

Темекі - заңды түрде қолдануға болатын есірткі түрі. Темекі жапырағында танин, желім, шайыр, крахмал және алколоидер бар өсімдік. Темекі түтінінде 30-астам улы заттар бар: Никотин, Көмір қышқыл газы, Көміртек тотығы, Көгеретін қышқыл, Аммиак, Шайырлы заттар, Органикалық қышқылдар және басқалары. Темекіден ауаға жылына 720 мың тонна күкірт қышқылы, 384 мың тонна аммиак, 180 мың тонна никотин, 660 мың тонна темекі майы, 550 мың тоннадай иісті газ шығады. Сигареттің 1-2 қорабында никотинның өлімдік мөлшері бар.

Темекінің шығу тарихы – темекі Еуропа мен Азияға 15 ғасырда келген. Алғашқы кезде темекі тіс ауруына қарсы қолданылатын дәрі ретінде пайдаланылып жүрген. Ресейде темекі тарту дағдыға айналып, кең етек жайған мезгіл – Петр I патшалық еткен кез.

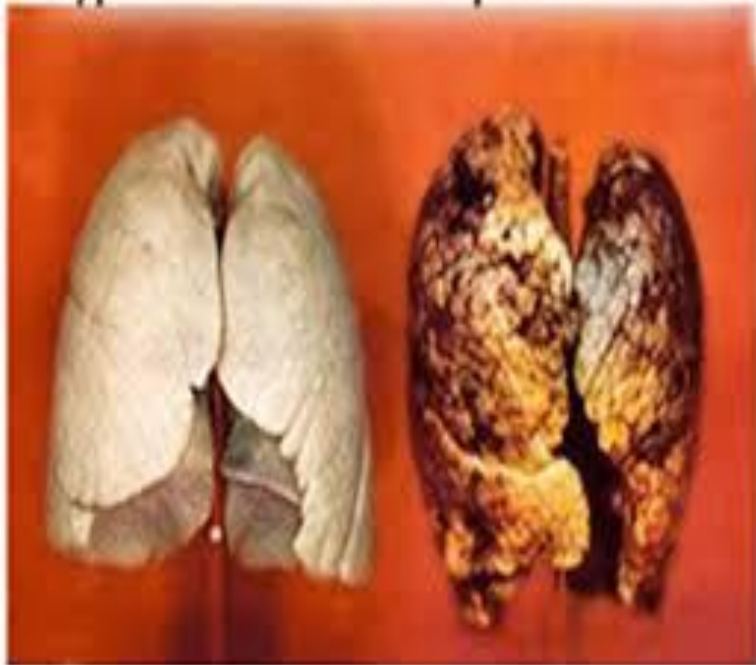
□ Темекінің зияны

- Ас қорытуға
- Асқа деген тәбетті қайтарады.
- Ас қорытуды қиындатады.
- Тісті сарғайтып, ауызды сасытады.
- Асқазанда жара пайда болады.
- Ерін, тіл және өңеш рағына жол ашады.
- Тыныс алуға
- Темекі
- Жөтел және қақырық пайда болады.
- Созылмалы тыныс жолдары қабынуына әкеліп соқтырады.
- Көмекей және өкпе рағына тап болушылардың 90 пайызының себебі темекіден.

□ Қызықты мәліметтер

- 1970 жылы АҚШ президенті Никсон темекі қорапшаларында ескерту жазуларды қолдануды міндеттейтін және темекі өнімдерінің жарнамаларын телеарналарда жүргізуге тыйым салу туралы заңға қол қойды.
- Темекі – ең сатылмалы тауар. Жыл сайын әртүрлі елдерде 1 триллиондай «темекі» сатылады.
- Күніне тартылған 20 темекі жылына 300 рет өткен флюорографиямен тең.
- 20 қараша – Дүниежүзілік темекіден бас тарту күні.

