

Что может побороть вредные привычки в молодежной сфере.

Автор: Мироненкова Анна, ученица 11 «А»
класса, МОУ СОШ №3

Учитель: Агапкина Ольга Борисовна

План:

1. Что такое вредная привычка?
2. Что к ним относится?
3. Курение
4. Алкогольная зависимость.
5. Наркомания
6. Профилактика вредных привычек



Вредная привычка – это привычка, оказывающая негативное воздействие на организм человека, на его здоровье, разрушающая его жизнь.



К вредным привычкам можно отнести следующие действия:

Алкоголизм

Наркомания

Курение

Игровая зависимость

Шопингомания

У вас есть вредные привычки?

Дневник | АлуаМ
Анонимный опрос

Да · 45

76.27 %

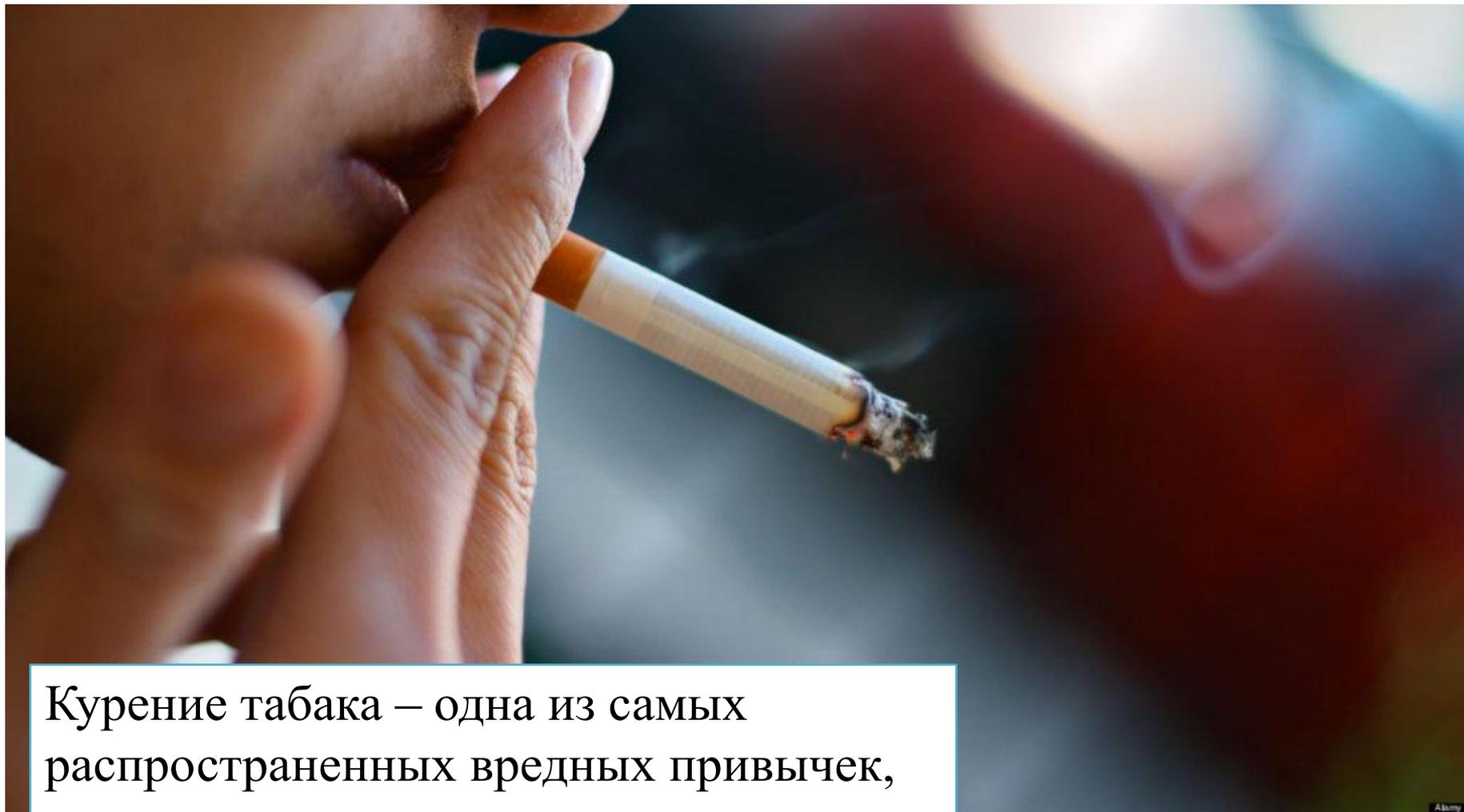
Нет · 14

✓ 23.73 %

Проголосовали 59 человек

Устроив опрос социальной сети в контакте, мы можем наблюдать, что большое количество молодежи имеют вредные привычки.

