слух и сообразительность.



Никотин мешает развиваться интеллекту.  
Ребенок, начавший курить в 10 лет, может не закончить школу из-за снижения интеллекта.





# ВРЕДНЫХ ВЕЩЕСТВ В ТАБАКЕ - 1200.



ЗДОРОВЬЕ - как свежий воздух -

пока оно есть, его не замечаешь!

[motivators.ru](http://motivators.ru)



НИКОТИН – ЯД  
РАСТИТЕЛЬНОГО  
ПРОИСХОЖДЕНИЯ.

СМЕРТЕЛЬНЫЕ ДОЗЫ  
НИКОТИНА:

$\frac{1}{4}$  КАПЛИ НИКОТИНА  
УБИВАЕТ КРОЛИКА,

$\frac{1}{2}$  КАПЛИ – СОБАКУ,

КАПЛЯ НИКОТИНА  
СМЕРТЕЛЬНА ДЛЯ 3  
ЛОШАДЕЙ.

ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА  
СМЕРТЕЛЬНАЯ ДОЗА - ОТ 50  
ДО 100 МГ (2-3 КАПЛИ)  
ОДНОМОМЕНТНОГО  
ПОСТУПЛЕНИЯ В ОРГАНИЗМ  
(20-25 СИГАРЕТ).





## В ТАБАЧНОМ ДЫМЕ СОДЕРЖАТСЯ:

ОКИСЬ УГЛЕРОДА (УГАРНЫЙ ГАЗ), КОТОРАЯ СОЕДИНЯЕТСЯ С ГЕМОГЛОБИНОМ (ВМЕСТО КИСЛОРОДА), СОДЕРЖАНИЕ КИСЛОРОДА ПРИ ЭТО СНИЖАЕТСЯ;

АММИАК – РАЗДРАЖАЕТ СЛИЗИСТУЮ ОБОЛОЧКУ РТА, ГОРТАНИ, ТРАХЕИ. ВОЗНИКАЮТ ВОСПАЛЕНИЯ РОТОВОЙ ПОЛОСТИ, ОХРИПЛОСТЬ ГОЛОСА, БРОНХИТЫ.

БЕНЗОПИРЕН – ОКАЗЫВАЕТ КАНЦЕРОГЕННОЕ ДЕЙСТВИЕ, ПРИВОДИТ К РАЗВИТИЮ ОПУХОЛЕЙ.






**Никотин достигает клеток мозга за 7 секунд и приводит мозг в состояние возбуждения и легкой эйфории;**  
**учащает сердцебиение и повышает артериальное давление;**  
**ослабляет мышечную деятельность и изменяет работу эндокринной системы;**  
**тормозит циркуляцию крови в капиллярах;**  
**снижает аппетит и нарушает баланс углеводов.**

The image shows two human lungs side-by-side. The lung on the left is a healthy, light-colored lung with a smooth surface. The lung on the right is significantly darker, appearing brownish-red, and is covered with numerous small, bright red, irregular nodules of varying sizes, which are characteristic of lung cancer. The background is black.

**НЕ ЗАТЯГИВАЕШЬСЯ ?**

  
(C) 2004. ISNIK

Особенно  
страдают при  
курении легкие.

**КУРЯЩИЕ БОЛЕЮТ В 13 РАЗ ЧАЩЕ СТЕНОКАРДИЕЙ,**

**В 12 РАЗ ЧАЩЕ ИНФАРКТОМ МИОКАРДА,**

**В 10 РАЗ ЧАЩЕ ЯЗВОЙ ЖЕЛУДКА,**

**В 30 РАЗ ЧАЩЕ РАКОМ ЛЕГКИХ.**

**БОЛЕЕ 25 ЗАБОЛЕВАНИЙ РАЗВИВАЮТСЯ ОТ КУРЕНИЯ,**

**ОСЛОЖНЯЕТСЯ ТЕЧЕНИЕ ПРАКТИЧЕСКИ ЛЮБОЙ БОЛЕЗНИ.**

**КУРЕНИЕ ВЛИЯЕТ ТАКЖЕ НА ДЕТОРОДНУЮ ФУНКЦИЮ КАК  
ЖЕНЩИН, ТАК И МУЖЧИН.**



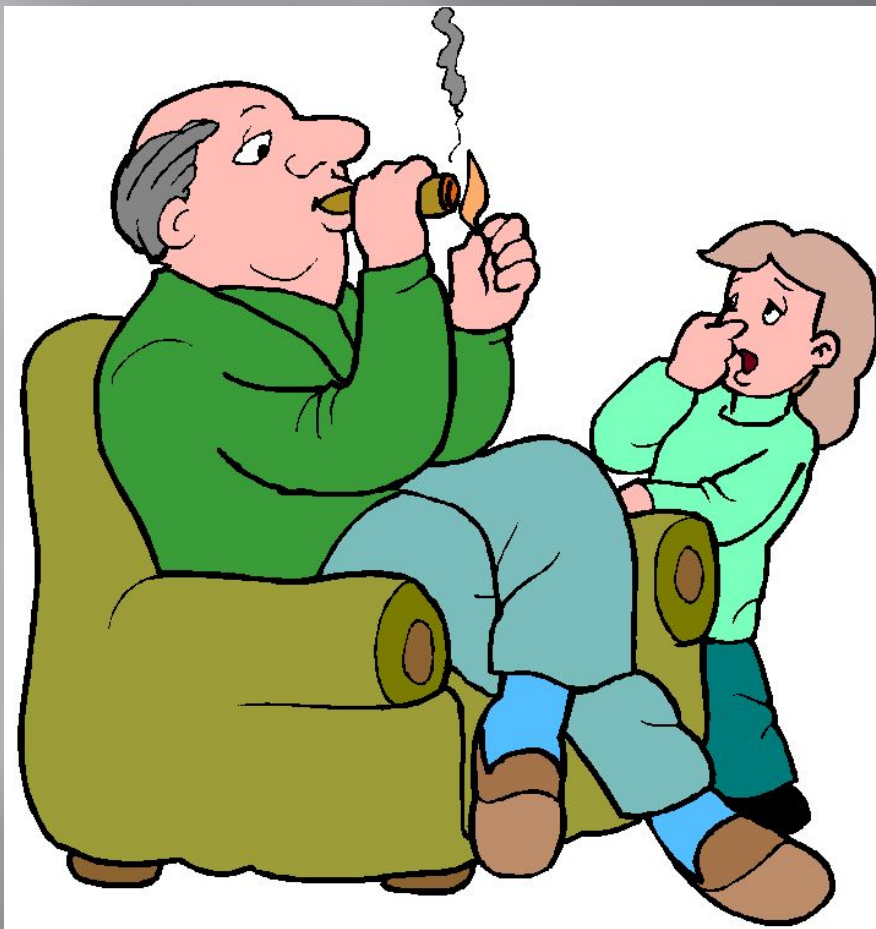
SMOKING KILLS

Issued in Public Health Safety by the New Zealand Health Association



Выкуренная сигарета укорачивает жизнь на 2  
минуты.





Пассивное курение – непроизвольное отравление вредными веществами табачного дыма некурящих людей, которые живут или работают с курильщиками. Оно также опасно и сокращает жизнь на 5 лет.



**31 мая - Всемирный день борьбы с курением или день отказа от табакокурения. Он установлен Всемирной Организацией Здравоохранения в 1988 году.**





**Тот, кто думает о завтрашнем дне и является для этого достаточно взрослым, никогда не начнет курить.**