

# КУРЕНИЕ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ

Выполнила работу: Алексеева Алёна Дмитриевна .  
обучающаяся группы №7.

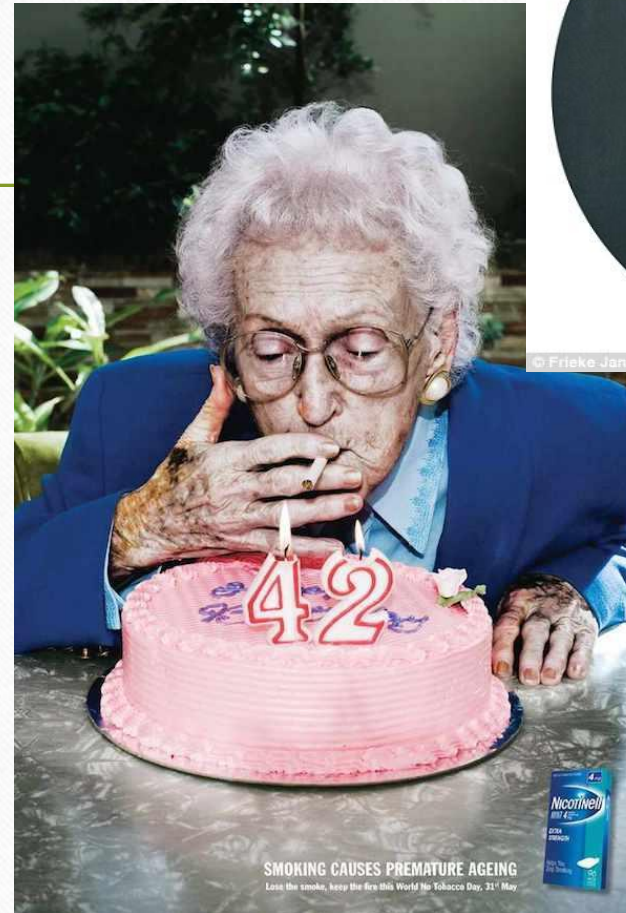
Можгинский агропромышленный колледж.

**О вреде курения известно всем и каждому с детских лет. Любой курильщик может прочесть об опасности его здоровью на пачке сигарет.**

Сигаретный дым при непосредственном контакте с легкими весьма увеличивает риск таких болезней как рак, эмфиземия, пневмония, хронический бронхит, другие заболевания. У заядлых курильщиков отмечается периодическое ухудшение зрения, пожелтение ногтей и зубов, увеличение количества морщин, появляется синдром «Лицо курильщика».



- Тревожная статистика. Выкуривая одну сигарету, человек теряет 15 минут своей жизни. В зависимости от стажа курильщика и интенсивности курения жизнь курящего уменьшается на 2-10 лет. После выкуренной сигареты биение сердца учащается на 10-17 ударов в минуту.



# Про организм человека



- Курильщик вдыхает табачный дым, содержащий более 2000 различных веществ, 100 из которых чрезвычайно опасны для живого организма, а 14 способствуют развитию рака. В дыме присутствуют такие радиоактивные вещества как свинец, полоний, висмут. Человек выкуривая в день пачку сигарет, за год получает облучение в 500 рентген!
- Курильщики становятся слабослышащими в 2 раза чаще, чем некурящие. Среди курильщиков в возрасте 60-69 лет гораздо хуже слышат 56,4%.
- Табачный дым и организм человека. Под воздействием табачного дыма сосуды головного мозга в течение некоторого времени расширяются, расширение быстро сменяется сильным сжатием, кровоснабжение организма ухудшается, а работоспособность человека падает.

## Курение сигарет увеличивает риск развития:

- ХОБЛ
- Рак легкого
- Пневмонии
- Эмфиземы
- Коронарной болезни сердца
- Заболевания периферических сосудов
- Аневризмы аорты
- Гипертонии
- Рак ротовой полости, горла, голосовых связок
- Рак поджелудочной железы
- Рак почек и мочевого пузыря
- Остеопороза



# Почему курение убивает?



Никотин – сильнейший яд. В небольших дозах никотин действует на нервную систему возбуждающе, а в больших дозах – вызывает ее паралич (останавливается дыхание, прекращается сердечная деятельность). Из-за раздражающего действия никотина на нервные окончания в полости рта десны рыхлеют, эмаль повреждается, растет вероятность появления кариеса.

# Сигареты и подросток

- 1. Курение в школе воспринимается как некий авторитет, подростки чувствуют себя «крутыми».
- 2. Сигарета становится для подростков запретным плодом. Им интересно попробовать нечто новое. Детское курение позволяет школьникам чувствовать себя самостоятельными. Это чувство усиливается в разы, если курение несовершеннолетних не вызывает никакой реакции со стороны взрослых.
- 3. Детское курение — это своеобразное влияние массовой культуры. Подростки пытаются подражать взрослым, героям любимых кинофильмов. Сигарета — это символ взрослой жизни.
- 4. Курение школьников носит массовый характер. Это влияние сверстников. Когда в компании сигарету попробовал один подросток, он обязательно предложит её и другим. Чтобы не казаться «белой вороной», отказываются единицы.





- Так же сильно токсические вещества и никотин сказываются на уме ребенка. Чем младше курящий подросток, тем сильнее нарушается кровоснабжение мозга под действием никотина. У курящих школьников ухудшаются координация движений, способности к логике, объем кратковременной памяти, внимание.
- Курящие подростки хуже переносят нагрузки в школе, часто переутомляются. Наибольшее количество двоечников обнаруживается среди курильщиков.
- Раннее увлечение табаком приводит к тому, что став взрослым, человеку трудно отказаться от никотиновой зависимости. У ребенка очень быстро формируется никотиновая зависимость. Потому что в этом возрасте нервная система не зрелая, и воздействие психоактивного вещества – табак вызывает гораздо сильный эффект для здоровья ребенка, чем у взрослого человека.

ТВОЕ ЗДОРОВЬЕ В ТВОИХ РУКАХ

Спасибо за внимание

---