Курение



Курение табака – одна из самых распространенных вредных привычек, приводящая иногда к серьезным нарушениям здоровья.

Из-за чего вы начали курить?

Дневник | АлуаМ

Анонимный опрос

Из-за проблем школе, дома и т.д · 9 **64.29 %**

Из-за интереса · 5 **✓ 35.71 %**

Хотел(а) казаться круче в компании **0 %**

Потому, что все так делают и ничего не происходит **0 %**

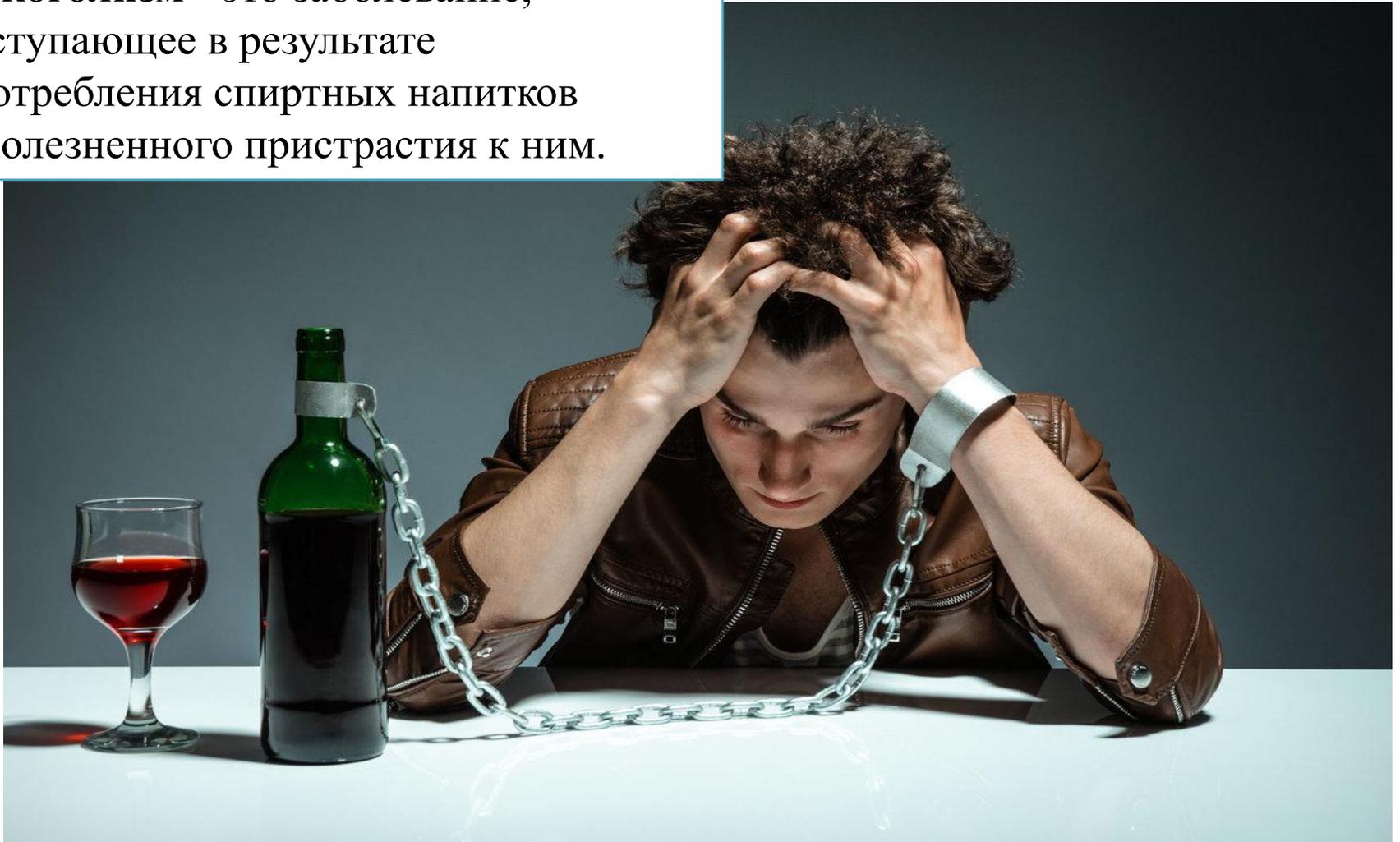
Проголосовали **14** человек

Последствия курения



Алкогольная зависимость

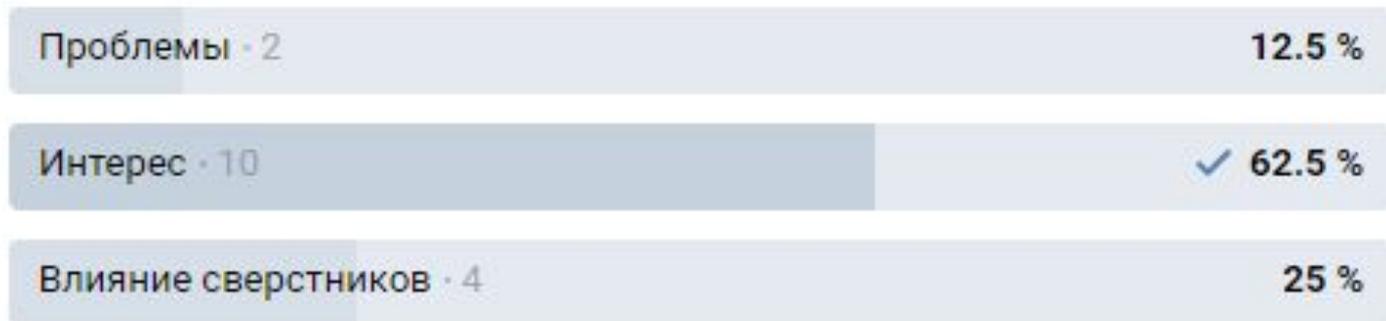
Алкоголизм - это заболевание, наступающее в результате употребления спиртных напитков и болезненного пристрастия к ним.





Из-за чего вы начали пить?

Дневник | АлуаМ
Анонимный опрос



Проголосовали 16 человек

Влияние алкоголя на организм человека

МОЗГ