Курение вызывает рак легких

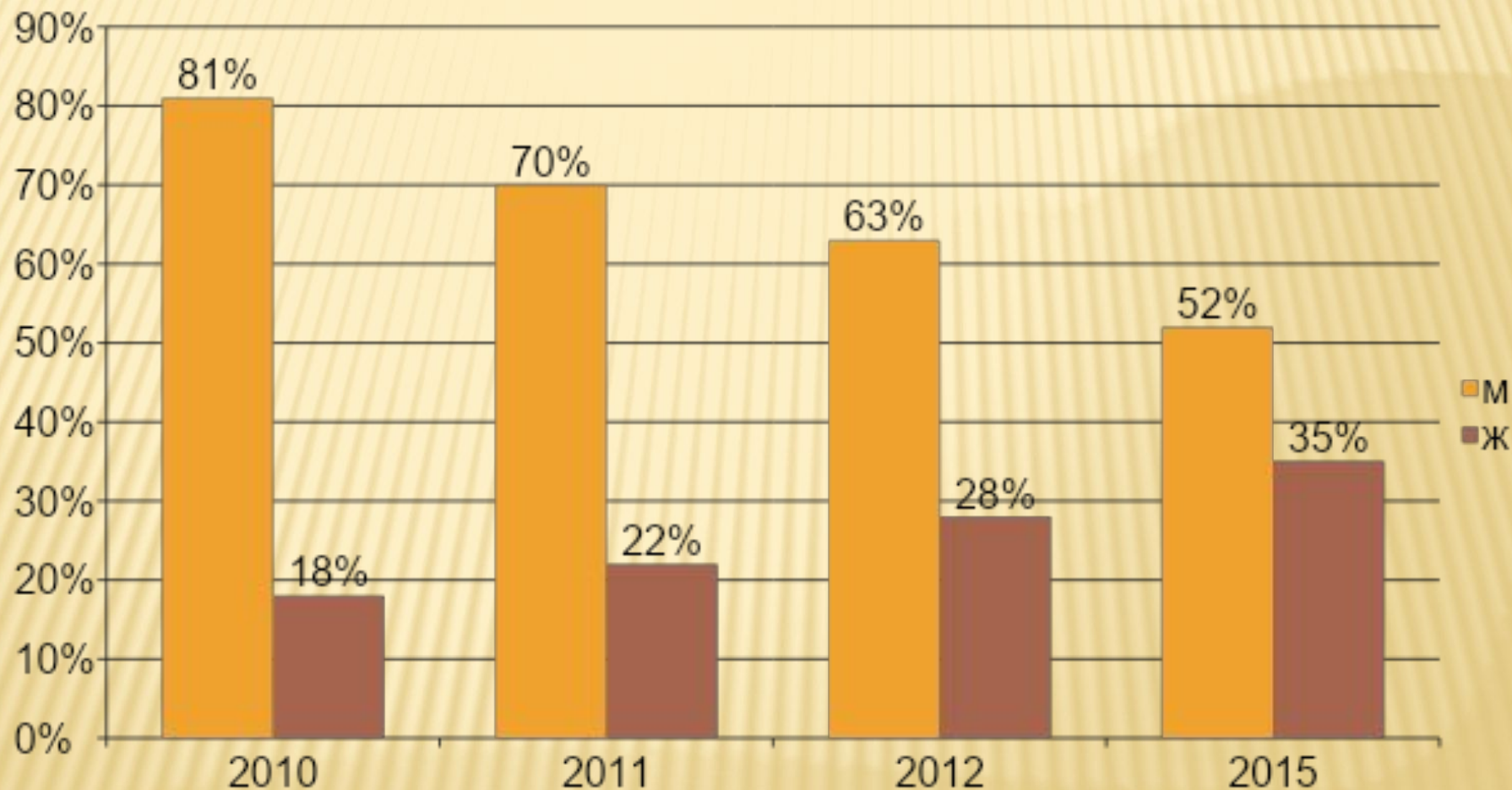


Темекі шегу тістің түсуі мен пародонтозға шалдықтырады



Курение вызывает пародонтоз и выпадение зубов

ӘЙЕЛ МЕН ЕР АДАМНЫҢ СОҢҒЫ 5 ЖЫЛДАҒЫ ТЕМЕКІ ШЕГУІ



1, СІЗ ТЕМЕКІ ШЕГЕСІЗ БЕ

А ИӘ Б ЖОҚ

2, ТЕМЕКІНІҢ ЗИЯНЫН БІЛЕСІЗ БЕ

А ИӘ Б ЖОҚ

3, ӘЙЕЛ АДАМНЫҢ ТЕМЕКІ ШЕККЕНІН ДҰРЫС ДЕП САНАЙСЫЗ БА

А ИӘ Б ЖОҚ

4, ТЕМЕКІ АУНЫ ЛАСТАЙМА

А ИӘ Б ЖОҚ

5, ТЕМЕКІНІҢ ҚҰРАМЫН БІЛІСІЗ БЕ

А ИӘ Б ЖОҚ

