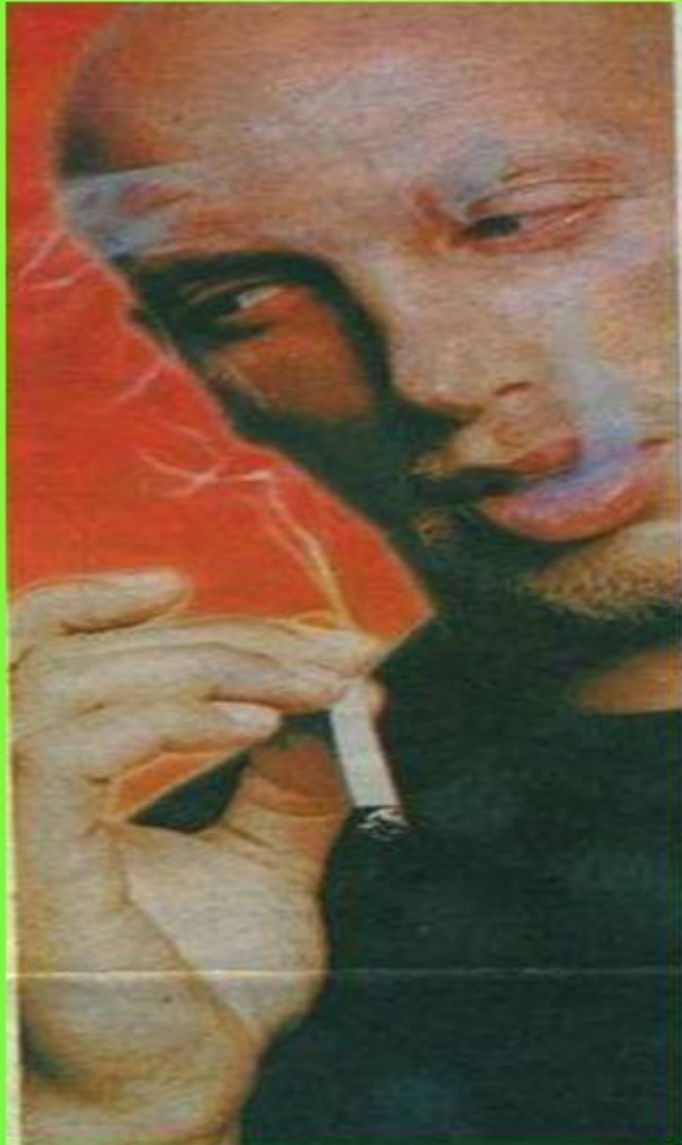


О вреде курения

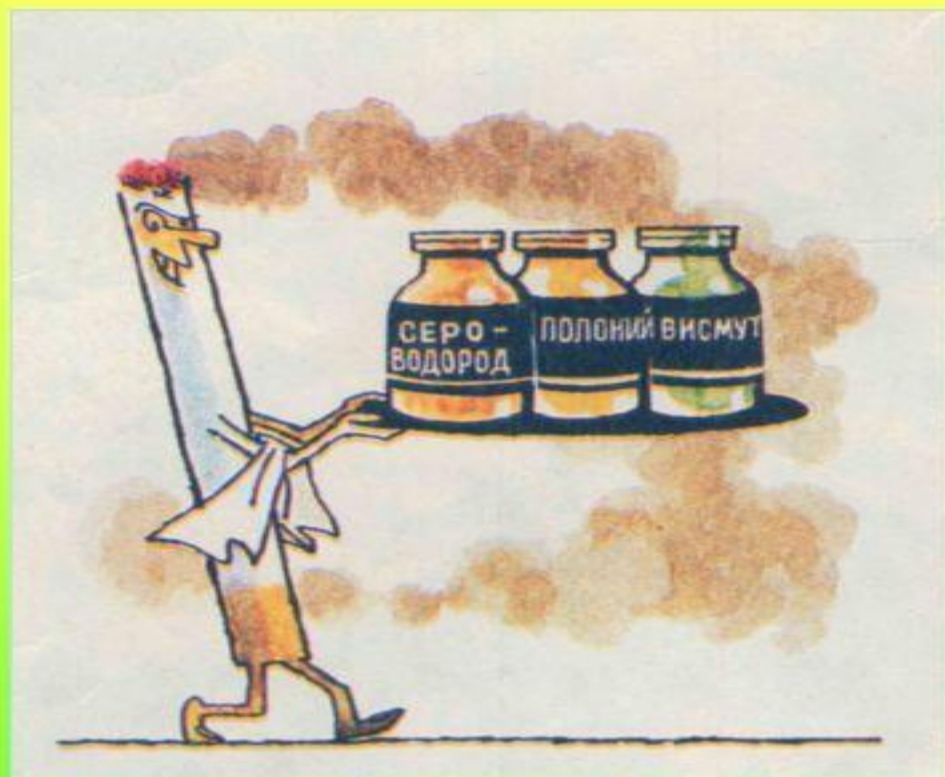


Табак - враг



Табак приносит вред телу,
разрушает разум,
отупляет целые нации.
Бальзак

Сигарета – как она есть



- Каждую секунду на земле выкуривается **более 300 000 сигарет.**
- Около **40 веществ**, содержащихся в табачном дыме, **вызывают рак.**
- Пассивные курильщики в два раза чаще заболевают раком, чем те, кого не **«обкуривают».**

Сигарета – как она есть



- При выкуривании 20 граммов табака образуется **1 грамм табачного дёгтя**. Табачный дёготь на зубах курильщика откладывается и они чернеют, издают специфический неприятный запах, который ощущается при разговоре с курильщиком.
- У курильщика обогащение крови происходит не столько кислородом, сколько **угарным газом**. Вот почему у человека, выкурившего подряд несколько сигарет или находящегося в накуренном помещении, развивается кислородное голодание, появляется головная боль, головокружение, тошнота, бледность.

Сигарета – как она есть



- От действия **никотина** понижается острота зрения, ухудшается светоощущение, обоняние, ощущение вкуса.
- Температура тлеющего табака – **300 градусов**, а во время затяжки – до тысячи. Перепады температуры вдыхаемого дыма и атмосферного воздуха действуют на организм разрушающе.

•

Расчеты показывают



40 миллионов россиян, из 150 миллионов ныне живущих, будут убиты табаком, с потерей в среднем 20 лет жизни.



Разрушительные воздействия табака:



- Раздражение слизистых оболочек легких
- Нарушение зубной эмали
- Нарушение усвоения кислорода организмом
- Потеря аппетита
- Хронические гастриты
- Язвы желудка

Табак - враг привлекательности



Курение нарушает приток жидкости к коже, она становится сухой, на ней появляются морщины.

Это важно знать девушкам!

Табачный дым



В табачном дыме содержится более 400 компонентов, 40 из них имеют канцерогенные свойства, способные вызывать раковые заболевания.

Курение и рак

Рисунки школьников



10% курильщиков
заболевают и
погибают от
злокачественных
опухолей.

Органы курящих людей

Зубы



Лёгкие



Печень



Курение – причина пожаров



Что дает отказ от курения



- Избавление от интоксикации организма.
- Уменьшение риска развития рака.
- Сохранение денег на другие расходы.
- Спасение окружающих от заболеваний органов дыхания.
- Шанс продлить жизнь на 10 – 20 лет.
- Получить контроль над своей жизнью.

Одна затыжка, и все пропало!