Головные боли, потеря сознания, бред, паранойя, забывчивость, нарушение способности рассуждать. Припадки, периферические невриты. Психоз и смерть.

Нервная система

Периферический неврит - дегенерации нервной системы

Горло

Риск развития рака

Легкие

Небольшое количество алкоголя 2-4% выводится через дыхание

Пищевод

Риск развития рака

Печень

Желтуха, гепатит, цирроз печени...

Мышцы

Вырождение, слабость, боль

Почки

2-4% алкоголя выводится с мочой

Сердце

"Жирное" сердце, ослабление сердечной мышцы, высокое кровяное давление. Анемии...

Поджелудочная железа

Плохое пищеварение, недоедание, ранний диабет

Желудок

Гастрит, язвенная болезнь

Потовые железы

2-6% алкоголя выводится через потовые железы

Кишечник

Воспаления...

Половые органы

Женщины

Проблемы с овуляцией, риск выкидыша...и др.

Нервная система

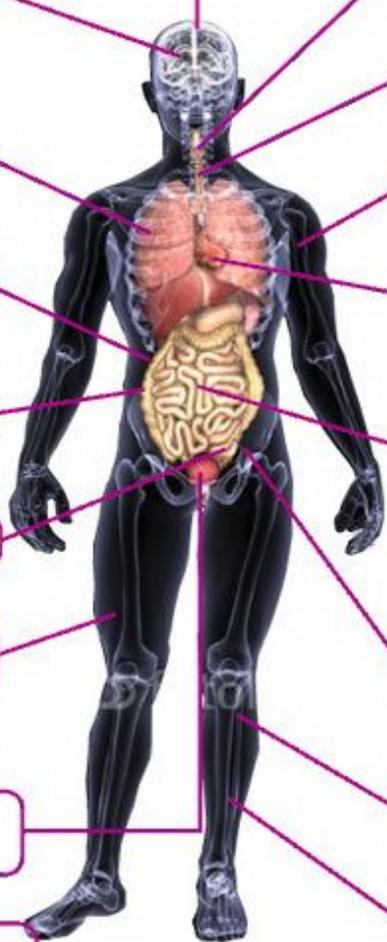
Тремор, дисфункция...

Мужчины

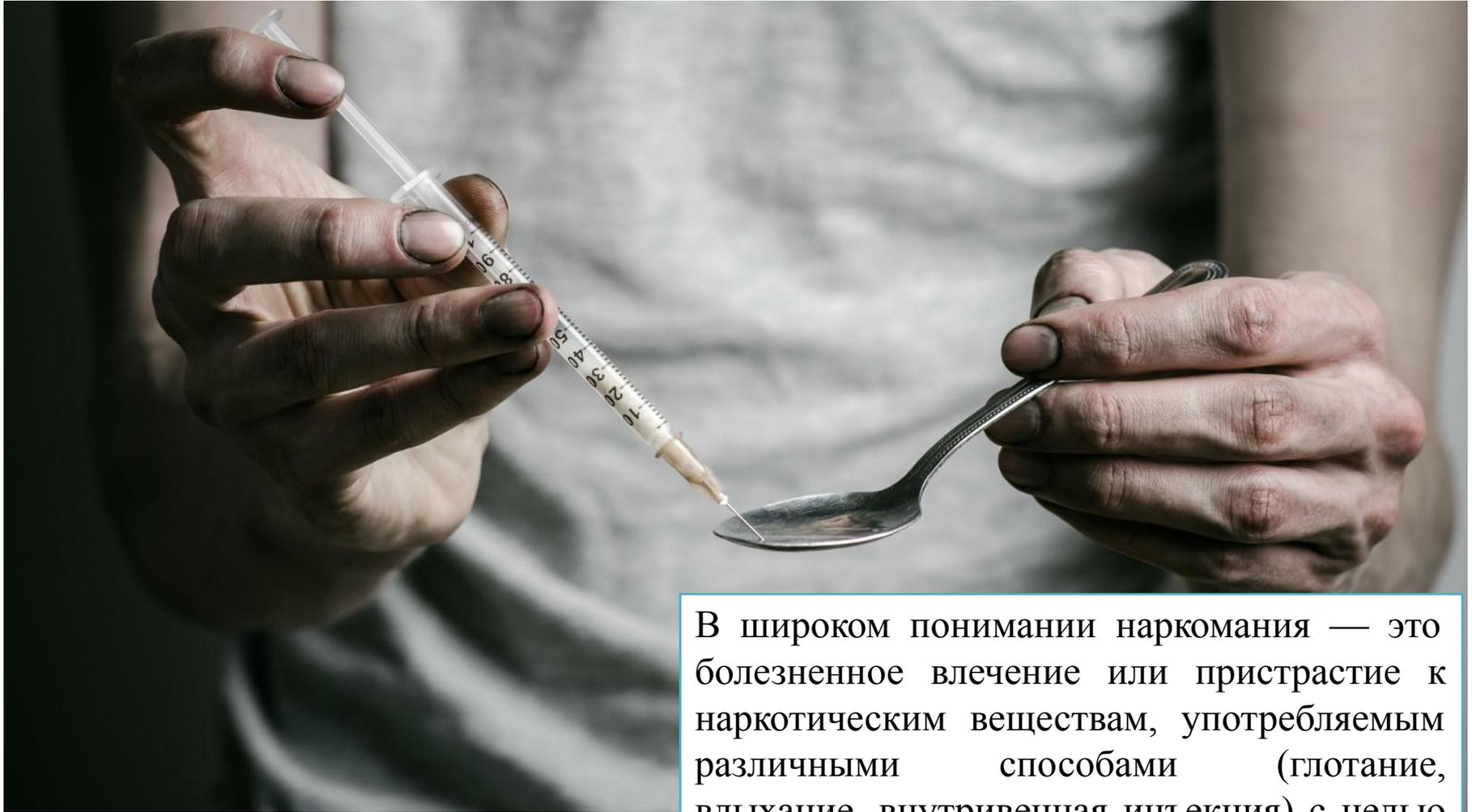
Нарушений функций половых желез

Кости

Риск переломов



Наркомания



В широком понимании наркомания — это болезненное влечение или пристрастие к наркотическим веществам, употребляемым различными способами (глотание, вдыхание, внутривенная инъекция) с целью добиться одурманивающего состояния.

ПОСЛЕДСТВИЯ



В первую очередь наркотики влияют на психику, она приводит к духовной деградации и полному физическому истощению организма.

Влияние наркотиков на организм человека

- Наркотическая зависимость.
- Отсутствие нравственных установок.
- Нарушение закона, влекущее уголовную ответственность
- Отсутствие нормальной семьи.
- Человек в постоянном поиске психоактивных веществ.
- Постоянные материальные затруднения.
- Отсутствие работы, постоянного заработка.
- Многочисленные болезни, вызванные разладом в работе органов.
- Риск заболеть СПИДом
- Снижение остроты зрения, слуха.
- Ранний атеросклероз.
- Ранняя смерть.

Фотографии людей до и после того, как они начали принимать наркотики



AND AFTER, VISUAL EVIDENCE OF CRU
METH USE OVER A TEN YEAR PERIOD!

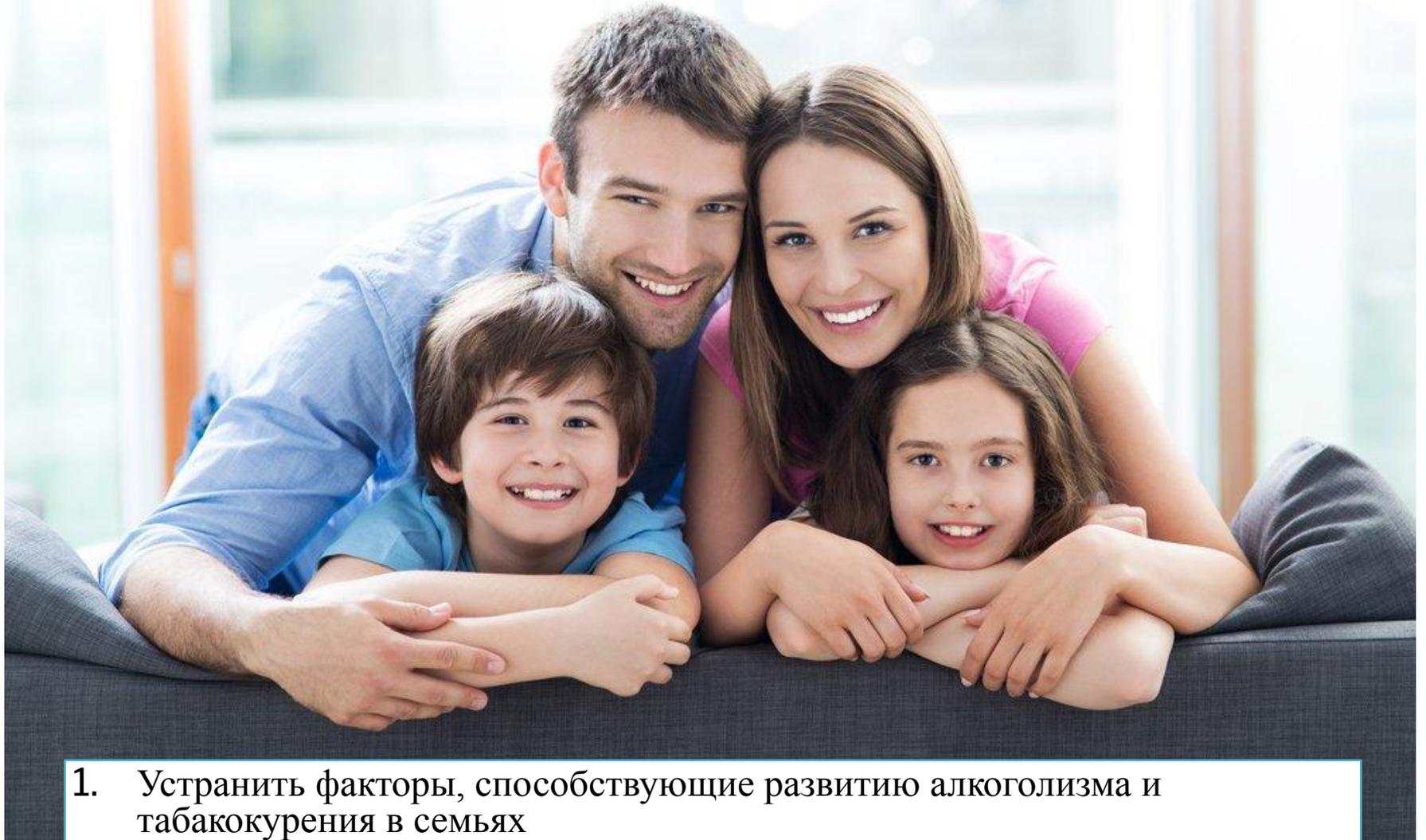


Профилактика вредных привычек

Профилактика - система комплексных государственных, социальных, гигиенических и медицинских мер, направленных на предупреждение заболеваний.

Профилактика в здравоохранении (от греч. prophylacticos - предохранение, предупреждение) - практическая деятельность, посредством которой удается добиться сохранения и улучшения здоровья народонаселения, воспитания здорового молодого поколения, обеспечения высокой трудоспособности и продолжительной активной жизни.

Меры профилактики в семье:



1. Устранить факторы, способствующие развитию алкоголизма и табакокурения в семьях
2. Проводить совместные семейные досуги как можно чаще и на свежем воздухе
3. Вести здоровый образ жизни

Меры профилактики в образовательных учреждениях:

1. Проводить поучительные беседы и лекции о последствиях вредных привычек с самого раннего возраста; демонстрировать поучительные фильмы.
2. Вовлечь как можно больше ребят в спортивные секции, кружки.
3. Делиться опытом по борьбе с вредными привычками с другими ОУ.